DATOS GENERALES DE LA ASIGNATURA

PLAN DE ESTUDIOS: Grado en Nutrición Humana y Dietética (PGR-NUTRI)
ASIGNATURA : Dietética I (2214)
TIPO DE ASIGNATURA : Teórico-práctica
MODALIDAD : Presencial
CURSO ACADÉMICO: 2026-2027
GRUPO: 2627-T1
CENTRO: Facultad de Ciencias de la Salud
CARÁCTER DE LA ASIGNATURA: Obligatoria (OB)
ECTS: 6,0
CURSO: 3º
TEMPORALIDAD: 1º Semestre
IDIOMA EN QUE SE IMPARTE:
Castellano, excepto las asignaturas de idiomas que se impartirán en el idioma correspondiente

DATOS DEL DOCENTE

NOMBRE Y APELLIDOS: NAIARA CARRETERO LOZANO
EMAIL: ncarretero@uemc.es
TELÉFONO: 983 00 10 00
HORARIO DE TUTORÍAS: Martes a las 13:00 horas

INFORMACIÓN SOBRE TITULACIONES :

- Graduado Nutrición Humana y Dietética. (Universidad *Universidad de Valladolid.*)
- Master universitario: Salud Digital (eHealth)
- Master universitario: Psiconutrición
- Master universitario: Nutrición deportiva y ayudas ergogénicas.

EXPERIENCIA DOCENTE :

- Cuenta con experiencia de 5 años en docencia universitaria en el nivel del Grado (Profesora del Grado Presencial y Online de Nutrición Humana y Dietética de la UEMC y profesora del Grado presencial de Enfermería.)

EXPERIENCIA PROFESIONAL :

- Tiene experiencia en el ámbito profesional de Más de 10 años en el sector Privado (NCLnutrición- Consulta privada de nutrición y formación.)
- Tiene experiencia en el ámbito profesional de 2 años en el sector Privado (Clínica Myoten- Coordinadora del área de nutrición en la consulta privada multidisciplinar.)

EXPERIENCIA INVESTIGADORA :

- 4 años (Experiencia investigadora e innovación docente en nutrición clínica, salud digital y educación superior. Participación en proyectos de innovación docente e investigación educativa: Proyecto de Innovación Docente "Humanizando la atención sanitaria: HumanizAS" (Universidad de Valladolid, 2022-actualidad); Proyecto de Innovación Educativa "NuTICion. Plataformas digitales sobre nutrición y salud al alcance de todos" (UEMC, 2023-2025); Proyecto UEMC "Come bien, come sano" (2024-Actualidad); y Proyecto de Innovación Educativa UEMC "¿Tú tienes algo...?" (2025-2026), basado en el desarrollo de un recurso docente en formato podcast.)

OTROS DATOS CV :

Coautora de un capitulo del libro. Formación Jurídica y Extrasanitaria para el grado Nutrición Humana y dietética. Ojuelos Gómez, F.J.; Crespo Escobar, P. Babio Sánchez, N. Carretero Lozano, N. y Martínez García,

D. Editorial Amarante. Salamanca. 2024. pp 129-152. ISBN:9788412798494

RESULTADOS DE APRENDIZAJE A ADQUIRIR POR EL ALUMNO

GRANDES COMPETENCIAS :

- GC1 - Competencia para desarrollar y aplicar un razonamiento clínico en nutrición. Intervenir en cualquier proceso que requiera un razonamiento clínico, realizando intervenciones dietético-nutricionales a nivel individual o grupal en diferentes situaciones vitales, en colaboración con otros profesionales, con un impacto en la salud de la población intervenida, aplicando los fundamentos básicos de la ciencia de los alimentos, de la nutrición y dietoterapia a la práctica clínica, integrando además un planteamiento basado en la educación dietético-nutricional.
- GC2 - Competencia para intervenir en personas, familias, colectivos y comunidades para mejorar sus hábitos alimentarios y su salud. Evaluar y calcular los requerimientos y necesidades nutricionales en situación de salud y enfermedad de individuos y colectivos, aplicando los fundamentos básicos de la ciencia de los alimentos y nutrición con un enfoque comunitario y de salud pública, basado siempre en la evidencia científica y los principios éticos de la práctica profesional.
- GC3 - Competencia para ejercer la profesión de dietista-nutricionista en todos sus ámbitos con ética profesional, conociendo todos los factores, fundamentos y normas que influyen en la salud, en la seguridad alimentaria y en la alimentación de las personas o diferentes colectivos. Integrar en la praxis todos los valores profesionales reflejados en el Código Deontológico, así como conocimientos y competencias propias del ámbito clínico, administrativo, legal o de salud pública relacionadas con la nutrición humana y dietética.
- GC4 - Competencia para ejercer en todos los ámbitos de la industria alimentaria, incluyendo la tecnología de alimentos, la seguridad alimentaria, higiene de alimentos, producción de nuevos alimentos y el sector de la restauración colectiva. Participar en el diseño, organización y gestión de distintos servicios de alimentación, así como en equipos de trabajo de la industria alimentaria, desde el diseño de nuevos alimentos a su comunicación a la población, aplicando la legislación vigente o trabajando en su desarrollo legislativo y delimitándose a las competencias adquiridas en el Grado en materia de higiene, seguridad alimentaria y gestión de la calidad.
- GC5 - Competencia para participar e intervenir en investigaciones científicas y formación no reglada que se relacionen directa o indirectamente la salud con la alimentación. Estudiar, analizar y relacionar el efecto de los nutrientes y/o alimentos y/o patrones alimentarios en la salud y en la enfermedad, tanto a nivel de investigación básica como aplicada, pudiendo participar en cualquiera de las fases de la investigación.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE :

