



DATOS IDENTIFICATIVOS

Nutrición e dietética

Materia	Nutrición e dietética			
Código	O01G040V01503			
Titulación	Grao en Ciencia e Tecnoloxía dos Alimentos			
Descritores	Creditos ECTS	Sinale	Curso	Cuadrimestre
	6	OB	3	1c
Lingua de impartición				
Departamento	Química analítica e alimentaria			
Coordinador/a	de la Montaña Miguélez, Julia María Dolores			
Profesorado	de la Montaña Miguélez, Julia María Dolores Míguez Bernárdez, Monserrat			
Correo-e	jmontana@uvigo.es			
Web				
Descrición xeral	<p>(*) La asignatura de Nutrición y Dietética tiene los siguientes objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Conocer las principales características de los nutrientes y su importancia para mantener un estado óptimo de salud. -Determinar las necesidades energéticas y estudiar los metodos más adecuados para su determinación. -Conocer la alimentación más adecuada en cada una de las etapas fisiológicas de la vida. -Aprender a diseñar dietas equilibradas para cada una de estas etapas fisiológicas. -Diseñar dietas terapéuticas para diferentes situaciones patológicas. 			

Competencias de titulación

Código	
A22	Capacidade para realizar educación alimentaria
A23	Capacidade para asesorar legal, científica e tecnicamente á industria alimentaria e aos consumidores
B1	Capacidade de organización e planificación
B2	Capacidade de análise e síntese
B3	Capacidade de comunicación oral e escrita tanto na lingua vernácula como en linguas estranxeiras
B4	Coñecementos básicos de informática
B5	Capacidade de xestión da información
B6	Adquirir capacidade de resolución de problemas
B7	Adquirir capacidade na toma de decisións
B8	Capacidades de traballo en equipo, con carácter multidisciplinar e en contextos tanto nacionais como internacionais
B9	Habilidades nas relacións interpersoais
B10	Recoñecer a diversidade e a multiculturalidade
B11	Habilidades de razoamento crítico
B12	Desenvolver un compromiso ético
B13	Aprendizaxe autónoma
B14	Adaptación a novas situacións
B15	Creatividade
B17	Coñecemento doutras culturas e costumes

Competencias de materia

Resultados previstos na materia	Resultados de Formación e Aprendizaxe
---------------------------------	---------------------------------------

(*)Coñecer os *nutrientes que forman parte dos alimentos	A22 A23	B1 B2 B13 B17
(*)Integrar o coñecemento do *metabolismo dos *nutrientes e o seu *implicación en situacións de saúde e enfermidade	A22 A23	B2 B7 B12 B13
(*)Coñecer e valorase as necesidades *nutricionales das persoas sas e en situacións *fisiolóxicas especiais, para *promover e reforzar *pautas de conduta *alimentaria saudable.	A22	B1 B5 B6 B7 B10 B17
(*)Coñecer as necesidades e *recomendacións *nutricionales en función das características do individuo, en distintas etapas da vida e en diferentes situacións *fisiolóxicas	A22 A23	B1 B2 B5 B7 B11
(*)Capacidade de establecer estratexias de análises para detectar desviacións dos patróns *nutricionales recomendados	A22 A23	B1 B2 B5 B6 B7 B11 B13 B17
(*)Coñecer a perspectiva actual na *prevención de enfermidades crónicas relacionadas coa alimentación	A22 A23	B1 B6 B7 B11 B13 B14 B17
(*)Valorar dietas e detectar os posibles erros e suscitar as solucións máis adecuadas a cada caso.	A22 A23	B1 B4 B6 B7 B8 B11 B13 B17
(*)Deseñar dietas *basales tanto *cualitativamente como *cuantitativamente	A22 A23	B4 B6 B7 B8 B10 B13 B15 B17
(*)Realizar avaliacións *nutricionales mediante métodos *antropométricos	A22	B4 B6 B8 B13
(*)Deseñase dietas para diferentes *patoloxías	A22 A23	B2 B3 B5 B6 B7 B9 B13 B15

Contidos

Tema

(*)1.-Introdución	(*)
(*)2.-*Metabolismo *energético	(*)
(*)3.-*Hidratos de Carbono	(*)

