

**Nombre de la asignatura.**

Dietética y nutrición.

Tipo: Troncal

Créditos: 4,5 (3 teóricos y 1,5 prácticos)

Curso: 2º cuatrimestral

**Nombre del profesor.**

**D. Juan Ríos Ortiz.**

**Metodología docente.**

Como metodología docente se usarán:

1º.- Los retroproyectores de transparencias.

2º.- Las diapositivas.

3º.- Los cañones de proyección.

Así mismo, se desarrollarán otras actividades complementarias que ayudarán a completar la formación de los alumnos:

1º.- Seminarios.

2º.- Problemas y cuestiones para resolver en casa.

3º.- Ciclos de conferencias temáticas.

**Metodología de evaluación.**

1º.- Teoría: El profesor tiene potestad para considerar en sus exámenes la valoración de sus notas. Los estudiantes serán evaluados mediante exámenes parciales y preguntas de clase a lo largo del curso. El examen final será de tipo oral sobre un tema de la asignatura elegido al azar, que se puntuará de 2 a 10 considerándose por debajo de esta nota la calificación de **NO PRESENTADO** . La nota de teoría supondrá un 70% de la nota final de la asignatura.

2º.- Prácticas: Se impartirán cinco clases magistrales para que el alumno evalúe correctamente el estado nutricional de un paciente sano o relacionado con los distintos errores dietéticos. Las prácticas son de asistencia obligatoria. Todos los alumnos, excepto aquellos que ya tengan las prácticas aprobadas, tendrán que realizarlas. Solo se podrá faltar a una práctica y con la justificación adecuada. La no asistencia a ellas supondrá no aprobar la asignatura. La nota de prácticas contará un 20% de la nota final. El estudiante elaborará una serie de dietas adecuadas de acuerdo a las clases prácticas y

estas se entregarán al profesor un mes antes de la fecha del examen final (el profesor avisará con antelación el día exacto de la entrega).

#### PROGRAMA PRÁCTICO:

- Manejo de las tablas de composición de alimentos.
- Diseño y evaluación de distintas dietas.

3°.- La asistencia a clase supondrá un 10% de la nota final.

Para aprobar la asignatura, hay que tener aprobadas tanto la Teoría como la Práctica.

#### **Objetivos de la asignatura.**

El objetivo básico es que el alumno sea capaz de hacer una correcta valoración del estado nutricional de una persona. Así mismo, se pretende que el estudiante pueda interpretar correctamente las características nutricionales de una dieta y sea capaz de confeccionar una dieta que responda adecuadamente a las distintas necesidades nutricionales que se plantean en las distintas etapas de la vida o en los diferentes estados patológicos por los que pueda atravesar una persona.

El programa práctico está estructurado en dos grupos:

1°.- Valoración del estado nutricional. En esta práctica los estudiantes aprenderán a evaluar el estado nutricional de una persona utilizando las distintas técnicas y cálculos matemáticos desarrollados para ello.

2°.- Diseño de dietas. Donde los alumnos se enfrentarán al problema diario de los dietistas de diseñar dietas adecuadas para cada paciente y circunstancia. Para ello se utilizarán las tablas de composición de los alimentos.

## **Contenidos.**

### *Primera parte: NUTRICIÓN.*

1. Importancia sociocultural de la alimentación. Concepto de alimentación y sustancia nutritiva. Clasificación de las sustancias nutritivas.
2. Dieta equilibrada.
3. Hidratos de Carbono. Necesidades, digestión y absorción.
4. Grasas. Necesidades, digestión y absorción.
5. Proteínas. Necesidades, digestión y absorción.
6. Hidratos de carbono. Metabolismo y patología.
7. Grasas. Metabolismo y patología.
8. Proteínas. Metabolismo y patología.
9. Malnutrición. Desnutrición cualitativa y cuantitativa.
10. Sobrealimentación: Obesidad y delgadez.
11. Vitaminas liposolubles A y K.
12. Vitaminas liposolubles D y E.
13. Vitaminas hidrosolubles B1, B2, B6 y niacina.
14. Vitaminas hidrosolubles ácido fólico, B12, biotina y ácido pantoténico.
15. Vitamina C. Antivitaminas.
16. Minerales. Clasificación. Necesidades. Elementos mayores.
17. Oligoelementos.
18. El agua como alimento.

### *Segunda parte: ALIMENTOS Y DIETOTERAPIA.*

#### Clasificación de los alimentos.

1. Leche y derivados.
2. Huevos, carnes y pescados.
3. Patatas, legumbres y frutos secos.
4. Frutas y verduras.

5. Azúcares y cereales.
6. Aceites, mantecas y tocinos.

Dietoterapia.

7. Dieta hiper-hipocalórica.
8. Dieta hiper-hipoproteica.
9. Dieta pobre en grasas. Dieta Hipocolesterinémica.
10. Dieta controlada de hidratos de carbono. Dieta del diabético.
11. Dieta Hiposódica.
12. Dieta líquida, dieta blanda. Dietas de protección gástrica.
13. Dieta Astringente. Dieta laxante.
14. Dieta de las enfermedades renales.
15. Dietoterapia de las enfermedades hepáticas.
16. Dieta del postoperatorio. Dieta pobre en purinas.
17. Dieta enteral.
18. Nutrición parenteral periférica.
19. Nutrición parenteral por vía central.
20. Dieta de las distintas etapas de la vida.

**Bibliografía.**

1. Mahan, L. Kathleen, "Nutrición y dietoterapia de Krause", Mexico [etc.] Interamericana/McGraw-Hill 2001. 2.
- Muñoz Hornillos, Mercedes / Aranceta Bartrina, Javier / García-Jalón de la Lama, Isabel, "Nutrición aplicada y dietoterapia ", Pamplona Eunsa 3.
- Salas-Salvadó, Jordi ed. / Moizé Arcone, Violeta coed. / García Lorda, Pilar coord., "Nutrición y dietética clínica ", Barcelona Masson D.L. 2000. 4. Hernández Rodríguez, M. (Manuel) dir. / Sastre Gallego, Ana dir., "Tratado de nutrición", Madrid Díaz de Santos cop. 1999.