

DATOS IDENTIFICATIVOS				
Nutrición e dietética				
Materia	Nutrición e dietética			
Código	O01G041V01603			
Titulación	Grao en Ciencia e Tecnoloxía dos Alimentos			
Descritores	Creditos ECTS	Sinale	Curso	Cuadrimestre
	6	OB	3	2c
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	A materia de Nutrición e Dietética ten os seguintes obxectivos: -Coñecer as principais *caracteristicas dos nutrientes e a súa importancia para manter un estado *óptimo de saúde. -Determinar as necesidades enerxéticas e estudar os *metodos máis adecuados para a súa determinación. -Coñecer a alimentación máis adecuada en cada unha das etapas *fisiológicas da vida. -Aprender a deseñar dietas equilibradas para cada unha destas etapas *fisiológicas. -Deseñar dietas *terapeúticas para diferentes situacións patolóxicas.			

Competencias	
Código	
A3	Que os estudantes teñan a capacidade de reunir e interpretar datos relevantes (normalmente dentro da súa área de estudo) para emitir xuízos que inclúan unha reflexión sobre temas relevantes de índole social, científica ou ética.
B1	Que los estudiantes sean capaces de desarrollar habilidades de análisis, síntesis y gestión de la información para contribuir a la organización y planificación de actividades de investigación en el sector alimentario.
B2	Que los estudiantes sean capaces de adquirir y aplicar habilidades y destrezas de trabajo en equipo, sean o no de carácter multidisciplinar, en contextos tanto nacionales como internacionales, reconociendo la diversidad de puntos de vista, así como el poso de las distintas escuelas o formas de hacer.
B3	Que los estudiantes sean capaces de desarrollar habilidades personales de razonamiento crítico.
B4	Que los estudiantes sean capaces de adaptarse a nuevas situaciones, con grandes dosis de creatividad e ideas para asumir el liderazgo.
B5	Que los estudiantes sean capaces de desarrollar iniciativas y espíritu emprendedor con especial preocupación por la calidad de vida.
C23	Capacidade para realizar educación alimentaria en Ciencia y Tecnología de los Alimentos
C24	Capacidade para asesorar legal, cientifica e tecnicamente á industria alimentaria e aos consumidores
D1	Capacidade de análisis, organización e planificación
D3	Capacidade de comunicación oral e escrita tanto na lingua vernácula como en linguas estranxeiras
D4	Capacidad de aprendizaje autónomo y gestión de la información
D5	Capacidad de resolución de problemas y toma de decisiones
D7	Adaptación a nuevas situaciones con creatividad e innovación
D8	Capacidad de razonamiento crítico y autocrítico.
D9	Trabajo en equipo de carácter interdisciplinar

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

RA1: Coñece os nutrientes que forman parte dos alimentos e comprende a súa implicación nos procesos metAbólicos	A3			
RA2: Integra e relaciona o coñecemento do metabolismo dos nutrientes coa súa implicación en situacións de saúde e enfermidade	A3	B1	C23 C24	
RA3: Establece recomendacións nutricionais en función das necesidades dos individuos e poboacións, en distintas etapas da vida e en diferentes situacións fisiológicas		B3	C23 C24	D1 D3 D4 D5
RA4: Capacidade de establecer estratexias de análises para detectar desviacións dos patróns nutricionais recomendados		B1 B2	C23 C24	D1 D3 D5 D7
RA5: Coñece e valora desde a perspectiva actual a prevención de enfermidades crónicas relacionadas coa alimentación		B1 B2		
RA6: Deseña dietas basales tanto culitativamente como cuantitativamente		B1 B5	C23 C24	D1 D5 D7 D9
RA7: Realiza avaliacións nutricionais mediante métodos antropométricos		B2		D1
RA8: Deseña dietas para diferentes patoloxías		B1 B4	C23 C24	D1 D5 D8