El alumno será capaz de:

- CT1.1 - Saber aplicar los 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
- HD1.1 - Conocer, valorar críticamente y saber utilizar y aplicar las fuentes de información relacionadas con nutrición, alimentación, estilos de vida y aspectos sanitarios.
- HD1.10 - Desarrollar e implementar planes de transición dietético-nutricional.
- HD1.2 - Aplicar los conocimientos científicos de la fisiología, fisiopatología, la nutrición y alimentación a la planificación y consejo dietético en individuos y colectividades, a lo largo del ciclo vital, tanto sanos como enfermos.
- HD1.6 - Identificar las bases de una alimentación saludable (suficiente, equilibrada, variada y adaptada).
- HD1.7 - 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.
- HD1.8 - Interpretar e integrar los datos clínicos, bioquímicos y farmacológicos en la valoración nutricional del enfermo y en su tratamiento dietético-nutricional.
- HD1.9 - Aplicar las bases de la nutrición clínica a la dietoterapia.

- SC1.1 - Integrar y evaluar la relación entre la alimentación y la nutrición en estado de salud y en situaciones patológicas.
- SC1.2 - Intervenir en la organización, gestión e implementación de las distintas modalidades de alimentación y soporte nutricional hospitalario y del tratamiento dietético-nutricional ambulatorio.
- SC1.3 - Aplicar las Ciencias de los Alimentos y de la Nutrición a la práctica dietética.
- SC1.4 - Evaluar y calcular los requerimientos nutricionales en situación de salud y enfermedad en cualquier etapa del ciclo vital.
- SC1.6 - Prescribir el tratamiento específico, correspondiente al ámbito de competencia del dietista-nutricionista.
- CO2.1 - Conocer los nutrientes, su función en el organismo, su biodisponibilidad, las necesidades y recomendaciones, y las bases del equilibrio energético y nutricional.
- CO2.7 - Conocer las bases y fundamentos de la alimentación y la nutrición humana.
- CO2.9 - Conocer los nutrientes, sus funciones y su utilización metabólica. Conocer las bases del equilibrio nutricional y su regulación.
- HD2.1 - Ser capaz de participar en actividades de promoción de la salud y prevención de trastornos y enfermedades relacionadas con la nutrición y los estilos de vida, llevando a cabo la educación alimentaria-nutricional de la población.
- HD2.3 - Identificar los problemas dietético-nutricionales del paciente, así como los factores de riesgo y las prácticas inadecuadas.
- HD2.4 - Planificar y llevar a cabo programas de educación dietético-nutricional en sujetos sanos y enfermos.
- SC2.1 - Conocer la estructura de los servicios de alimentación y unidades de alimentación y nutrición hospitalaria, identificando y desarrollando las funciones del Dietista-Nutricionista dentro del equipo multidisciplinar.
- SC2.2 - Planificar, realizar e interpretar la evaluación del estado nutricional de sujetos y/o grupos, tanto sanos (en todas las situaciones fisiológicas) como enfermos.
- SC2.3 - Planificar, implantar y evaluar dietas terapéuticas para sujetos y/o grupos.
- SC2.4 - Diseñar y realizar valoraciones nutricionales para identificar las necesidades de la población en términos de alimentación y nutrición, así como identificar los determinantes de salud nutricional.
- SC2.6 - Colaborar en la planificación de políticas alimentarias-nutricionales para la educación alimentaria y nutricional de la población.
- SC3.1 - Tener la capacidad de elaborar informes y cumplimentar registros relativos a la intervención profesional del Dietista-Nutricionista.
- CT4.4 - Interpretar y manejar las bases de datos y tablas de composición de alimentos.
- HD4.1 - Elaborar, interpretar y manejar las tablas y bases de datos de composición de alimentos.
- HD4.3 - Elaborar, controlar y cooperar en la planificación de menús y dietas adaptados a las características del colectivo al que van destinados.
- HD4.4 - Identificar y clasificar los alimentos, productos alimenticios e ingredientes alimentarios.
- HD5.2 - 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.
- HD5.5 - Ser capaz de fundamentar los principios científicos que sustentan la intervención del dietista-nutricionista, supeditando su actuación profesional a la evidencia científica.
- SC5.1 - 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
- SC5.2 - Diseñar y llevar a cabo protocolos de evaluación del estado nutricional, identificando los factores de riesgo nutricional.
- SC5.3 - Participar en el diseño de estudios de dieta total.

