



## Proyecto/Guía docente de la asignatura

<b>Asignatura</b>	NUTRICIÓN HUMANA		
<b>Materia</b>	<b>NUTRICIÓN</b>		
<b>Módulo</b>	Formación básica CC. de Enfermería		
<b>Titulación</b>	GRADO EN ENFERMERÍA		
<b>Plan</b>	476	<b>Código</b>	46218
<b>Periodo de impartición</b>	2.º semestre	<b>Tipo/Carácter</b>	Básico
<b>Nivel/Ciclo</b>	1.º Ciclo	<b>Curso</b>	1.º
<b>Créditos ECTS</b>	6		
<b>Lengua en que se imparte</b>	Castellano		
<b>Profesor/es responsable/s</b>	Isabel Carrero Ayuso		
<b>Datos de contacto (E-mail, teléfono...)</b>	<a href="mailto:isabel.carrero@uva.es">isabel.carrero@uva.es</a> , 975 129181, despacho n.º 20 (módulo 4, 1.ª planta)		
<b>Departamento</b>	Bioquímica y Biología molecular y Fisiología		
<b>Fecha de revisión por el Comité de Título</b>	19 de julio de 2023		



## 1. Situación / Sentido de la Asignatura

---

### 1.1 Contextualización

---

La *Nutrición Humana* es una asignatura de carácter básico. En ella se desarrollan los fundamentos teóricos y sus aplicaciones en el contexto de la nutrición. Incluye temas dedicados a la composición y la utilización nutritiva de los alimentos, las ingestas de referencia, la nutrición en diferentes etapas de la vida y la evaluación del estado nutricional. También se abordan la potencialidad de los alimentos para la promoción de la salud, la mejora del bienestar y la reducción del riesgo de enfermedades.

### 1.2 Relación con otras materias

---

Se basa en los conocimientos adquiridos en varias de las asignaturas cursadas durante el primer cuatrimestre del primer curso del Grado en Enfermería, como *Biología*, *Bioquímica* y *Biofísica*, *Estructura y función del cuerpo humano* y *Fisiología*. Los conocimientos adquiridos en *Nutrición humana* se ampliarán en la asignatura *Dietética y Dietoterapia* que se imparte en segundo curso y son esenciales para los planes de cuidados de Enfermería.

### 1.3 Prerrequisitos

---

Se recomienda tener conocimientos a nivel preuniversitario de Biología y Química.



## 2. Competencias

### 2.1 Generales

- C.T.1. Capacidad para trabajar en equipo
- C.T.2. Capacidad para aplicar el razonamiento crítico
- C.T.3. Capacidad de análisis y síntesis
- C.T.5. Capacidad para comunicarse adecuadamente de forma verbal y no verbal y establecer relaciones interpersonales
- C.T.6. Capacidad para reconocer la diversidad y multiculturalidad
- C.T.7. Capacidad de aplicar los conocimientos en la práctica
- C.T.8. Capacidad de resolución de problemas y toma de decisiones
- C.T.9. Capacidad para trabajar en base a criterios de calidad
- C.T.10. Capacidad para desarrollar la creatividad
- C.T.13. Capacidad de aprender
- C.T.14. Capacidad para planificar y evaluar
- C.T.15. Capacidad para relacionarse en la lengua materna
- C.T.17. Capacidad para usar adecuadamente medios informáticos y nuevas tecnologías
- C.T.18. Capacidad para demostrar habilidades de investigación
- C.T.19. Capacidad para desarrollar habilidades de gestión de la información

### 2.2 Específicas

- C.E.6. Conocer y valorar las necesidades nutricionales de las personas sanas y con problemas de salud a lo largo del ciclo vital, para promover y reforzar pautas de conducta alimentaria saludable.
- C.E.7. Identificar los nutrientes y los alimentos en que se encuentran.
- C.E.8. Identificar los problemas nutricionales de mayor prevalencia y seleccionar las recomendaciones dietéticas adecuadas.
- C.E.9. Aplicar las tecnologías y sistemas de información y comunicación de los cuidados de salud.
- C.E.29. Conocer las alteraciones de salud del adulto, identificando las manifestaciones que aparecen en sus distintas fases.
- C.E.53. Individualizar el cuidado considerando la edad, el género, las diferencias culturales, el grupo étnico, las creencias y valores.



