



Asignatura: Dietética
Código: 18440
Centro: Facultad de Ciencias
Titulación: Grado de Nutrición Humana y Dietética
Curso Académico: 2017-2018
Tipo: Formación obligatoria
Nº de créditos: 6 ECTS

ASIGNATURA / COURSE TITLE

DIETÉTICA / DIETETICS

1.1. Código / Course number

18440

1.2. Materia / Content area

Nutrición y Salud / Nutrition and Health

1.3. Tipo / Course type

Formación obligatoria / Compulsory subject

1.4. Nivel / Course level

Grado / Bachelor (first cycle)

1.5. Curso / Year

3º / 3rd

1.6. Semestre / Semester

1º / 1st (Fall semester)

1.7. Idioma / Language

Español. Se emplea también Inglés en material docente / In addition to Spanish, English is also extensively used in teaching material

1.8. Requisitos previos / Prerequisites

- Es muy recomendable tener conocimientos de nutrición / Some previous knowledge of nutrition is highly advisable.
- Disponer de un nivel de inglés que permita al alumno leer bibliografía de consulta / Students must have a suitable level of English to read references in the language.



Asignatura: Dietética
Código: 18440
Centro: Facultad de Ciencias
Titulación: Grado de Nutrición Humana y Dietética
Curso Académico: 2017-2018
Tipo: Formación obligatoria
Nº de créditos: 6 ECTS

1.9. Requisitos mínimos de asistencia a las sesiones presenciales / **Minimum attendance requirement**

La asistencia a clases teóricas es muy recomendable / **Attendance is highly advisable**
La asistencia a las prácticas es obligatoria / **Attendance to practical sessions is mandatory**

1.10. Datos del equipo docente / **Faculty data**

Coordinadora:

Docente(s) / Lecturer(s)	M ^a del Pilar Montero López
Departamento de / Department of	Biología / Biology
Facultad / Faculty	Ciencias/Building of Biology/ Sciences/Edificio de Biología
Despacho - Módulo / Office - Module	B-109
Teléfono / Phone:	+34 91 497 8148
Correo electrónico/ Email:	pilar.montero@uam.es
Página web/ Website:	
Horario de atención al alumnado/ Office hours:	

El resto del profesorado implicado en la asignatura puede consultarse en la página web del título:

<http://www.uam.es/ss/Satellite/Ciencias/es/1242671471554/listadoCombo/Profesorado.htm>

1.11. Objetivos del curso / **Course objectives**

El objetivo de esta asignatura es contribuir a la formación del estudiante en los siguientes aspectos:

- Evaluar del estado nutricional de una persona teniendo en cuenta indicadores antropométricos, consumo alimentario, indicadores bioquímicos e inmunológicos y patologías.
- Describir los hábitos alimentarios de individuos y colectivos valorando las posibles intervenciones sobre los mismos.
- Reconocer las condiciones sociales y culturales que actúan sobre los hábitos alimentarios.
- Realizar dietas personalizadas y adaptadas a las distintas etapas del ciclo vital y situaciones fisiológicas especiales.
- Adecuar la alimentación de individuos y colectivos a una dieta equilibrada en las diferentes etapas del ciclo vital humano.

A través de la metodología docente empleada y las actividades formativas desarrolladas a lo largo del curso, el estudiante logrará adquirir las siguientes



Asignatura: Dietética
Código: 18440
Centro: Facultad de Ciencias
Titulación: Grado de Nutrición Humana y Dietética
Curso Académico: 2017-2018
Tipo: Formación obligatoria
Nº de créditos: 6 ECTS

competencias del título asociadas al Módulo de Ciencias de la Nutrición, La Dietética y la Salud, de acuerdo con la Orden CIN730/2009:

CE25. Aplicar las Ciencias de los Alimentos y de la Nutrición a la práctica dietética.

CE26. Conocer los nutrientes, sus funciones y su utilización metabólica. Conocer las bases del equilibrio nutricional y su regulación.

CE27. Evaluar y calcular los requerimientos nutricionales en situación de salud y enfermedad en cualquier etapa del ciclo vital.

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.