DATOS ESPECÍFICOS DE LA ASIGNATURA

DESCRIPTOR DE LA ASIGNATURA :

Uno de los campos de actuación del dietista-nutricionista es el ámbito clínico, donde se engloba tanto el abordaje nutricional de determinadas patologías como el de población sana. De hecho, la sociedad actual cada vez está más interesada y concienciada sobre la importancia de mantener unos hábitos dietéticos saludables y alcanzar un estado óptimo de salud. Por eso, ante la creciente demanda, se hace necesaria la existencia de profesionales que desarrollen su actividad en este campo, asesorando y orientando a la población para conseguir este objetivo. Sin embargo, para que los dietistas-nutricionistas puedan ofrecer este servicio a la sociedad, es necesario que los profesionales posean conocimientos básicos sobre acerca del funcionamiento del cuerpo humano en condiciones de salud y enfermedad, y del papel de la alimentación en ambos procesos, conceptos que se estudian en la asignatura de "Nutrición II" de 2º curso. Pero también, es fundamental que conozcan las diferentes metodologías para la confección de dietas y planificación de menús, que estén familiarizados con los objetivos nutricionales poblacionales, las guías alimentarias, tablas de composición de alimentos y la práctica dietética en población sana. Todos estos conocimientos son los que el alumno podrá adquirir en la asignatura de "Dietética I". La asignatura "Dietética I" se centra en individuos sanos, y permitirá al alumno adquirir los conocimientos y habilidades necesarios para poder confeccionar dietas y menús en otro tipo de poblaciones (con determinadas patologías, grupos de riesgo, situaciones fisiológicas especiales, etc.), que se tratarán en asignaturas posteriores. En definitiva, con esta asignatura se pretende que el estudiante conozca las necesidades nutricionales de la población y cómo ajustarlas en una dieta equilibrada y variada, para que posteriormente, sea capaz de interpretar y aplicar estos conocimientos en el ejercicio profesional. Así mismo, esta asignatura también facilitará a los alumnos la superación del Prácticum, ya que en muchas ocasiones, las prácticas externas se desarrollan en el ámbito clínico de individuos o colectivos, donde el estudiante debe aplicar su capacidad para desarrollar funciones asistenciales orientadas a la alimentación, ayudando a las personas o grupos de personas sanas a planificar dietas saludables y dando solución a problemas similares a los que se han desarrollado en esta asignatura. Todos estos conocimientos son los que se desarrollarán a lo largo de la asignatura "Dietética I". Por último, para la mejor comprensión de la asignatura, es recomendable que alumno haya superado otras asignaturas como "Fisiología I y II", "Bromatología", "Nutrición I" y "Nutrición II".

CONTENIDOS MÍNIMOS :

Introducción a la Dietética. Etiquetado nutricional. Alimentos dietéticos, nutracéuticos y funcionales

Necesidades nutricionales y recomendaciones dietéticas

Análisis de la ingesta alimentaria. Encuestas alimentarias

Ingestas dietéticas de referencia. Guías alimentarias

Herramientas para el análisis de la ingesta alimentaria. Herramientas para la elaboración de dietas. Sistemas de planificación dietética

RECURSOS DE APRENDIZAJE :

- **Recursos didácticos:** Casos, Recursos multimedia
- **Recursos tecnológicos :** Aplicaciones para la gestión del aula, Herramientas de presentación, Recursos de gamificación
- **Recursos interactivos :** Simulaciones y modelos, Juegos educativos
- **Recursos audiovisuales:** Vídeos y podcast

OBSERVACIONES DEL CONTENIDO DE LA ASIGNATURA:

Este contenido puede verse modificado con el objetivo de profundizar más en algunos aspectos relevantes para el ejercicio profesional, o por causas ajenas al profesor. En ambos casos, los alumnos serán debidamente informados.