Contidos

Tema	
1.-Introdución	1.1. Definicións e conceptos 1.2. RDA e IDR 1.3. Obxectivos nutricionais e guías alimentarias
2.-Metabolismo enerxético	2.1. A enerxía dos alimentos 2.2. Calorimetrías 2.3. Necesidades enerxéticas 2.4. Equilibrio enerxético
3.-Hidratos de Carbono	3.1. Estrutura e clasificación 3.2. Dixestión e absorción 3.3. Metabolismo da glicosa, fructosa e galactosa 3.4. Necesidades na dieta 3.5. Problamas asociados ao seu consumo
4.-Proteínas	4.1. Concepto de proteína e aminoácidos 4.2. Dixestión, absorción e metabolismo de proteínas e aminoácidos 4.3. Necesidades diarias de proteínas 4.4. Deficiencias e excesos *proteicos 4.5. Intolerancias e alerxias
5.-Lípidos	5.1. Estrutura e clasificación 5.2. Acedos graxos esenciais 5.3. Dixestión, absorción e metabolismo 5.4. Recomendacións de inxesta
6.-Vitaminas	6.1.-Vitaminas Hidrosolubles 6.2.-Vitaminas Liposolubles
7.-Minerais	7.1. Minerais que gardan relación co óso: calcio 7.2. Minerais esenciais: ferro
8.-Avaliación do Estado Nutricional	8.1.-Avaliación da inxesta 8.2.-Métodos Antropométricos
9.-Alimentación no embarazo e a lactación	9.1. Alimentación na muller embarazada 9.2. Alimentación durante a lactación
10.-Alimentación nas distintas etapas da vida.	10.1- Lactante 10.2-Adolescente 10.3-Ancián

Planificación

	Horas na aula	Horas fóra da aula	Horas totais
Lección maxistral	14	28	42
Presentación	1	10	11
Seminario	27	27	54
Traballo tutelado	0	20	20
Autoavaliación	0	3	3
Exame de preguntas obxectivas	0	20	20

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

Metodoloxía docente	
	Descrición
Lección maxistral	Exposición en sesións dunha hora dos contidos da materia utilizando medios audiovisuais.
Presentación	Exposición individual por parte do alumno do traballo realizado sobre un tema, tutelado polo profesor. As exposicións realizaranse ante os demais alumnos e o profesor.
Seminario	O alumno desenvolvese unha serie de actividades expostas polo profesor como complemento das clases teóricas, tanto de forma individual como en grupo.
Traballo tutelado	O alumno de forma individual elaborará un traballo sobre unha temática da materia. Os alumnos estarán tutelados polo profesor que os asesorará na procura de información, bibliografía así como na resolución das dúbidas e problemas que se poidan expor na elaboración do traballo.

Atención personalizada	
Metodoloxías	**Descrición**
Lección maxistral	Os alumnos poden resorver as dubidas de maneira presencialdurante o tempo destinado as clases maxistrales
Traballo tutelado	Os alumnos poderan resolver as dudas a cerca dos traballos que teñen que realizar asistib¡ndo de forma presencial as horas de titorias que o profesorado teñe asignado. Asi mesmo poderan hacer as suas consultas mediante o campus remoto nos despachos virtuales o por correo electrónico
Seminario	Durante os seminarios o profesor atenderá a todas as dudas o necesidad que o alumnado teña en relacion a materia. Tamén poderan ser atendidos de manera no presencial plateando as dúbidas por correo electrónico o mediante os despachos virtuales do campus remoto.
Probas	**Descrición**
Autoavaliación	As dudas que o alumnado teña en relación as probas de autoevaluación será atendidas mediante a plataforma FAITIC o correo electrónico.
Exame de preguntas obxectivas	Os alumnos podran resolver as dúbidas de forma presencial en as horas destinadas a tutoria e de forma non presencial mediante os despachos virtulaes do campus remoto e/ou por correo electrónico