CE31. Planificar, realizar e interpretar la evaluación del estado nutricional de sujetos y/o grupos, tanto sanos (en todas las situaciones fisiológicas) como enfermos.

CE44. Manejar las herramientas básicas en TICs utilizadas en el campo de la Alimentación, Nutrición y la Dietética.

CE45. Conocer los límites legales y éticos de la práctica dietética.

CE46. Prescribir el tratamiento específico, correspondiente al ámbito de competencia del dietista-nutricionista.

CE47. Ser capaz de fundamentar los principios científicos que sustentan la intervención del dietista-nutricionista, supeditando su actuación profesional a la evidencia científica

1.12. Contenidos del programa / **Course contents**

El temario general de la asignatura cubre tanto los contenidos teóricos como los contenidos de las sesiones prácticas.

MÓDULO I. INTRODUCCIÓN Y ASPECTOS GENERALES

TEMA 1. Introducción a la Dietética. Objetivos y campos de aplicación. Definición de dieta. Conceptos básicos y recomendaciones dietéticas generales.

TEMA 2. Evolución del patrón dietético a lo largo de nuestra historia evolutiva. Origen de la dieta. Evidencias directas e indirectas de la dieta en el pasado. La dieta en España y en el mundo globalizado.

TEMA 3. Dieta equilibrada, adaptada, variada y suficiente. Alimentos como fuente de nutrientes. Composición y clasificación de los alimentos. Tablas y bases de datos de composición de alimentos. Tablas de equivalencias por raciones. Ingestas recomendadas de nutrientes y no nutrientes. Guías alimentarias. Dieta Mediterránea.

MÓDULO II. CONSUMO ALIMENTARIO INDIVIDUAL Y COLECTIVO



Asignatura: Dietética
Código: 18440
Centro: Facultad de Ciencias
Titulación: Grado de Nutrición Humana y Dietética
Curso Académico: 2017-2018
Tipo: Formación obligatoria
Nº de créditos: 6 ECTS

TEMA 4. El estado nutricional y la dieta. Indicadores antropométricos, bioquímicos e inmunológicos del estado nutricional. Indicadores socio-demográficos y económicos.

TEMA 5. Valoración del consumo alimentario. Métodos de cuantificación del consumo alimentario individual y colectivo. Registro de alimentos. Métodos retrospectivos y prospectivos. Encuesta dietética. Técnicas indirectas de estimación de las disponibilidades alimentarias.

MÓDULO III. VALORACIÓN y ELABORACIÓN DE DIETAS

TEMA 6. Valoración de la Dieta. Metodología de valoración de la dieta. Índice de calidad de la dieta. Patrones dietéticos de la vida cotidiana. Informe de valoración de la dieta.

TEMA 7. Planificación y Diseño de Dietas (I). Cantidades y raciones. Dietas por gramajes. Dietas por intercambios. Calibración de dietas. Diseño de menú: dieta, receta y gastronomía. Distribución horaria y semanal de la dieta. Dietas colectivas (colegios, centros de mayores, de discapacitados).

TEMA 8. Planificación y Diseño de Dietas (II). Informática aplicada a la dietética. Programas de instalación local, aplicaciones móviles y plataformas online. Web 2.0 aplicada a la dietética.

TEMA 9. Intervención en la dieta. Patrones de conducta alimentaria. Consejo dietético. Técnicas de modificación de la dieta. Casos prácticos de intervención sobre la dieta.

TEMA 10. Dietas especiales. Dietas hipocalóricas e hipercalóricas. Dietas disociadas. Dietas excluyentes. Productos dietéticos y alimentos funcionales. Dietas milagro. Casos prácticos aplicados a dietas especiales.

MÓDULO IV. LA DIETA y LAS PERSONAS

TEMA 11. La dieta personalizada. Necesidades nutricionales y energéticas en diferentes etapas del ciclo vital humano. Casos prácticos de diseño y ajuste de las necesidades nutricionales.

TEMA 12. La dieta y el hambre. Saciedad y hambruna. La desnutrición en el mundo.

