

DATOS GENERALES DE LA ASIGNATURA

| |
|---|
| ASIGNATURA: Nutrición I |
| PLAN DE ESTUDIOS: Grado en Nutrición Humana y Dietética |
| GRUPO: 2223-01 |
| CENTRO: Facultad de Ciencias de la Salud |
| CARÁCTER DE LA ASIGNATURA: Obligatorio |
| ECTS: 6,0 |
| CURSO: 1º |
| SEMESTRE: 2º Semestre |
| IDIOMA EN QUE SE IMPARTE: Castellano, excepto las asignaturas de idiomas que se impartirán en el idioma correspondiente |

DATOS DEL PROFESOR

| |
|---|
| NOMBRE Y APELLIDOS: LAURA BEATRIZ RODRÍGUEZ POLA |
| EMAIL: lbrodriguez@uemc.es |
| TELÉFONO: 983 00 10 00 |
| CV DOCENTE: <p>Nutricionista Dietista, Facultad de Medicina, Universidad de Buenos Aires. Noviembre, 1989 Residencia completa en Nutrición. (Equivalente a NIR). Gobierno Ciudad de Buenos Aires, Argentina, apostillado. Junio 1991 a Junio 1994. Licenciada en Nutrición, Facultad de Medicina, Universidad de Buenos Aires. Diciembre, 2002 Homologación al título universitario oficial español de Diplomada en Nutrición Humana y Dietética. Ministerio de Educación Cultura y Deporte de España. Agosto, 2015 Homologación a Grado Académico Español de Licenciada. Ministerio de Educación Cultura y Deporte de España. Mayo 2015 Alumnas en prácticas de nutrición clínica, del último año del Grado en Nutrición Humana y Dietética, de la Universidad de Valladolid. 2019 Ayudante de primera Facultad de Medicina, Universidad de Buenos Aires. Prácticas de nutrición clínica hospitalaria, 5to año de la Licenciatura en Nutrición) Marzo de 1997 a Febrero de 1999 Ayudante de primera Facultad de Medicina, Universidad de Buenos Aires. Prácticas de Dietoterapia y Administración de Servicios de Alimentación, 5to año de la Licenciatura en Nutrición. Marzo de 1999 a Febrero de 2000 Ayudante de primera Facultad de Medicina, Universidad de Buenos Aires. Prácticas de Nutrición en Salud Pública, 5to año de Licenciatura en Nutrición. Marzo de 1999 a Febrero 2013 Experiencia en online Universidad Europea Miguel de Cervantes, Grado de Nutrición Humana y Dietética. Tutora alumnos, Trabajo Final de Grado. Noviembre 2020 a la actualidad. Nutrición, medicina y salud hormonal en la mujer, Instituto de Nutrición y Ciencias de la Salud, 2021 Universidad Católica de Ávila. Clase para Bioética. Código Deontológico del Dietista Nutricionista, 19 de Noviembre 2020 Academia del transportista, profesora adjunta del Certificado de: MF0711 2: Seguridad, Higiene y Protección Ambiental en Hostelería, modalidad de tele formación, Dirección General de Formación. Consejería de Economía, Empleo y Hacienda, Comunidad de Madrid. 29 de Abril a 30 de Junio 2019.</p> |
| CV PROFESIONAL: Comisión de formación continuada de la Junta de Castilla y León, Consejería de Sanidad. Evaluadora de la |

comisión de Dietistas Nutricionistas. Noviembre 2021 a la actualidad.

Programa Redprendiendo en tu pueblo. Diputación de León - UNED. Diciembre 2022 a actualidad.

Proyecto Hombre - Proyecto Joven León. Programas de Educación en Nutrición. Julio 2020 a actualidad

Ambi, Bierzo. Programa de Educación en Nutrición en el Ámbito Rural, Abril 2021 a la actualidad.

Centro Hospitalario Padre Benito Menni, Valladolid, Dietista Nutricionista perfil clínico y restauración colectiva, febrero 2019- 31 de Diciembre 2019 (reemplazo baja maternal).