Avaliación				
	Descrición	Cualificación	Resultados de Formación e Aprendizaxe	
Presentación	Valorarase a capacidade de exposición e síntese así como o manexo do TIC. Resultados de aprendizaxe avaliados: *RA1, *RA2, *RA3, *RA4, *RA5, *RA6, *RA7, *RA8	5	B1 B2 B3	C23
Seminario	Valorásese tanto a entrega dos boletíns (5%) das actividades realizadas como o cumprimento das datas de entrega (2,5%). A resolución daquelas actividades que así o requiran as actividades valorarase cuns 10% Resultados de aprendizaxe avaliados: *RA3, *RA4, *RA5, *RA6, *RA7, *RA8	20	B1 B2 B3	C23
Traballo tutelado	Valorarase o contido do traballo, a dificultade do tema elixido e as fontes de información utilizadas (número, fiabilidade, actualidade...). *Sera obrigatorio para os alumnos a asistencia a todas as sesións de exposición de traballos quedando *asi o alumno exento de examinarse deses contidos. Resultados de aprendizaxe avaliados: *RA3, *RA4, *RA5, *RA6, *RA7, *RA8	15	B1 B2 B3	C23 C24
Autoavaliación	Será necesario para a súa valoración que o alumno entregase polo menos o 80% das probas de *autoevaluación. A entrega en tempo e forma valorarase cun 2,5% e o acerto na resolución con *um máximo de 7,5% Resultados de aprendizaxe avaliados: *RA1, *RA2 *RA8	10		C23
Exame de preguntas obxectivas	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 os exames. Resultados de aprendizaxe avaliados: *RA1, *RA2,*RA4,*RA8	50		C23 C24

Outros comentarios sobre a Avaliación

A avaliación é continua. A puntuación final dependerá de a puntuación de cada metodoloxía, sendo necesario alcanzar un 5 sobre 10 para superar a materia. A realización de as distintas probas de avaliación será condición imprescindible para que o alumno sexa evaluado en a materia.Cando o alumno, por causas xustificadas, non poida asistir a as actividades programadas esixiráselle a presentación e entrega de todas as actividades en un prazo determinado a través de a plataforma TEMA.A os alumnos que se presenten en segunda convocatoria abriráselle un prazo para a entrega de todas as actividades e deberá superar as probas de avaliación correspondentes.**Convocatoria fin de carreira:** o alumno que opte por examinarse en fin de carreira será evaluado únicamente con o exame (que valerá o 100% de a nota). En caso de non asistir a devandito exame, ou non aprobalo, pasará a ser evaluado do mesmo xeito que o resto de alumnos.As datas oficiais de exames, poderanse consultar en a pagina Web de o Centro, e son as seguintes:

Fin de carreira: 15 de setembro 2020 16:00 h

Convocatoria marzo: 22 marzo 2021 10:00h

Convocatoria xullo: 8 xullo 2021 10:00h

En caso de erro en a transcrición de as datas de exames, as válidas son as aprobadas oficialmente e publicadas en o taboleiro de anuncios e en a web de o Centro

Bibliografía. Fontes de información

Bibliografía Básica

J Mataix, **Alimentación Humana y Nutrición**, 2ª. vol 1 y 2, 2ª Edición. Ergon, 2015

A. Gil, **Tratado de Nutrición**, Tomos 1, 2, 3 y 4, Panamericana, 2010

G. M. Wardlaw, **Perspectivas sobre Nutrición**, Ed. Paidotribo, 2008

Salas-Salvadó, **Nutrición y Dietética Clínica**, 2 Edicion Elsevier Masson, 2008

Moreiras, O et al., **Tabla de composición de alimentos**, 16 Edición Piramide, 2013

FESNAD: Federación Española de Nutrición Alimentación y Dietéica, **Ingestas ditéticas de referencia (IDR) para la población española**, ED. Universidad de Navarra SA EUNSA, 2010