TEMA 13. Importancia de la dieta en las sociedades humanas. Valoración de los casos de éxito en la elaboración de dietas.

MÓDULO V. INVESTIGACIÓN DIETÉTICA

Tema 14. Aproximación a la investigación en el ámbito de la dietética. Campos de investigación. Perspectivas de futuro.

1.13. Referencias de consulta / Course bibliography

Libros

- Cervera P, Clapes F, Rigolfas R. Alimentación y dietoterapia. McGrawHill - Interamericana, Madrid 1999.
- Mahan A, Escott-Stump S. 1998. Nutrición y Dietoterapia, 9th ed. Interamericana McGraw-Hill.
- Mataix J, 2002. Nutrición y Alimentación Humana. Editorial Ergon.



Asignatura: Dietética
Código: 18440
Centro: Facultad de Ciencias
Titulación: Grado de Nutrición Humana y Dietética
Curso Académico: 2017-2018
Tipo: Formación obligatoria
Nº de créditos: 6 ECTS

- Mataix J. 1995. Nutrición para Educadores. Editorial Díaz de Santos. Sociedad Española de Nutrición Comunitaria. Guías alimentarias para la población española. Ed. Díaz de Santos. Madrid 2000.
- Russolillo G, Marques I. Sistemas de Intercambios para la confección de dietas y planificación de Menús. ISBN 978-84-65-3462-3. 2011

Artículos

- “Glucosa y envejecimiento”, en: Biología del envejecimiento. Investigación y Ciencia.1998.
- “Restricción calórica y envejecimiento”, en: Biología del envejecimiento. Investigación y Ciencia.1998.
- “Saciadad y Hambruna”. Monográfico. Noviembre 2007.
- “La Dieta Humana”. Temas 66. Investigación y Ciencia. 2011
- “Retos de la Agricultura”. Temas 71. Investigación y Ciencia. 2013
- Nutrición y recomendaciones dietéticas para personas mayores. Grupo de trabajo ‘Salud pública’ de la Sociedad Española de Nutrición (SEN). Arbonés G., Carbajal A., Gonzalvo B., González-Gros M., Joyanes M., Marques-Lopes I., Martín M., Martínez A., Montero P., Núñez C., Puigdueta I., Quer J., Rivero M., Roset M.A., Sánchez-Muniz F.J., Vaquero M.P., 2003. *Nutrición Hospitalaria*, 13, 3, 109-137.
- Marrodan MD, Montero P, Cherkaoui M (2012). Transición Nutricional en España durante la historia reciente. *Nutritional Transition in Spain during recent history. Nutrición Clínica y Dietética Hospitalaria*. 32(supl.2): 55-64.
- Montero MP, Mora AI, Anzid K, Cherkaoui M, Marrodán MD. (2016). Diet quality of Moroccan adolescents living in Morocco and in Spain. *Journal of Biosocial Sciences*. 00, 1-14.
- Montero P, Fernández-Ballesteros R, Mora Urda AI, Romero Collazos JF. (2013). Nutrition and active ageing in a Spanish simple. *Rev. Esp. Antrop. Fís* Vol. 34: 27-34.
- Montero P (2009). La alimentación del recién nacido: condicionantes culturales y sociales. En: *Determinantes biológicos, psicológicos y sociales de la maternidad en el siglo XXI: mitos y realidades* Colección de Estudios. Ediciones de la Universidad Autónoma de Madrid. 125-146. ISBN: 978-84-8344-131-2.
- Montero P, Anzid K, Cherkaoui M, Baali A, Rodriguez Lopez S (2011) Nutritional status of adolescents in the context of the Moroccan Nutritional transition: the role of parental education. *J. Biosoc. Sci.*, 00, 1-14, 6 Cambridge University Press.
- Montero P, Mora Urda AI, Cherkaoui M, Anzid K. Transition nutritionnelle au Maroc: Étude comparative de l’état nutritionnel des adolescents entre 1991 et 2006. *Journal of Royale des Sciences d’Outre-Mer*.
- Moreno LA, Sarría A. Popkin B.M (2002). The nutrition transition in Spain: a European Mediterranean country. *European Journal of Clinical Nutrition*. 56: 992-1003.