Proactive Med S.L. Dietista Nutricionista Consulta, Ponferrada. 1 de Mayo de 2019- 16 de Marzo 2020.

Canal 8, RTVCyL. y ES RADIO. FM 98.7, febrero 2016-octubre 2017

Hospital Dr. I. Pirovano, Nutrición clínica, restauración hospitalaria, consulta externa, docencia de pre y pos grado en servicio. Gobierno de la Ciudad Buenos Aires. agosto 1994-enero 2015

Club Atletico Vélez Sársfield. Nutrición deportiva futbolistas 1era división y divisiones inferiores. julio 2006-abril 2014

CV INVESTIGACIÓN:

Trabajos de investigación anuales, desde el ingreso a la residencia de Nutrición hasta el 2014 por mudanza a España.

Algunos premios a trabajos científicos:

Premio Científico Dr. I. Pirovano. Ministerio de Salud de la Ciudad de Buenos Aires, 2010

Premio Internacional en la Categoría Salud Pública y Alimentación. Neuquén, 2005

Premio Gestión de Calidad en Salud, Gobierno de la Ciudad de Buenos Aires, 2004

DATOS ESPECÍFICOS DE LA ASIGNATURA

DESCRIPTOR DE LA ASIGNATURA:

La asignatura de nutrición es uno de los pilares fundamentales del Grado en Nutrición Humana y Dietética.

Esta asignatura proporciona la base a la hora de comprender los procesos llevados a cabo por el cuerpo para obtener energía. Además, ayudará a comprender el papel de los diferentes nutrientes en el cuerpo humano, competencias indispensables para la labor diaria de un dietista-nutricionista.

En la presente asignatura se tratarán los principales fundamentos de la nutrición, así como los requerimientos nutricionales y energéticos con el objetivo de proporcionar al futuro dietista-nutricionista las herramientas necesarias para poder detectar posibles problemas relacionados con la nutrición y ser capaz de solventarlos de manera satisfactoria.

En la parte más práctica de la asignatura, veremos el valor calórico de los nutrientes y aprenderemos a calcular tanto el valor calórico de los alimentos que consumimos como los requerimientos energéticos, elementos clave a la hora de evaluar nutricionalmente al paciente.

También veremos las diferentes guías alimentarias y como usar estas herramientas de cara a la educación nutricional del paciente.

CONTENIDOS DE LA ASIGNATURA:

1. Nutrición I

1. Fundamentos de nutrición : Conceptos generales que tienen relación con la salud, conceptos generales sobre nutrición, principales factores que intervienen en el proceso de nutrición, relaciones de la nutrición con otras disciplinas sanitarias, influencia de la nutrición en la salud.
2. Composición corporal : Composición química del cuerpo humano, análisis de la composición corporal, modelos multicompartmentales de composición corporal y técnicas para estimar la composición corporal.
3. Nutrientes : Principales nutrientes relacionados con el proceso de nutrición, hidratos, proteínas y lípidos.
4. Vitaminas y minerales : Principales vitaminas relacionadas con el proceso de nutrición, vitaminas hidrosolubles, vitaminas liposolubles y minerales
5. Fluidos : Funciones del agua en el organismo, metabolismo del agua, electrolitos importantes en el

proceso de nutrición, sodio, potasio, cloro, equilibrio electrolítico, efectos del alcohol sobre la salud y metabolismo.

6. Equilibrio nutricional : Requerimientos nutricionales, ingestas diarias recomendadas, objetivos nutricionales para la población y guías alimentarias
7. Balance energético : Metabolismo energético, unidades de medida energética, componentes del gasto energético, métodos de cuantificación del gasto energético y evaluación nutricional de las necesidades energéticas

RECURSOS DE APRENDIZAJE:

Los recursos de aprendizaje que se utilizarán en todas las asignaturas de la titulación (salvo las prácticas externas) para facilitar el proceso de enseñanza-aprendizaje, son:

- Campus online de la UEMC (Open Campus)
- Plataforma de Webconference (Adobe Connect)

Las comunicaciones con el profesor serán a través de Open Campus vía Mi correo, Tablón o/y Foro.