(*)4.-Proteínas	(*)
(*)5.-Lípidos	(*)
(*)6.-Vitaminas	(*)6.1.-Vitaminas *Hidrosolubles6.2.-Vitaminas *Liposolubles
(*)7.-*Minerales	(*)
(*)8.-Avaliación do Estado *Nutricional	(*)8.1.-Avaliación da *ingesta8.2.-Métodos *Antropométricos
(*)10.-Alimentación no *Embarazo	(*)
(*)11.-Alimentación do *Lactante	(*)
(*)12.-Alimentación do Adolescente	(*)
(*)13.-Alimentación do Ancián	(*)

Planificación

	Horas na aula	Horas fóra da aula	Horas totais
Sesión maxistral	15	45	60
Presentacións/exposicións	1	5	6
Seminarios	19	33	52
Traballos tutelados	10	0	10
Probas de autoavaliación	0	3	3
Probas de resposta curta	0	19	19

*Os datos que aparecen na táboa de planificación son de carácter orientador, considerando a heteroxeneidade do alumnado.

Metodoloxía docente

	Descrición
Sesión maxistral	(*)Exposición en sesións de una hora de los contenidos de la materia utilizando medios audiovisuales.
Presentacións/exposicións	(*) Exposición individual por parte del alumno del trabajo realizado sobre un tema, tutelado por el profesor. Las exposiciones se realizarán ante los demás alumnos y el profesor.
Seminarios	(*)El alumno desarrollara una serie de actividades planteadas por el profesor como complemento de las clases teóricas, tanto de forma individual como en grupo.
Traballos tutelados	(*)El alumno de forma individual elaborará un trabajo sobre una temática de la materia. Los alumnos estarán tutelados por el profesor que los asesorará en la búsqueda de información, bibliografía así como en la resolución de las dudas y problemas que se puedan plantear en la elaboración del trabajo.

Atención personalizada

Metodoloxías	Descrición
Sesión maxistral	
Traballos tutelados	
Seminarios	
Probas	Descrición
Probas de autoavaliación	
Probas de resposta curta	

Avaliación

	Descrición	Cualificación
Sesión maxistral	(*) Se valorará la asistencia a las clases magistrales siempre que el alumno haya asistido al 90% de las mismas.	2.5
Presentacións/exposicións	(*)Valorarase a capacidade de exposición e síntese así como o manexo das *TIC.	5
Seminarios	(*) Se valorara tanto la entrega de los boletines (5%) de las actividades realizadas como el cumplimiento de las fechas de entrega (2,5%). La resolución de aquellas actividades que así lo requieran las actividades se valorará con un 10%	17.5
Traballos tutelados	(*)Valorarase o contido do traballo, a dificultade do tema elixido e as fontes de información utilizadas (número, *fiabilidad, actualidade...).	15
Probas de autoavaliación	(*)Será necesario para a súa valoración que o alumno entregue polo menos o 80% das probas de *autoevaluación.	10
Probas de resposta curta	(*)Realizaranse dous exames nos que o alumno terá que contestar a unha serie de preguntas curtas relacionadas cos contidos da materia. Para superar a materia o alumno deberá obter un 5 sobre 10 en ambos exames.	50

Outros comentarios sobre a Avaliación

Bibliografía. Fontes de información

J Mataix, **Alimentación Humana y Nutrición**, 2ª. vol 1 y 2,

A. Gil, **Tratado de Nutrición**, Tomos 1, 2 y 3,

G. M. Wardlaw, **Perspectivas sobre Nutrición**, Ed. Paidotribo,

Salas-Salvadó, **Nutrición y Dietética Clínica**,

Moreiras, O et al., **Tabla de composición de alimentos**, Ed. Pirámide,

FESNAD: Federación Española de Nutrición Alimentación y Dietética, **Ingestas dietéticas de referencia (IDR) para la población española**, ED. Universidad de Navarra SA EUNSA,

Recomendacións

Materias que se recomienda cursar simultaneamente

Bromatoloxía/O01G040V01501

Materias que se recomienda ter cursado previamente

Fisioloxía/O01G040V01205

Bioquímica/O01G040V01302

Química e bioquímica alimentaria/O01G040V01404
