

DATOS GENERALES DE LA ASIGNATURA

PLAN DE ESTUDIOS: Grado en Enfermería (PGR-ENFERM)

ASIGNATURA : Nutrición Humana (2782)

TIPO DE ASIGNATURA : Teórica

MODALIDAD : Presencial

CURSO ACADÉMICO: 2026-2027

GRUPO: 2627-T1.1

CENTRO: Facultad de Ciencias de la Salud

CARÁCTER DE LA ASIGNATURA: Obligatoria (OB)

ECTS: 6,0

CURSO: 2º

TEMPORALIDAD: 2º 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: ALBA ABIA HERAS

EMAIL: aheras@uemc.es

TELÉFONO: 983 00 10 00

HORARIO DE TUTORÍAS: Lunes a las 15:00 horas

INFORMACIÓN SOBRE TITULACIONES :

- Graduado Nutrición humana y Dietética (Universidad *Universidad de Valladolid*)
- Master universitario: Máster Universitario en Condicionantes Genéticos, Nutricionales y Ambientales del Crecimiento y el Desarrollo.

EXPERIENCIA DOCENTE :

- Cuenta con experiencia de 2 años en docencia universitaria en el nivel del Grado (Docente en el Grado en Nutrición humana y Dietética de la UEMC en las asignaturas de Inmunología y Dietética II)
- Cuenta con experiencia de 3 años en docencia universitaria en el nivel del Grado (Docente en el Grado en Nutrición humana y Dietética y del Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte en la Universidad Isabel I en las asignaturas de Dietética, Valoración del estado nutricional, Nutrición y Nutrición en el ciclo vital)

EXPERIENCIA PROFESIONAL :

- Tiene experiencia en el ámbito profesional de 5 años en el sector Privado (Coordinadora académica y docente de la UEMC y la UI1)
- Tiene experiencia en el ámbito profesional de 4 años en el sector Privado (Cofundadora y dietista-nutricionista de la consulta de nutrición NutreBurgos)
- Tiene experiencia en el ámbito profesional de 2 años en el sector Privado (Dietista-nutricionista del servicio de restauración del Centro de Referencia Estatal de Atención a Personas con Enfermedades Raras y sus Familias de Burgos)

EXPERIENCIA INVESTIGADORA :

- 2 años (En la actualidad- Programa de doctorado en la UBU con título de tesis "Suplementación de creatina y HMB en pacientes con Síndrome de Down y sus efectos en la composición corporal, función física, estrés oxidativo y perfil inflamatorio".)

RESULTADOS DE APRENDIZAJE A ADQUIRIR POR EL ALUMNO

GRANDES COMPETENCIAS :

- GC3 - CE5 Dirigir, evaluar y prestar los cuidados integrales de enfermería al individuo, la familia y la comunidad.
- GC4 - CIN9 Fomentar estilos de vida saludables, el autocuidado, apoyando el mantenimiento de conductas preventivas y terapéuticas.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE :

El alumno será capaz de:

- SC3.19 - CUE10 Programar, organizar y administrar cuidados de enfermería al tratar a los pacientes sobre la base del cuerpo propio de conocimientos de Enfermería.
- SC4.3 - B5 Conocer y valorar las necesidades nutricionales de las personas sanas y con problemas de salud a lo largo del ciclo vital, para promover y reforzar pautas de conducta alimentaria saludable. Identificar los nutrientes y los alimentos en que se encuentran. Identificar los problemas nutricionales de mayor prevalencia y seleccionar las recomendaciones dietéticas adecuadas.
- SC4.4 - CUE11 Responsabilizar a las personas, las familias y los grupos de unos hábitos de vida sanos y de los cuidados de la propia salud sobre la base de los conocimientos de Enfermería.

DATOS ESPECÍFICOS DE LA ASIGNATURA

DESCRIPTOR DE LA ASIGNATURA :

Valorar las necesidades nutricionales de las personas sanas y con problemas de salud a lo largo del ciclo vital, para promover y reforzar pautas de conducta alimentaria saludable. Identificar los nutrientes y los alimentos en que se encuentran. Identificar los problemas nutricionales de mayor prevalencia y seleccionar las recomendaciones dietéticas adecuadas. Diferenciar entre los distintos grupos de alimentos, y ser capaz de elaborar una dieta adecuada a las necesidades de la población. Participar y promover la educación del paciente, familia y entorno en relación con hábitos de vida y alimentación saludables.