### 3. Objetivos

Al finalizar esta asignatura, el estudiante será capaz de:

1. Manejar conceptos básicos respecto a la nutrición y a su repercusión en la salud de individuos y colectividades.
2. Identificar los alimentos, sus propiedades biológicas, nutricionales, funcionales y tecnológicas en el marco de la calidad y la seguridad alimentarias.
3. Determinar las necesidades energéticas y nutricionales del individuo a lo largo del ciclo vital.
4. Manejar tablas de recomendaciones de ingestas nutricionales, objetivos nutricionales, guías alimentarias y tablas de composición de alimentos.
5. Evaluar el estado nutricional en función de parámetros antropométricos, bioquímicos y dietéticos de individuos y colectividades.
6. Participar en la toma de decisiones en cuanto a intervención nutricional en individuos y colectividades.





#### 4. Contenidos y/o bloques temáticos

##### Bloque 1: Necesidades nutritivas del organismo humano e ingestas recomendadas

Carga de trabajo en créditos ECTS: 3,2

###### a. Contextualización y justificación

Al inicio de la asignatura, y tras recordar conceptos básicos sobre alimentación y nutrición, se impartirán conocimientos sobre la función nutritiva de los componentes presentes en los alimentos y se abordarán los procedimientos utilizados para estimar las necesidades individuales de energía y nutrientes. Se continuará con el análisis de los hábitos alimentarios de la población española e inmigrante, las recomendaciones dietéticas e ingestas de referencia para la población española y, finalmente, se analizarán los procedimientos que existen para valorar el estado nutricional individual.

###### b. Objetivos de aprendizaje

- Asentar los conceptos básicos de nutrición
- Conocer los factores que condicionan las necesidades específicas de nutrientes en individuos sanos
- Conocer los procedimientos para valorar la tasa de metabolismo basal, las necesidades de energía individual y del balance energético.
- Aplicar métodos de evaluación de la composición corporal
- Conocer los métodos más utilizados en la valoración del estado nutricional
- Manejar los conceptos de ingestas nutricionales de referencia y objetivos nutricionales

###### c. Contenidos

TEMA 1. Introducción a la Nutrición.  
TEMA 2. Digestión y absorción de nutrientes.  
TEMA 3. Necesidades de energía. I. Aspectos generales  
TEMA 4. Necesidades de energía. II. Carbohidratos y lípidos  
TEMA 5. Necesidades de proteínas.  
TEMA 6. Necesidades de vitaminas.  
TEMA 7. Necesidades de minerales.  
TEMA 8. Necesidades de agua.  
TEMA 9. Fibra dietética.  
TEMA 10. Componentes bioactivos.  
TEMA 11. Ingestas recomendadas, objetivos nutricionales y guías alimentarias.  
TEMA 12. Evaluación del estado nutricional.

###### Programa de clases prácticas, talleres y seminarios

Práctica 1. Valoración de la composición corporal.  
Práctica 2. Evaluación del estado nutricional.

Sesión de aula 1. Cálculo del gasto energético.  
Sesión de aula 2. Encuestas dietéticas de valoración de la ingesta individual.  
Sesión de aula 3. Manejo de tablas de ingestas recomendadas, objetivos nutricionales y guías alimentarias.  
Sesión de aula 4. Evaluación de la calidad nutritiva de la dieta.

Seminario 1. Nutrición y prevención de enfermedades.  
Seminario 2. Exposición de trabajos



#### d. Métodos docentes

---

Ver el apartado 5.

#### e. Plan de trabajo

---

En conjunto, la asignatura impartida de forma presencial se desarrollará mediante la impartición de clases teóricas; la realización de talleres, seminarios y prácticas de laboratorio, y mediante la posibilidad de concertar tutorías.

Para las clases de teoría los estudiantes dispondrán del material relativo a los temas que se desarrollen. En los talleres, seminarios y tutorías los estudiantes trabajarán sobre temas concretos o aspectos puntuales de la materia.

En las prácticas de laboratorio los estudiantes llevarán a cabo desarrollos experimentales.

Al iniciarse la asignatura, los estudiantes dispondrán de la organización temporal de todas las clases: teóricas, talleres, prácticas y seminarios.

Para asegurar la seguridad sanitaria en la enseñanza presencial se cumplirán las pautas de distanciamiento interpersonal e higiene personal.

#### f. Evaluación

---

Ver el apartado 7.

