



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 *nutricionais 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 *nutricionais 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 *nutricionais 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 *nutricionais 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