CONTENIDOS MÍNIMOS :

Alimentación. Nutrición y dietética. Principios generales de la Nutrición

Alimentación en distintas etapas de la vida. Alimentación y factores de riesgo para la salud. Alimentación saludable

Nutrición artificial enteral y parenteral. Dietas hospitalarias

Cuidados nutricionales en procesos patológicos

RECURSOS DE APRENDIZAJE :

- **Recursos didácticos:** Casos, Recursos multimedia
- **Recursos tecnológicos :** Plataformas de aprendizaje en línea, Herramientas de presentación
- **Recursos audiovisuales:** Vídeos y podcast

OBSERVACIONES DEL CONTENIDO DE LA ASIGNATURA:

Bloque 1. Introducción a la nutrición y principios generales.

- 1. Conceptos básicos de nutrición y dietética.
- 2. Relación entre nutrición y salud pública.

Bloque 2. Bases fisiológicas y bioquímicas de la nutrición.

- 1. Hidratos de carbono y fibra: definición, clasificación, funciones, fuentes dietéticas, ingesta recomendada.
- 2. Proteínas: definición, clasificación, funciones, fuentes dietéticas, ingesta recomendada.

- 3. Lípidos: definición, clasificación, funciones, fuentes dietéticas, ingesta recomendada.
- 4. Vitaminas: definición, clasificación, funciones, fuentes dietéticas, ingesta recomendada.
- 5. Minerales: definición, clasificación, funciones, fuentes dietéticas, ingesta recomendada.
- 6. Agua y alcohol: definición, clasificación, funciones, fuentes dietéticas, ingesta recomendada.

Bloque 3. Valoración del estado nutricional

- 1. Conceptos y objetivos de la valoración nutricional.
- 2. Estimación de los requerimientos energéticos.
- 3. Métodos de valoración del estado nutricional.
- 4. Tablas de composición de alimentos.

Bloque 4. Alimentación saludable.

- 1. Principios básicos de la alimentación saludable.
- 2. Nutrición en las distintas etapas de la vida.
- 3. Formas alternativas de alimentación. Tipos y características de las dietas.
- 4. Nutrición artificial y dietas hospitalarias

BIBLIOGRAFÍA Y RECURSOS DE REFERENCIA GENERALES

BIBLIOGRAFÍA BÁSICA:

- Gil, A (2024): Tratado de nutrición. Tomo 1. Bases fisiológicas y bioquímicas de la nutrición. Medica Panamericana. ISBN: 9788411061667
- Gil, A (2024): Tratado de nutrición. Tomo 4. Nutrición Humana en el Estado de Salud . Medica Panamericana. ISBN: 9788411061698
- Mahan, L. K., & Raymond, J. L (2017): Krause: dietoterapia. Elsevier. ISBN: 9788491130871

PLANIFICACIÓN DEL PROCESO DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE DE LA ASIGNATURA

TIPO DE ASIGNATURA :

Teórica

METODOLOGÍAS:

MÉTODO DIDÁCTICO:

A través de clases expositivas y presentaciones, la profesora presenta los contenidos de manera estructurada y clara, utilizando materiales visuales, ejemplos prácticos y casos clínicos. El objetivo es proporcionar a los estudiantes los conocimientos fundamentales de la nutrición humana. El método se utilizará principalmente en las clasesteóricas, facilitando la comprensión de los principios básicos de la nutrición y de las necesidades nutricionales en distintos contextos clínicos.

MÉTODO DIALÉCTICO:

Se fomenta el diálogo entre la profesora y los estudiantes, con el objetivo de analizar, reflexionar y debatir los temas tratados. Se busca la interacción constante y el cuestionamiento de conceptos para promover el pensamiento crítico. Este método se implementará en los foros de discusión en la plataforma Moodle y en debates dentro de las clases teóricas, donde se analizarán casos y cuestiones éticas relacionadas con la nutrición y los cuidados de enfermería.

MÉTODO HEURÍSTICO:

Los estudiantes aprenden a través de la resolución de problemas prácticos y el descubrimiento autónomo. Se les anima a buscar respuestas, experimentar y reflexionar sobre los procesos de aprendizaje. En las prácticas y trabajos de investigación, los estudiantes serán responsables de resolver casos prácticos relacionados con hábitos alimentarios, nutrición enteral y parenteral, entre otros. Este método también se utilizará durante las exposiciones orales, donde los estudiantes deben investigar un tema avanzado y presentarsus conclusiones

ACTIVIDADES FORMATIVAS :

- Clases teóricas
- Tutoría
- Evaluación
- Trabajo autónomo

CONSIDERACIONES DE LA PLANIFICACIÓN:

La planificación de esta asignatura está sujeta a posibles modificaciones según las características y necesidades del grupo de estudiantes. Cualquier cambio en el desarrollo de las actividades será informado oportunamente a los alumnos para garantizar su adecuada adaptación y aprovechamiento del curso. Las actividades formativas, como las clases teóricas y el trabajo autónomo, se ajustarán a las condiciones del grupo y el ritmo de aprendizaje.