#### g Material docente

---

##### g.1 Bibliografía básica

---

[https://buc-uva.alma.exlibrisgroup.com/leganto/public/34BUC\\_UVA/lists?courseCode=46218&auth=SAML](https://buc-uva.alma.exlibrisgroup.com/leganto/public/34BUC_UVA/lists?courseCode=46218&auth=SAML)

##### g.2 Bibliografía complementaria

---

##### g.3 Otros recursos telemáticos (píldoras de conocimiento, blogs, videos, revistas digitales, cursos masivos (MOOC), ...)

---

Se utilizarán recursos como páginas web, revistas digitales, videos, simulaciones, etc. en función de las necesidades.

#### h. Recursos necesarios

---

Los estudiantes tendrán disponible toda la información y documentación del curso (guía de la asignatura, convocatorias de prácticas, presentaciones de los temas, artículos, ejercicios, actividades, materiales adicionales, etc.) en plataformas digitales (Moodle del Campus virtual de la UVa y otras).

#### i. Temporalización

---

CARGA ECTS	PERIODO PREVISTO DE DESARROLLO
1,6 ECTS de teoría	Febrero-abril según la programación oficial
1,6 ECTS prácticos (seminarios, sesiones de aula, laboratorio)	



## Bloque 2: Los alimentos y la alimentación en distintas etapas de la vida y colectividades

Carga de trabajo en créditos ECTS: 2,8

### a. Contextualización y justificación

El bloque temático 2 aporta el aprendizaje de los grupos básicos de alimentos y sus componentes nutritivos, así como los factores que condicionan las necesidades específicas de nutrientes en cada situación fisiológica y etapa de la vida.

### b. Objetivos de aprendizaje

- Discriminar los grupos básicos de alimentos y conocer los aportes nutricionales de los mismos.
- Manejar tablas y bases de datos de composición de alimentos.
- Identificar los alimentos, sus propiedades biológicas, nutricionales, funcionales y tecnológicas en el marco de la calidad y la seguridad alimentarias.
- Identificar las etapas fisiológicas específicas de los individuos relacionándolas con sus requerimientos energéticos y nutricionales.
- Conocer la base de las intervenciones nutricionales en individuos y colectividades.
- Comprender las bases de la relación entre los conceptos “nutrición, alimentación y salud”.

### c. Contenidos

TEMA 13. Alimentos vegetales.  
TEMA 14. Alimentos animales.  
TEMA 15. Nuevos alimentos.  
TEMA 16. Seguridad alimentaria.  
TEMA 17. La alimentación de la mujer gestante y lactante.  
TEMA 18. La alimentación en niños y adolescentes.  
TEMA 19. La alimentación en las personas mayores.  
TEMA 20. La alimentación colectiva.  
TEMA 21. Hábitos actuales de la alimentación en España.  
TEMA 22. Dieta y salud.

### Programa de clases prácticas, talleres y seminarios

Práctica 3. Análisis de alimentos o dietas.

Sesiones de aula 5 y 6. Manejo de tablas y bases de datos de composición de alimentos.

Sesión de aula 7. Nuevos alimentos.

Sesión de aula 8. Hábitos actuales de la alimentación en España: inmigrantes.

Seminario 3. Alimentación colectiva.

Seminario 4. Exposición de trabajos

### d. Métodos docentes

Ver el apartado 5.

### e. Plan de trabajo

En conjunto, la asignatura se desarrollará mediante clases teóricas expositivas, talleres, tutorías dirigidas, seminarios y prácticas de laboratorio.

En las clases de teoría los alumnos dispondrán del material relativo a los temas que se desarrollen.



En los talleres, tutorías y seminarios los alumnos trabajarán sobre temas concretos o aspectos puntuales de la materia.

En las prácticas de laboratorio los alumnos llevarán a cabo desarrollos experimentales.

Al iniciarse la asignatura, los alumnos dispondrán de la organización temporal de todas las clases: teóricas, talleres, prácticas y seminarios.

Para asegurar la seguridad sanitaria en la enseñanza presencial se cumplirán las pautas de distanciamiento interpersonal e higiene personal.

#### f. Evaluación

---

Ver el apartado 7.

#### g Material docente

---

##### g.1 Bibliografía básica

---

[https://buc-uva.alma.exlibrisgroup.com/leganto/public/34BUC\\_UVA/lists?courseCode=46218&auth=SAML](https://buc-uva.alma.exlibrisgroup.com/leganto/public/34BUC_UVA/lists?courseCode=46218&auth=SAML)

##### g.2 Bibliografía complementaria

---

##### g.3 Otros recursos telemáticos (píldoras de conocimiento, blogs, videos, revistas digitales, cursos masivos (MOOC), ...)