COMPETENCIAS Y RESULTADOS DE APRENDIZAJE A ADQUIRIR POR EL ALUMNO

COMPETENCIAS BÁSICAS:

- CB1. Que los estudiantes hayan demostrado poseer y comprender conocimientos en un área de estudio que parte de la base de la educación secundaria general, y se suele encontrar a un nivel que, si bien se apoya en libros de texto avanzados, incluye también algunos aspectos que implican conocimientos procedentes de la vanguardia de su campo de estudio
- CB2. Que los estudiantes sepan aplicar sus conocimientos a su trabajo o vocación de una forma profesional y posean las competencias que suelen demostrarse por medio de la elaboración y defensa de argumentos y la resolución de problemas dentro de su área de estudio
- CB3. Que los estudiantes tengan la capacidad de reunir e interpretar datos relevantes (normalmente dentro de su área de estudio) para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas relevantes de índole social, científica o ética
- CB4. Que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado
- CB5. Que los estudiantes hayan desarrollado aquellas habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía

COMPETENCIAS GENERALES:

- CG01. Reconocer los elementos esenciales de la profesión del Dietista-Nutricionista, incluyendo los principios éticos, responsabilidades legales y el ejercicio de la profesión, aplicando el principio de justicia social a la práctica profesional y desarrollándola con respeto a las personas, sus hábitos, creencias y culturas.
- CG02. Reconocer la necesidad de mantener y actualizar la competencia profesional, prestando especial importancia al aprendizaje, de manera autónoma y continuada, de nuevos conocimientos, productos y técnicas en nutrición y alimentación, así como a la motivación por la calidad.
- CG03. Conocer los límites de la profesión y sus competencias, identificando cuando es necesario un tratamiento interdisciplinar o la derivación a otro profesional.
- CG05. Conocer, valorar críticamente y saber utilizar y aplicar las fuentes de información relacionadas con nutrición, alimentación, estilos de vida y aspectos sanitarios.
- CG06. Tener la capacidad de elaborar informes y cumplimentar registros relativos a la intervención profesional del Dietista-Nutricionista.
- CG08. Elaborar, interpretar y manejar las tablas y bases de datos de composición de alimentos.
- CG09. Conocer los nutrientes, su función en el organismo, su biodisponibilidad, las necesidades y recomendaciones, y las bases del equilibrio energético y nutricional.
- CG10. Integrar y evaluar la relación entre la alimentación y la nutrición en estado de salud y en situaciones

patológicas.

- CG12. Diseñar y llevar a cabo protocolos de evaluación del estado nutricional, identificando los factores de riesgo nutricional.
- CG13. Interpretar el diagnóstico nutricional, evaluar los aspectos nutricionales de una historia clínica y realizar el plan de actuación dietética.

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS:

- CE06. Conocer las bases y fundamentos de la alimentación y la nutrición humana.
- CE07. Adquirir habilidades de trabajo en equipo como unidad en la que se estructuran de forma uni o multidisciplinar e interdisciplinar los profesionales y demás personal relacionado con la evaluación diagnóstica y tratamiento de dietética y nutrición.
- CE26. Conocer los nutrientes, sus funciones y su utilización metabólica. Conocer las bases del equilibrio nutricional y su regulación.
- CE28. Identificar las bases de una alimentación saludable (suficiente, equilibrada, variada y adaptada).
- CE29. Participar en el diseño de estudios de dieta total.
- CE30. Conocer, detectar precozmente y evaluar las desviaciones por exceso o defecto, cuantitativas y cualitativas, del balance nutricional.
- CE34. Elaborar e interpretar una historia dietética en sujetos sanos y enfermos. Interpretar una historia clínica. Comprender y utilizar la terminología empleada en ciencias de la salud.
- CE40. Conocer las distintas técnicas y productos de soporte nutricional básico y avanzado.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE:

El alumno será capaz de:

- Adquirir una visión global sobre la nutrición y dietética, así como sus relaciones con otras ciencias y disciplinas.
- Conocer los nutrientes y su importancia.
- Evaluar estado nutricional de un individuo o colectivo particular.