Bibliografía Complementaria

Recomendacións

Materias que se recomenda ter cursado previamente

Fisioloxía/O01G041V01205
Bromatoloxía/O01G041V01501

Plan de Continxencias

Descrición

=== MEDIDAS EXCEPCIONAIS PLANIFICADAS ===
Ante a incerta e imprevisible evolución da alerta sanitaria provocada polo *COVID-19, a Universidade de Vigo establece unha planificación extraordinaria que se activará no momento en que as administracións e a propia institución determíneno atendendo a criterios de seguridade, saúde e responsabilidade, e garantindo a docencia nun escenario non presencial ou parcialmente presencial. Estas medidas xa planificadas garanten, no momento que sexa preceptivo, o desenvolvemento da docencia dun modo máis áxil e eficaz ao ser coñecido de antemán (ou cunha ampla antelación) polo alumnado e o profesorado a través da ferramenta normalizada e institucionalizada das guías docentes.

=== ADAPTACIÓN DAS METODOLOXÍAS ===
* Metodoloxías docentes que se manteñen
As metodoloxías docentes será, as mesmas no tres escenarios, xa que foron deseñadas para facilitar unha transferencia fluída desde un escenario 100% presencial a outro 100% en remoto. A única diferenza estriba no escenario na que se impartirá a docencia. No escenario de ensino mixto ou semipresencial as metodologias levaríanse a acabo de modo semipresencial e virtual. Por otra banda no escenario de ensinanza a distancia as metodoloxías previstas adaptaríanse a unha modalidade de execución virtual.

* Metodoloxías docentes que se modifican
Non se modifica a dinamica propia de ningunha metodoloxía docente, agás, como se dí no apartado anterior a súa forma de execución, presencial ou virtual (no caso dun escenario mixto) e exclusivamente virtual (no caso dun escenario a distancia).

* Mecanismo non presencial de atención ao alumnado (tutorías)
No potencial escenario de docencia semipresencial as sesions de titorización poderán realizarse presencialmente e/ou no despacho virtual, baixo concertación previa, no horario que se estableza. No escenario de docencia virtual ou a distancia, a titorización realizarase únicamente polos medios telemáticos mencionados.

* Modificacións (si proceden) dos contidos a impartir
Non hai modificacións dos contidos a impartir.

* Bibliografía adicional para facilitar o auto-aprendizaxe
A bibliografía adicional será proporcionada ao longo do desenvolvemento da materia
* Outras modificacións
-Ferramentas para a docencia virtual: No escenario de docencia semipresencial, ademais da docencia presencial nas aulas, a actividade docente virtual impartiráse mediante as aulas do Campus Integra e utilizaráse a plataforma de teledocencia FAITIC como reforzo, sen prexuízo doutras medidas que se poidan adoptar para garantir a accesibilidade do alumnado aos contidos docentes.
No escenario de docencia virtual a actividade docente desenvolverase exclusivamente de modo virtual.

=== ADAPTACIÓN DA AVALIACIÓN ===
Non hai cambios nin nos instrumentos nin nos criterios de avaliación establecidos na guía docente ordinaria.
* Probas pendentes que se manteñen
Todas as probas propostas na guía docente para as próximas convocatorias mantéñense en calquera das 3 modalidades de ensino previsto: presencial, semipresencial e virtual para o curso 2020-21.
Os criterios de avaliación, así como a súa ponderación na nota final mantéñense. Os procedementos e tipoloxía das probas de avaliación tampouco se modifican no seu contido, pero si no modo de execución, no caso dos dous escenarios docentes extraordinarios previstos. Así no caso dun escenario de docencia mixta as probas de avaliación poderá, ser organizadas de forma presencial e si non fose posible facelo presencialmente realizaranse de maneira virtual. No caso de un escenario de docencia virtual todas as probas realizarianse de modo virtual.

* Probas que se modifican
Para o curso 2020-21 non hai modificacións nas probas de avaliación, excepto no referente á modalidade de avaliación: presencial ou virtual dependendo do escenario sanitario no que se desenvolva a docencia.
* Novas probas
Non se prevén novas probas de avaliación
* Información adicional
Non hai