---

#### h. Recursos necesarios

---

Los alumnos tendrán disponible toda la información y documentación del curso (guía de la asignatura, convocatorias de prácticas, presentaciones de los temas, artículos, ejercicios, actividades, materiales adicionales, etc.) en plataformas digitales (Moodle del Campus virtual de la UVA y otras).

#### i. Temporalización

---

CARGA ECTS	PERIODO PREVISTO DE DESARROLLO
1,4 ECTS de teoría	Abril-mayo según la programación oficial
1,4 ECTS prácticos (seminarios, sesiones de aula, laboratorio)	





## 5. Métodos docentes y principios metodológicos

Docencia presencial (con medidas de seguridad y salud):

- Clase magistral participativa y asistida por TIC y BYOD.
- Prácticas de laboratorio con grupos reducidos y complementadas con simulaciones, videos o actividades en línea
- Sesiones de trabajo en aula para talleres y seminarios en grupos reducidos
- Trabajos en grupo e individuales.
- Tutorías presenciales y en línea.

## 6. Tabla de dedicación del estudiante a la asignatura

ACTIVIDADES PRESENCIALES o PRESENCIALES A DISTANCIA <sup>(1)</sup>	HORAS	ACTIVIDADES NO PRESENCIALES	HORAS
Clases teóricas	30	Estudio y trabajo autónomo individual	65
Sesiones de aula	16	Estudio y trabajo autónomo grupal	25
Laboratorio	6		
Seminarios	8		
Tutorías individuales o grupales	Según necesidades		
Prácticas externas, clínicas o de campo			
Total presencial	<b>60</b>	Total no presencial	<b>90</b>
TOTAL presencial + no presencial			<b>150</b>

<sup>(1)</sup> Actividad presencial a distancia es cuando un grupo sigue una videoconferencia de forma síncrona a la clase impartida por el profesor.



## 7. Sistema y características de la evaluación

Según la memoria modificada del Grado en Enfermería:

- Prueba objetiva individual: 70 % de la calificación
- Trabajos propuestos: 20 % de la calificación
- Defensa oral de trabajos: 10 % de la calificación

INSTRUMENTO/PROCEDIMIENTO	PESO EN LA NOTA FINAL	OBSERVACIONES
Examen parcial del bloque 1	38 %	Pendiente de programar (marzo-abril) Se "libera" esta parte de la asignatura con calificación $\geq 5,75$ sobre 10
Examen escrito en convocatoria ordinaria	Por bloques: 38 % + 32 % Asignatura: 70 %	Periodo de exámenes Mínimo: 4,75 sobre 10 (bloque único o asignatura)
Examen escrito en convocatoria extraordinaria	70 %	Periodo de exámenes Mínimo: 4,75 sobre 10 (asignatura)
Trabajos de laboratorio, seminarios, sesiones de aula	20 % (10 % para cada bloque)	Desarrollo acorde a la programación del curso
Exposiciones orales	10 % (5 % para cada bloque)	
<b>La suma final de las calificaciones de examen, trabajos y exposiciones debe ser <math>\geq 5,0</math></b>		

Las **pruebas de evaluación** que se hagan valorarán la comprensión de los conceptos básicos, así como: la interpretación de la información relativa a la materia, la capacidad de expresión, de síntesis y de selección de información relevante relacionada con los temas que se desarrollan.

En las entregas de **trabajos** se valorarán: la implicación, la participación, la buena ejecución del trabajo, la corrección y la calidad de los trabajos entregados o expuestos, la forma de tratar y presentar datos bibliográficos o resultados experimentales, y el cumplimiento de las fechas establecidas.

### CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

- **Convocatoria ordinaria:**
  - Los descritos en la tabla superior.
- **Convocatoria extraordinaria<sup>(\*)</sup>:**
  - Los descritos en la tabla superior.

(\*) Se entiende por convocatoria extraordinaria la segunda convocatoria.

Art 35.4 del ROA 35.4. La participación en la convocatoria extraordinaria no quedará sujeta a la asistencia a clase ni a la presencia en pruebas anteriores, salvo en los casos de prácticas externas, laboratorios u otras actividades cuya evaluación no fuera posible sin la previa realización de las mencionadas pruebas.

<https://secretariageneral.uva.es/wp-content/uploads/VII.2.-Reglamento-de-Ordenacion-Academica.pdf>

## 8. Consideraciones finales

Las notas de los ECTS prácticos se conservan durante cuatro cursos académicos consecutivos.