BIBLIOGRAFÍA Y RECURSOS DE REFERENCIA GENERALES

BIBLIOGRAFÍA BÁSICA:

- María Dolores Ruiz López (2010): Guía para estudios dietéticos : álbum fotográfico de alimentos. Universidad de Granada. ISBN: 9788433851673
- Russolillo G y Marques I. (2008): Sistema de Intercambios para la Confección de Dietas y Planificación de

Menús.. Novadieta editorial. ISBN: 9788461534623
- Moreiras O, Carbajal A, Cabrera L y Cuadrado C. (2016): Tablas de composición de alimentos. Pirámide. ISBN: 9788436839470
- Angela Christaki (2018): Career paths : nutrition & dietetics. Express publishing. ISBN: 9781471572210
- J. Salas- Salvador (2019): Nutrición y Dietética Clínica. Elsevier. ISBN: 9788491133032

OTRAS FUENTES DE REFERENCIA:

Tablas de composición de alimentos por medidas caseras de consumo habitual en España. (http://www.bedca.net)- Tablas de composición de alimentos por medidas caseras de consumo habitual en España.

Tablas de Composición de Alimentos en Europa(http://www.fao.org/infoods/cost99inventory.doc) - Listado de Tablas de Composición de Alimentos en Europa

The International Network of Food Data System(http://www.fao.org/infoods/index_es.stm) -INFOODS (Red Internacional de Sistemas de Datos sobre Alimentos)

EuroFIR Food composition databases(http://www.eurofir.net)- Red Europea de Recursos de Información sobre Alimentos

PLANIFICACIÓN DEL PROCESO DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE DE LA ASIGNATURA

TIPO DE ASIGNATURA :

Teórico-práctica

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 teórica 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.

ACTIVIDADES FORMATIVAS :

- Clases teóricas
- Clases prácticas
- Evaluación
- Trabajo autónomo

CONSIDERACIONES DE LA PLANIFICACIÓN:

La asignatura de Dietética I, está planificada en quince semanas para el desarrollo de todos los contenidos de la asignatura, tanto de clases teóricas, prácticas, presentación de trabajos y seminarios, y pruebas de evaluación final.
SEMANA 1-3: Presentación de la asignatura y Bloque I (Temas 1-3)

Actividades formativas: clase presencial, problem based learning, seminario y clase práctica en el aula.
SEMANA 4-7: Bloque II (Temas 4-8)
Actividades formativas: clase presencial, problem based learning, trabajo grupal en el aula y clases prácticas en el aula. Evaluación parcial.
SEMANA 7-15: Bloque III (Temas 9-14)
Actividades formativas: clase presencial, problem based learning, seminario, clases prácticas en el aula y actividades complementarias.
A lo largo de de las 15 semanas se fomentará el estudio teórico y práctico de los alumnos mediante la realización de trabajos cooperativos, teóricos y prácticos.

TUTORÍAS:
Las tutorías grupales serán las recogidas en la semana amarilla de preparación para la convocatoria ordinaria y extraordinaria. Desde la de Ciencias de la Salud 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.
Esta planificación puede verse modificada por causas ajenas a la organización académica primeramente presentada. El profesor informará convenientemente a los alumnos de las nuevas modificaciones puntuales.
Estas actividades son susceptibles de utilizar herramientas de inteligencia artificial de manera ética y responsable, lo que supone que su uso está destinado para conseguir más información, contrastar y ayudar de manera efectiva a fomentar la creatividad y enriquecer el aprendizaje activo. Así se entiende que la aplicación inapropiada como el traslado de la reproducción de las herramientas sin aportación y trabajo propio, representa un comportamiento inadecuado, que no cumple con los objetivos de la(s) actividad(es) y así se verá reflejado en su calificación.
El profesor podrá incorporar medidas de carácter aleatorio o fijo (sustentación oral del resultado, incluir variaciones en los enunciados, aplicaciones de los resultados a otros contextos, etc.), antes, durante o al finalizar cada actividad formativa, con el propósito de confirmar el uso apropiado de la herramienta de inteligencia artificial.