Asignatura: Dietética
Código: 18440
Centro: Facultad de Ciencias
Titulación: Grado de Nutrición Humana y Dietética
Curso Académico: 2017-2018
Tipo: Formación obligatoria
Nº de créditos: 6 ECTS

- Mora-Urda AI, Pereira da Silva R, Bisi Molina MC, Bresciani Salaroli L, Montero López MP. (2015). Relación entre patrones de lactancia materna y tensión arterial en escolares brasileños y españoles. *Nutrición Hospitalaria*. 4 (2): 1568-1575.

Recursos digitales

- Revista Española de Nutrición Humana y Dietética. Fundación Española de Dietistas-Nutricionistas. (Disponible en <http://www.renhyd.org>)
- FEN (Fundación Española de la Nutrición). Libro Blanco de la Nutrición en España. ISBN: 978-84-938865-2-3. (Accesible en: <http://www.fen.org.es/>)
- EURODIET. 2001. <http://nutrition.med.uoc.gr/eurodiet/index.html>
- FAO/WHO/UNU (Food and Agriculture Organization / World Health Organization / United Nations University) Energy and Protein Requirements. Report of a joint FAO/WHO/UNU Expert Consultation. Technical Report Series, Nº 724. WHO. Ginebra 1985.

2. Métodos docentes / Teaching methodology

Las estrategias docentes a seguir en el desarrollo de la asignatura serán:

Actividades presenciales

- Sesiones teóricas sobre el temario de la asignatura.
- Seminarios monográficos sobre aspectos relevantes del temario.
- Sesiones prácticas (resolución de “casos prácticos” de valoración y diseño de dietas):
 - o En aula, a lo largo de una sesión de 2 horas un día a la semana, y con una extensión temporal de 10 semanas.
 - o Realización de prácticas de laboratorio y aula de informática, a lo largo de una sesión de 4 horas un día a la semana, y con una extensión temporal de aproximadamente 5-6 semanas.

Actividades no presenciales

- Trabajos individuales y/o en grupo: “reflexiones sobre seminarios” y elaboración de un “cuaderno de trabajo”.
- Docencia en red: la plataforma Moodle servirá como soporte para el apoyo a la docencia presencial (materiales de consulta, lecturas complementarias, foros temáticos, foros de discusión).

Tutorías: se establecerá un horario de tutoría presencial y se ofrecerán tutorías virtuales a los estudiantes que lo soliciten.

3. Tiempo de trabajo del estudiante / Student workload

Actividades presenciales		
Sesiones de teoría	3h/14 semanas	42h



Asignatura: Dietética
Código: 18440
Centro: Facultad de Ciencias
Titulación: Grado de Nutrición Humana y Dietética
Curso Académico: 2017-2018
Tipo: Formación obligatoria
Nº de créditos: 6 ECTS

Prácticas en aula (casos prácticos) y Seminarios monográficos	2h/10 semanas	20h
Sesiones prácticas	4h/5 semanas	20h
Examen		2h
Tutorías		2h
	Total Horas Presenciales	86h
Trabajo personal del estudiante (no presencial)		
Cuaderno laboratorio		15h
Reflexiones sobre seminarios		4h
Estudio semanal	1h/15 semanas	15h
Preparación de examen		30h
	Total Horas No Presenciales	64h
TOTAL (6 ECTS)	1 ECTS = 25 horas	150h

4. Métodos de evaluación y porcentaje en la calificación final / Evaluation procedures and weight of components in the final grade

Descripción detallada del procedimiento para la evaluación

Evaluación Ordinaria

Actividades presenciales	Porcentaje máximo
Examen escrito	60%
Trabajo personal del estudiante	
Cuaderno de Trabajo	30%
Asistencia y participación	10%
TOTAL	100%

La calificación de la evaluación ordinaria se establecerá a partir de la suma de los valores porcentuales de cada apartado indicado en la tabla. Para superar la asignatura se deberá obtener una calificación final mínima de 5 puntos (sobre 10).