BIBLIOGRAFÍA Y RECURSOS DE REFERENCIA GENERALES

BIBLIOGRAFÍA BÁSICA:

- Angel Gil (2017): Tratado de nutrición. Panamericana. ISBN: 9788491101956
- L. Kathleen Mahan (2017): Krause Dietoterapia. Elsevier. ISBN: 9788491130840
- Ruth A Roth (2014): Nutricion y Dietoterapia. McGraw Hill. ISBN: 9789701069288

BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA:

- José Miguel Soriano del Castillo (2006): Nutrición básica humana. Universidad de Valencia Servei de publicacion. ISBN: 9788437065465
- Varios autores (2003): Tablas de composición de alimentos del CESNID. McGraw Hill. ISBN: 9788448605902
- Grupo Colaborativo de la Sociedad Española de Nutrición Comunitaria (2016): Guías alimentarias para la población española .. Nutrición Hospitalaria. ISBN: 0212-1611
- Grupo Colaborativo de la Sociedad Española de Nutrición Comunitaria (2011): Objetivos nutricionales para la población española. Nutrición Comunitaria. ISBN: 1135-3074

WEBS DE REFERENCIA:

Web / Descripción

[AECOSAN](http://www.aecosan.mssi.gob.es/aecosan/web/home/aecosan_inicio.htm)(http://www.aecosan.mssi.gob.es/aecosan/web/home/aecosan_inicio.htm)
Agencia española de Consumo, Seguridad alimentaria y Nutrición

[BEDCA](http://www.bedca.net)(<http://www.bedca.net>)

Base de datos española de composición de alimentos

[Sociedad española de nutrición comunitaria](http://www.nutricioncomunitaria.org/es/otras-publicacionesb)(<http://www.nutricioncomunitaria.org/es/otras-publicacionesb>)

PLANIFICACIÓN DEL PROCESO DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE DE LA ASIGNATURA

METODOLOGÍAS:

MÉTODO DIDÁCTICO:

El papel del profesor cobra importancia a través de la impartición de clases magistrales en tiempo real por videoconferencia que podrá utilizar para explicar los contenidos teóricos, resolver dudas que se planteen durante la sesión, ofrecer retroalimentación sobre las actividades de evaluación continua o realizar sesiones de tutoría de carácter grupal.

MÉTODO DIALÉCTICO:

Se caracteriza por la participación de los alumnos en las actividades de evaluación continua de debate y la intervención de éstos a través del diálogo y de la discusión crítica (seminarios, grupos de trabajo, etc.). Utilizando este método el alumno adquiere conocimiento mediante la confrontación de opiniones y puntos de vista. El papel del profesor consiste en proponer a través de Open Campus temas referidos a la materia objeto de estudio que son sometidos a debate para, posteriormente, evaluar el grado de comprensión que han alcanzado los alumnos.

MÉTODO HEURÍSTICO:

Este método puede desarrollarse de forma individual o en grupo a través de las actividades de evaluación continua (entregas de trabajos, resolución de ejercicios, presentaciones, etc.). El objetivo es que el alumno asuma un papel activo en el proceso de aprendizaje adquiriendo los conocimientos mediante la experimentación y la resolución de problemas.

CONSIDERACIONES DE LA PLANIFICACIÓN:

Las ACTIVIDADES FORMATIVAS que se realizan en la asignatura son las siguientes:

Clases teóricas: Actividad dirigida por el profesor que se desarrollará de forma sincrónica en grupo. Para la realización de esta actividad en Open Campus, la UEMC dispone de herramientas de Webconference que permiten una comunicación unidireccional en las que el docente puede desarrollar sesiones en tiempo real con posibilidad de ser grabadas para ser emitidas en diferido.

Actividades prácticas: Actividades supervisadas por el profesor que se desarrollarán fundamentalmente de forma asíncrona, y de forma individual o en grupo:

- Actividades de debate. Se trata de actividades desarrolladas en el foro de Open Campus, en las que se genera conocimiento mediante la participación de los estudiantes en discusiones alrededor de temas de interés en las distintas asignaturas.
- Entregas de trabajos individuales o en grupo a partir de un enunciado o unas pautas de trabajo que establecerá el profesor.
- Resolución de ejercicios y problemas que el alumno debe realizar a través de Open Campus en un periodo de tiempo determinado. Esta actividad puede ser en formato test de evaluación.

