

## DATOS GENERALES DE LA ASIGNATURA

**ASIGNATURA:** Dietética, Nutrición y Salud

**PLAN DE ESTUDIOS:** Grado en Tecnología e Innovación Alimentaria (PGR-TIA)

**GRUPO:** 2324-T1

**CENTRO:** Escuela Politécnica Superior

**CARÁCTER DE LA ASIGNATURA:** Obligatorio

**ECTS:** 6,0

**CURSO:** 4º

**SEMESTRE:** 1º 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:** GUILLERMO CASAS ARES

**EMAIL:** [gcasas@uemc.es](mailto:gcasas@uemc.es)

**TELÉFONO:** 983 00 10 00

**HORARIO DE TUTORÍAS:** Viernes a las 09:00 horas

**CV DOCENTE:**

Tutor de prácticas del Grado de Nutrición Humana y Dietética de la Universidad de Valladolid y de la UEMC en los cursos 2018-2019, 2019-2020, 2020-2021, 2021-2022, 2022-2023

Profesor del Grado de Nutrición Humana y Dietética en la UEMC desde el curso 2020-2021.

Profesor del Grado de Tecnología e Innovación Alimentaria en la UEMC los cursos 2021-2022 y 2022-2023.

Profesor del Grado de Nutrición Humana y Dietética en la UVa desde el curso 2021-2022.

Tutor de TFGs curso 2021-2022 y 2022-2023.

**CV PROFESIONAL:**

**FORMACIÓN ACADÉMICA:**

- Graduado en Nutrición Humana y Dietética por la Universidad de Valladolid en 2017
- Máster propio en Nutrición Clínica y Deportiva por la Universidad Isabel I y el IICEFS (2018)
- Masterando en Nutrición Aplicada a la Actividad Física y el Deporte por la Universidad Oberta de Cataluña (2022-2024)
- Antropométrista nivel 1 por la ISAK.

**EXPERIENCIA PROFESIONAL:**

Graduado en Nutrición Humana y Dietética en 2017 por la Universidad de Valladolid, comienza su carrera profesional en 2018 en el ámbito privado con consulta presencial en un centro especializado en Palencia. Al mismo tiempo comienza a formar parte del departamento de nutrición de la Federación de Castilla y León de Fútbol. Más adelante en el mismo año 2018 crea su propia asesoría nutricional privada y comienza a formar parte del VRAC Quesos Entrepinares de Rugby como nutricionista, hasta el día de hoy. En 2023 se incorpora como nutricionista de la Selección Española de Rugby. Actualmente mantiene su trabajo en su centro privado y es profesor del Grado de Nutrición Humana y Dietética en la Universidad de Valladolid y Universidad Europea Miguel de Cervantes.

**CV INVESTIGACIÓN:**

- Publicación en Archivos de Medicina del Deporte.: "Estudio del estado de hidratación de futbolistas profesionales mediante diferentes métodos de evaluación de la composición corporal"
- Publicación en Applied Science: "Bioelectrical Impedance Vector Analysis (BIVA) and Somatotype in Female Rugby Players"

## DATOS ESPECÍFICOS DE LA ASIGNATURA

### DESCRIPTOR DE LA ASIGNATURA:

La asignatura Nutrición, Dietética y Salud, acercara al futuro profesional en tecnología e innovación alimentaria al campo de la salud, a través de esta asignatura, se comprenderá como afecta el consumo de los diferentes alimentos a la salud de las personas, cuales son los nutrientes que contienen, como es su fisiología en el cuerpo humano y en qué alimentos les podemos encontrar, conocerán como varían las necesidades nutricionales y el tipo de alimentación a lo largo del ciclo vital, manejarán herramientas importantes de manera sencilla como son las tablas de composición de alimentos y como analizar nutricionalmente un menú, comprenderán como afecta el etiquetado nutricional a la comprensión de información de los consumidores y a través de pequeñas investigaciones aprenderán las diferentes modificaciones producidas por la industria alimentaria en productos procesados, para de esta manera adaptar la demanda de alimentos más saludables en su desempeño profesional futuro.

### CONTENIDOS DE LA ASIGNATURA:

#### 1. Temario

1. Bases sobre Nutrición, Dietética y Salud. : Se tratará: la salud y sus determinantes, diferencias entre alimentación y nutrición, las diferentes clasificaciones alimentarias, tipos de nutrientes, composición corporal humana, bases sobre el metabolismo humano.
2. Metabolismo y Dietética aplicada de los nutrientes : Se tratará: los hidratos de carbono y la fibra, los lípidos, las proteínas, las vitaminas y los minerales y el agua y sustancias nocivas como el alcohol.
3. Equilibrio nutricional y Valoración nutricional : Se tratará: hambre y saciedad, recomendaciones nutricionales y guías alimentarias, valoración nutricional.
4. Nutrición y alimentación en el ciclo vital. : Se tratará: embarazo, lactancia materna y alimentación complementaria, alimentación y nutrición infantil y adolescente, alimentación y nutrición en el adulto, alimentación y nutrición en la vejez.
5. Tablas de composición de alimentos y etiquetado. : Manejo de tablas de composición de alimentos, etiquetado nutricional.
6. Alimentación y dietas saludables y dietas para condiciones especiales. : Dietas saludables y prevención de enfermedades . Dietas en situaciones especiales.