PROGRAMACIÓN DE ACTIVIDADES Y EVALUACIONES :

PROGRAMACIÓN DE ACTIVIDADES:

Actividad	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	EF	¿Se evalúa en C0?	Sistema evaluación	¿Se mantiene en CE?	Convocatoria extraordinaria
Práctica en el aula						X			X					X			X	Ejecución de prácticas:40%	X	
Examen parcial							X										X	Pruebas escritas:30%		
Examen final																X	X	Pruebas escritas:30%	X	

CONSIDERACIONES DE LA EVALUACIÓN EN LA CONVOCATORIA ORDINARIA:

Para superar la asignatura, el alumno deberá obtener al menos un 5 sobre 10 en cada una de las actividades evaluables. No habrá compensación a través de media de notas de ningún trabajo o prueba con una nota inferior al 5. En el caso de no aprobar alguna de las pruebas evaluables, la nota en la convocatoria ordinaria será de 4 = suspenso, y deberá presentar en la convocatoria extraordinaria aquellas partes que haya suspendido.
La evaluación global de la asignatura se realizará a través de:
Prácticas en el aula: 40% de la nota final. Al ser una asignatura muy práctica, un 40% de la nota corresponderá a 3 prácticas obligatorias en el aula (10% práctica 1, 10% práctica 2 y 20% práctica 3), que tendrán que realizarse y entregarse el día y fecha indicados por la profesora. Para aprobar el informe de prácticas y obtener el 40% de la nota, es necesario entregar y aprobar todas las prácticas. En el caso de no realizarlas, tendrá que examinarse de las prácticas suspensas o no entregadas en convocatoria extraordinaria. Se guardarán las notas de las prácticas aprobadas.
Examen parcial: 30% de la nota final. Se realizará un examen parcial que elimina materia. El examen podrá estar

formado por preguntas tipo test, preguntas cortas o preguntas largas. Para superar el examen la nota global de este tiene que ser igual o superior a 5. La nota de este examen se guarda para el examen final de la convocatoria ordinaria pero no para el de la extraordinaria.
Examen final: 30 o 60% de la nota final. Podrá estar compuesto por un caso práctico, preguntas largas, preguntas cortas y preguntas tipo test.
Si el alumno ha aprobado el examen parcial, no tendrá que examinarse de esa materia en el examen final. En ese caso, el examen valdrá un 30% de la nota.
Si el alumno NO ha aprobado el examen parcial, podrá recuperar esa parte de la materia en el examen final. En ese caso, el examen valdrá un 60% de la nota porque está compuesto por 2 partes.
Para aprobar el examen debe sacar al menos un 5 sobre 10 en el examen total, no se hará medias entre las partes del examen.
La nota final de la asignatura se corresponde a la suma de todas las pruebas de evaluación, aplicando los porcentajes correspondientes.

CONSIDERACIONES DE LA EVALUACIÓN EN LA CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA:

El alumno que tenga que presentarse a la convocatoria extraordinaria se le guardará la nota de las actividades evaluables, en caso de haberlas aprobado, excepto del examen parcial.
La puntuación de las actividades evaluables en la convocatoria extraordinaria será idéntica a la de la convocatoria ordinaria. Para superar la asignatura en convocatoria ordinaria, el alumno deberá obtener al menos un 5 sobre 10 en cada una de las actividades evaluables.
Actividades prácticas: 40% de la nota final. Los alumnos que no hayan aprobado todas las actividades prácticas durante la convocatoria ordinaria, tendrán que examinarse de nuevo en convocatoria extraordinaria. Se guardarán las notas de las actividades aprobadas y tendrán que examinarse de las suspensas o no entregadas. Para aprobar la asignatura en convocatoria extraordianria tienen que tener aprobadas las 3 actividades prácticas.
Examen final: 60% de la nota final. En el caso de no haber aprobado en la convocatoria ordinaria, el alumno irá con las dos partes de la asignatura a la convocatoria extraordinaria. En este caso, el examen, al ser dos partes, supondrá el 60% de la nota.
La nota final de la asignatura se corresponde a la suma de todas las pruebas de evaluación, aplicando los porcentajes correspondientes. Es necesario que el alumno supere toda las pruebas de evaluación con al menos un 5 sobre 10 para superar la asignatura y además, que apruebe el examen final.

SISTEMAS DE EVALUACIÓN:

Tipo de asignatura	Pruebas escritas	Pruebas orales	Ejecución práctica	Técnicas de observación
Teórico-práctica	60 %	0 %	40 %	0 %