Asignatura: Dietética
Código: 18440
Centro: Facultad de Ciencias
Titulación: Grado de Nutrición Humana y Dietética
Curso Académico: 2017-2018
Tipo: Formación obligatoria
Nº de créditos: 6 ECTS

El estudiante que no haya justificado debidamente su ausencia a más del 20% de las sesiones prácticas obligatorias, será calificado en la convocatoria ordinaria como “No evaluado”.

Evaluación Extraordinaria

La evaluación extraordinaria estará basada en la realización de una prueba escrita y en la entrega de los trabajos que nos hayan presentado en la evaluación ordinaria o que no se haya superado durante la misma:

Examen escrito	60%
Cuaderno de Trabajo / Reflexiones sobre seminarios	40%

Las fechas de los exámenes de la convocatoria ordinaria y extraordinaria serán aprobadas por la Junta de Facultad y las fechas definitivas serán publicadas en las formas indicadas por la Normativa de Evaluación Académica de la UAM.

Descripción detallada del procedimiento para la evaluación

Examen escrito: La realización del examen es obligatoria para todos los estudiantes y en él se les evaluará sobre los aspectos teóricos y prácticos de la asignatura. Esta prueba evalúan las competencias del estudiante relacionadas con la adquisición de conocimientos y la asimilación de los contenidos teóricos propios de la asignatura (CE25, CE26, CE27, CE28, CE29, CE30, CE31), así como el grado de adquisición de competencias generales, como las que a continuación se señalan:

CG1: Capacidad de análisis y síntesis de la información

CG3: Capacidad de una correcta comunicación oral y escrita en lengua nativa

CG6: Capacidad de reunir e interpretar datos relevantes y de gestionar la información

CG26: Capacidad de adquirir y aplicar conocimientos procedentes de la vanguardia científica

Cuaderno de Trabajo: La realización del cuaderno de trabajo es obligatoria y en los estudiantes deben plasmar el resultados de las actividades individuales y colectivas que se desarrollan a lo largo del curso. Con esta herramienta de trabajo se evalúan los conocimientos teóricos y técnicos del estudiante (CE44, CE45, CE46, CE47), así como la adquisición de competencias generales como:

CG2: Capacidad de organización y planificación

CG6: Capacidad de reunir e interpretar datos relevantes y de gestionar la información

CG7: Capacidad de resolución de problemas

CG8: Capacidad para la reflexión y la toma de decisiones

CG9: Autocontrol

CG10: Seguridad en sí mismo

CG11: Habilidad para el trabajo en equipo y las relaciones interpersonales

CG15: Capacidad de razonamiento crítico

CG16: Capacidad de elaboración y defensa de argumentos



Asignatura: Dietética
Código: 18440
Centro: Facultad de Ciencias
Titulación: Grado de Nutrición Humana y Dietética
Curso Académico: 2017-2018
Tipo: Formación obligatoria
Nº de créditos: 6 ECTS

CG19.- Capacidad de transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado

CG27.- Capacidad de aplicar sus conocimientos al desarrollo práctico de su profesión

CG28.- Capacidad de aprendizaje autónomo

CG35: Orientación hacia la obtención de resultados

5. Cronograma* / Course calendar

Semana Week	Contenido Contents	Horas presenciales Contact hours	Horas no presenciales Independent study time	
1	MÓDULO I	Contenidos teóricos	6	
2		Prácticas de Aula	4	2
		Prácticas de Laboratorio e informática		
3	MÓDULO II	Contenidos teóricos	5	
4		Prácticas de Aula	1	2
		Prácticas de Laboratorio e informática	8	4
5	MÓDULO III	Contenidos teóricos	15	
6				
7				
8		Prácticas de Aula	6	6
9				
10		Prácticas de Laboratorio e informática	8	3
11	MÓDULO IV	Contenidos Teóricos	10	
12		Prácticas de Aula	3	4
13				
14		Prácticas de Laboratorio e informática	6	
15	MÓDULO V	Contenidos Teóricos	3	
		Prácticas en aula	2	3
		Prácticas de Laboratorio e informática		

* Este cronograma es orientativo, el horario se publica en la Web del Grado