Tutorías: Las tutorías podrán tener un carácter sincrónico o asíncrono y podrán desarrollarse de manera individual o en grupos reducidos.

Están previstas dos sesiones de tutoría por videoconferencia, una al inicio y otra al final del semestre. En la primera se presentará la asignatura y la guía docente y en la segunda, en las semanas previas a la evaluación final, se dedicará a la resolución de dudas de los estudiantes.

Además, el docente utiliza el Tablón, el Foro y el Sistema de correo interno de Open Campus para atender las necesidades y dudas académicas de los estudiantes.

SESIONES EN TIEMPO REAL

En la asignatura se planifican clases magistrales y tutorías a través de videoconferencias.

La asistencia a las videoconferencias no será obligatoria, pero si recomendable para un adecuado seguimiento de la asignatura, la comprensión de los materiales y el desarrollo óptimo de las actividades de aprendizaje. En cualquier caso, salvo circunstancias excepcionales, será posible acceder a ellas en diferido a las 48 horas máximo desde su celebración.

SESIONES EN TIEMPO REAL :

| Título | |
|--------|--|
| TU1 | Presentación asignatura y Guía docente |
| CM1 | Tema 1. Fundamentos de nutrición |
| CM2 | Tema 2. Composición corporal |
| CM3 | Tema 3. Nutrientes |
| CM4 | Tema 4. Vitaminas y minerales |
| CM5 | Tema 5. Fluidos |
| CM6 | Tema 6. Equilibrio nutricional |
| CM7 | Tema 7. Balance energético |
| TU2 | Resolución de dudas antes de la evaluación |

EVALUACIÓN CONVOCATORIA ORDINARIA:

Evaluación continua 60%
Evaluación final 40%

ACTIVIDADES Y SISTEMAS DE EVALUACIÓN :

| Tipo Evaluación | Nombre Actividad | % Calif. |
|-------------------------------|---|----------|
| Evaluación continua (60 %) | 1. Actividad 1. (Entrega individual) | 20 |
| | 2. Actividad 2. (Entrega individual) | 20 |
| | 3. Actividad 3. (Foro) | 10 |
| | 4. Test de evaluación (Test de evaluación) | 10 |
| Evaluación final (40 %) | 1. Evaluación final convocatoria ordinaria (Prueba de evaluación final presencial) | 40 |

CONSIDERACIONES EVALUACIÓN CONVOCATORIA ORDINARIA: Valor del parámetro
TEXTO_FIJO_SEMI_GRADO_EVALUACION_CONVOCATORIA_ORDINARIA_GRP_A

EVALUACIÓN CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA:

Evaluación continua 60%
Evaluación final 40%

ACTIVIDADES Y SISTEMAS DE EVALUACIÓN :

| Tipo Evaluación | Nombre Actividad | % Calif. |
|-------------------------------|--|----------|
| Evaluación continua (60 %) | 1. Actividad 1. (Entrega individual) | 20 |
| | 2. Actividad 2. (Entrega individual) | 20 |
| | 3. Actividad 3. (Entrega individual) | 10 |
| | 4. Test de evaluación (Test de evaluación) | 10 |
| Evaluación final (40 %) | 1. Evaluación final convocatoria extraordinaria (Prueba de evaluación final presencial) | 40 |

CONSIDERACIONES EVALUACIÓN CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA: Valor del parámetro
TEXTO_FIJO_SEMI_GRADO_EVALUACION_CONVOCATORIA_EXTRAORDINARIA_GRP_A

SISTEMAS DE EVALUACIÓN:

| | SISTEMA DE EVALUACIÓN | PORCENTAJE (%) |
|------------------------|-----------------------|----------------|
| Ejecución de prácticas | | 20% |
| Pruebas escritas | | 80% |