### OBSERVACIONES CONTENIDO DE LA ASIGNATURA:

El temario constará de una parte teórica y de una parte práctica a trabajar en clase.

### RECURSOS DE APRENDIZAJE:

En clase se trabajará con presentaciones PowerPoint que los alumnos podrán seguir. Se les proporcionará a los alumnos los documentos necesarios para comprender y estudiar la asignatura en formato pdf. Además se usarán recursos audiovisuales para afianzar conocimientos y plasmar la realidad.

Los recursos serán colgados en el campus virtual para completo acceso de los alumnos. Si fuera necesario crear grupos de trabajo e interacción la plataforma Teams sería la elegida.

## COMPETENCIAS Y RESULTADOS DE APRENDIZAJE A ADQUIRIR POR EL ALUMNO

### COMPETENCIAS BÁSICAS:

- 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

**COMPETENCIAS GENERALES:**

- CG01. Capacidad de análisis y síntesis
- CG02. Capacidad de organización y planificación
- CG09. Capacidad para trabajar en equipo
- CG10. Compromiso ético
- CG13. Orientación al cliente
- CG15. Motivación por la calidad

**COMPETENCIAS ESPECÍFICAS:**

- CE11. Capacidad para Elaborar e Interpretar una historia dietética.
- CE13. Capacidad para Identificar los factores que influyen en la nutrición.
- CE17. Habilidades para Planificar, implantar y evaluar dietas
- CE20. Capacidad para conocer los hábitos y la historia gastronómica

**RESULTADOS DE APRENDIZAJE:**

El alumno será capaz de:

- Elaborar e Interpretar una historia dietética.
- Identificar los factores que influyen en la nutrición.
- Planificar, implantar y evaluar dietas

**BIBLIOGRAFÍA Y RECURSOS DE REFERENCIA GENERALES**

**BIBLIOGRAFÍA BÁSICA:**

- Angel Gil (2010): Tratado sobre la Nutrición, Bases fisiológicas y bioquímicas de la nutrición Tomo 1 y 3. Panamericana. ISBN: 978-84-9835-242-9 (O.C.); 978-84-9835-238-2 (T. I); 978-84-9835-240-5 (T. III).

**BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA:**

- Víctor Manuel Rodríguez Rivera, Edume Simón Magro. (2008): Bases de la Alimentación Humana. Netbiblo. ISBN: 978-84-9745-215-1

**WEBS DE REFERENCIA:**

Web / Descripción

**OMS: Alimentación Saludable**(<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>)  
 Encontrarás las últimas publicaciones de la Organización Mundial de la Salud, referentes a la alimentación y la salud.

**FAO: Organización de las naciones unidas para la alimentación y agricultura**(<http://www.fao.org/home/es/>)  
 La página oficial de la FAO, recoge publicaciones actuales y de alta calidad en nutrición y seguridad alimentaria a nivel internacional.

**Sección de alimentación saludable de la Universidad de Harvard**(<https://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/healthy-eating-plate/translations/spanish/>)  
 Encontrarás guías alimentarias y datos de referencia basados en las últimas evidencias científicas.

**PLANIFICACIÓN DEL PROCESO DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE DE LA ASIGNATURA**

**METODOLOGÍAS:**

**MÉTODO DIDÁCTICO:**

El método didáctico será el de elección para las clases teóricas. El docente introducirá cada tema en el aula mediante la exposición de los contenidos, y a su vez de fomentará la participación del alumno mediante el

planteamiento de dudas y cuestiones abiertas que den lugar a debate y reflexión.

#### **MÉTODO DIALÉCTICO:**

Se caracteriza por la participación de los alumnos en los debates surgidos o planteados durante las clases teóricas así como en los casos prácticos expuestos y la intervención de éstos a través del diálogo y de la discusión crítica.

Utilizando este método el alumno adquiere conocimiento mediante la confrontación de opiniones y puntos de vista aplicando también los conocimientos adquiridos durante las clases teóricas. Con esta metodología también se evalúa el grado de comprensión de 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 de trabajo activo en el proceso de aprendizaje adquiriendo los conocimientos mediante la experimentación y la resolución de problemas.