El uso de determinadas actividades podrá variar si las circunstancias lo requieren, garantizando siempre que se cumplan los objetivos de la asignatura.

En cuanto a las tutorías, estas podrán ser presenciales o por videollamada, dependiendo de los horarios y la disponibilidad de los estudiantes. Además, la programación de las tutorías podrá modificarse en función de las necesidades académicas del grupo y las circunstancias externas que puedan influir en su desarrollo.

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 CO?	Sistema evaluación	¿Se mantiene en CE?	Convocatoria extraordinaria
Trabajo individual Constará de ejercicios prácticos que integren los contenidos teóricos										X							X	Pruebas escritas:20% Técnicas de observación:10%	X	En caso de no superar la CO, se propondrá un nuevo enunciado a resolver en CE. Se mantiene la calificación obtenida en TO.
Examen final											X					X	X	Pruebas escritas:60%	X	
Trabajo oral								X									X	Pruebas orales:10%		

CONSIDERACIONES DE LA EVALUACIÓN EN LA CONVOCATORIA ORDINARIA:

La evaluación de la asignatura se llevará a cabo mediante una combinación de actividades que permitirán valorar tanto los conocimientos teóricos como las habilidades prácticas y comunicativas de los estudiantes.

El 60% de la evaluación corresponderá al examen final teórico, en el cual habrá 20 preguntas de respuesta corta y 40 preguntas tipo test de elección múltiple con una única respuesta correcta. El sistema de corrección para las preguntas tipo test será el siguiente: por cada respuesta correcta se sumará 1 punto, y por cada respuesta incorrecta se restará 0,25 puntos. Para poder aprobar este examen, será necesario obtener una puntuación mínima de 5 en cada parte (test 50%, preguntas cortas 50%) y por tanto tener más de un 5 sobre 10.

El 30 % de la evaluación corresponderá con un trabajo individual que consistirá en la entrega de un dossier que deberá incluir una recopilación detallada de diferentes ejercicios que irán surgiendo durante el curso. La evaluación del trabajo individual tendrá en cuenta la participación activa en las actividades, la aplicación de los conocimientos adquiridos y la calidad del trabajo entregado. Para poder aprobar la asignatura, será necesario obtener una puntuación mínima de 5 sobre 10.

Finalmente, el trabajo oral (10%) consistirá en la preparación de un taller sobre un tema relacionado con la nutrición humana que los estudiantes investigarán por grupos y expondrán al resto de compañeros. Esta actividad fomentará el trabajo en equipo, la investigación y el desarrollo de habilidades comunicativas.

CONSIDERACIONES DE LA EVALUACIÓN EN LA CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA:

Para superar la asignatura en la Convocatoria Extraordinaria, es imprescindible obtener una calificación mínima de 5 sobre 10 tanto en la parte práctica como en la teórica. En caso de haber suspendido una de las dos partes en la convocatoria ordinaria, el estudiante solo deberá recuperar la parte no aprobada, conservando la calificación obtenida en la parte aprobada.

La convocatoria extraordinaria se evaluará de la siguiente forma:

- **Examen final.** Supondrá un 60% de la calificación final. El examen consistirá en 20 preguntas de respuesta corta, y 40 preguntas tipo test de elección múltiple con una única respuesta correcta. El sistema de corrección para las preguntas tipo test será el siguiente: por cada respuesta correcta se sumará 1 punto, y por cada respuesta incorrecta se restará 0,25 puntos. Para poder aprobar este examen, será necesario obtener una puntuación mínima de 5 en cada parte (test 50%, preguntas cortas 50%) y por tanto tener más de un 5 sobre 10.
- **Trabajo individual.** Supondrá un 30% de la calificación final. La calificación obtenida en la CO de las TO (10%) se mantendrá en la convocatoria extraordinaria. El trabajo individual estará compuesto por uno o varios temas relacionados con el temario de la asignatura. Es necesario obtener al menos un 5 sobre 10 para que haga media con el examen final.

SISTEMAS DE EVALUACIÓN:

Tipo de asignatura	Pruebas escritas	Pruebas orales	Ejecución práctica	Técnicas de observación
Teórica	80 %	10 %	0 %	10 %