#### **CONSIDERACIONES DE LA PLANIFICACIÓN:**

**SEMANA 1-3:** Presentación de la asignatura y Tema 1

- Actividades formativas:
  - Clase presencial
  - Clase Práctica

**SEMANA 4-5:** Tema 2

- Actividades formativas:
  - Clase presencial
  - Clase práctica
  - tutoría

**SEMANA 6-7:** Tema 3

- Actividades formativas:
  - Clase presencial
  - Clase práctica
  - evaluación

**SEMANA 8-9:** Tema 4

- Actividades formativas:
  - Clase presencial
  - Clase práctica
  - tutoría

**SEMANA 10-11:** Tema 5

- Actividades formativas:
  - Clase presenciales
  - Clase práctica
  - tutoría

**SEMANA 12-13:** Tema 6

- Actividades formativas:
  - Clase presenciales
  - Clase práctica

**SEMANA 14-15:** Práctica en clase de los temas anteriores

- Actividades formativas
  - Estudio práctico
  - Estudio teórico

- o Evaluación
- o tutoría

Las tutorías grupales serán las recogidas en la semana amarilla de preparación para la convocatoria ordinaria y extraordinaria. Desde la Escuela Politécnica Superior, se notificarán tanto al profesorado como al alumnado los calendarios de estas tutorías.

Las tutorías individuales serán previa cita en el horario de tutoría individual establecido.

La modalidad (remota o presencial) en la que se realizarán las tutorías, tanto individuales si las hubiese, como grupales, se informará por parte del profesor/a al alumnado.

#### PROGRAMACIÓN DE ACTIVIDADES Y EVALUACIONES:

##### PROGRAMACIÓN DE ACTIVIDADES:

Actividad	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	¿Se evalúa?	CO	CE
Prueba objetiva: Exámen parcial tipo test								X								X	X	X

#### CONSIDERACIONES DE LA EVALUACIÓN EN LA CONVOCATORIA ORDINARIA:

Pruebas de evaluación:

- **Ejecución de prácticas en clase, asistencia, interés y participación:** Representará un 20% de la nota final. El alumno debe asistir y realizar al menos un 50% las prácticas en clase para poder ser evaluado en este apartado. La nota se conservará para una posible convocatoria extraordinaria.
- **Examen parcial tipo test:** se realizará en la semana 7-8 del curso y supondrá el 40% de la nota final. **Este examen no elimina materia.**
- **Examen final preguntas de respuesta corta y desarrollo:** se realizará en la fecha de convocatoria ordinaria marcada por la Universidad. Este examen supondrá el 40% de la nota e incluye todo el temario impartido.

Para poder superar la asignatura en convocatoria ordinaria, el alumno debe sacar al menos un 5 sobre 10 en todas las pruebas anteriormente citadas, excepto en la de ejecución de prácticas en clase, asistencia, interés y participación, que de no aprobar esta parte, se restará el % correspondiente a la nota final.

#### CONSIDERACIONES DE LA EVALUACIÓN EN LA CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA:

En convocatoria extraordinaria, se guardan las notas de las actividades de evaluación continua aprobadas. Por lo tanto:

**Alumnos que hayan aprobado todas las actividades de evaluación continua** (trabajos y ejecución de prácticas en clase) **y 1 de los 2 exámenes** (o bien el parcial o bien el examen final de Convocatoria Ordinaria):

- Se le guarda la nota de todas las actividades aprobadas y sus correspondientes %
- Tendrán que presentarse al examen de la convocatoria extraordinaria, que valdrá un 40% si ha suspendido el parcial o un 40% si ha suspendido el examen final.

**Alumnos que hayan aprobado todas las actividades de evaluación continua** (trabajos y ejecución de prácticas en clase) **pero no el examen parcial ni el examen final** de la Convocatoria ordinaria:

- Se le guarda la nota de todas las actividades y sus correspondientes %
- Tendrán que presentarse al examen de la convocatoria extraordinaria que valdrá un 80% (correspondiente a los dos exámenes parcial y final).

**Alumnos que no hayan aprobado alguna de las actividades de evaluación continua** (trabajos y ejecución de prácticas en clase) **ni los exámenes:**

- Técnicas de observación, asistencia, interés y participación: aunque esta parte no es obligatoria para aprobar la asignatura, pero si el alumno quiere recuperar esta parte, tendrá que presentar un trabajo individual que valdrá el 20%.
- Tendrán que presentarse al examen de la convocatoria extraordinaria que valdrá un 80% (si no ha aprobado ningún examen), o el 40% (si solo ha aprobado el final pero no el parcial) o el 40% (si solo ha

aprobado el examen parcial pero no el final).

*En lo que se refiere a las **actividades de evaluación previstas en esta guía docente tanto para la convocatoria ordinaria como la extraordinaria**, en el caso de tener que pasar a un escenario online, se mantendrían todas las previstas, pero adaptadas a un entorno remoto, si fuese necesario, conforme al protocolo específico aprobado, donde se especifica cómo se adaptaría cada tipo de prueba de evaluación: <https://www.uemc.es/p/protocolo-especifico-para-la-adaptacion-de-la-evaluacion-modalidad-presencial>.*

**SISTEMAS DE EVALUACIÓN:**

SISTEMA DE EVALUACIÓN	PORCENTAJE (%)
Pruebas de respuesta corta	30%
Pruebas de respuesta larga, de desarrollo	10%
Técnicas de observación	20%
Pruebas objetivas	40%