

**Proyecto/Guía docente de la asignatura**

Asignatura	NUTRICIÓN HUMANA		
Materia	NUTRICIÓN		
Módulo	Formación básica CC. de Enfermería		
Titulación	GRADO EN ENFERMERÍA		
Plan	476	Código	46218
Periodo de impartición	2.º semestre	Tipo/Carácter	Básico
Nivel/Ciclo	1.º Ciclo	Curso	1.º
Créditos ECTS	6		
Lengua en que se imparte	Castellano		
Profesor/es responsable/s	Laura Mª Mateo Vivaracho // Profesor pendiente de contratación		
Datos de contacto (E-mail, teléfono...)	lauramaria.mateo@uva.es Tlf. 975129187		
Departamento	Bioquímica y Biología molecular y Fisiología		
Fecha de revisión por el Comité de Título	09/07/2025		



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. Resultados del proceso de formación y de aprendizaje (RD 822/2021) o competencias (RD 1393/2007)

Para los planes de estudio al amparo del RD 822/2021 deben completarse conocimientos o contenidos, habilidades o destrezas y las competencias.

Para los planes de estudio al amparo del RD 1393/2007 deben completarse las Competencias Generales y las Competencias Específicas.

2.1 (RD822/2021) Conocimientos o contenidos

2.2 (RD822/2021) Habilidades o destrezas

2.3 (RD822/2021) Competencias

2.1 (RD1393/2007) Competencias 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 (RD1393/2007) Competencias 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: “Nombre del Bloque”

Carga de trabajo en créditos ECTS: 3

a. Contextualización y justificación

En el primer bloque de la asignatura se aportan conocimientos generales sobre los principios de la Nutrición, tipos de nutrientes, sus funciones y características, y sobre recomendaciones dietéticas e ingestas de referencia para la población española. Se destaca, también, el papel de componentes no nutritivos de los alimentos por su papel en la salud y se abordan los avances científicos en el ámbito de la Nutrición.

b. Objetivos de aprendizaje

- Asentar los conceptos básicos de nutrición
- Conocer los procedimientos para valorar la tasa de metabolismo basal, las necesidades de energía individual y del balance energético.
- Conocer los factores que condicionan las necesidades específicas de nutrientes en individuos sanos
- Recaltar la importancia de componentes no nutritivos de los alimentos pero relevantes para la salud
- Aplicar métodos de evaluación de la composición corporal
- Manejar los conceptos de ingestas nutricionales de referencia y objetivos nutricionales
- Abordar las nuevas perspectivas en Nutrición

c. Contenidos

TEMA 1. Introducción a la Nutrición.
TEMA 2. Digestión y absorción de nutrientes.
TEMA 3. Necesidades de energía.
TEMA 4. Necesidades de carbohidratos.
TEMA 5. Necesidades de lípidos.
TEMA 6. Necesidades de proteínas.
TEMA 7. Necesidades de vitaminas.
TEMA 8. Necesidades de minerales.
TEMA 9. Necesidades de agua.
TEMA 10. Fibra dietética.
TEMA 11. Componentes bioactivos.
TEMA 12. Ingestas recomendadas, objetivos nutricionales y guías alimentarias.
TEMA 13. Nuevas perspectivas en Nutrición.

Programa de clases prácticas, sesiones de aula y seminarios

Práctica 1. Valoración de la composición corporal.
Práctica 2. Manejo del etiquetado 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. 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 sesiones de aula, 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 las sesiones de aula, 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 en grupos más pequeños.

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

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

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
1,4 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: 3

a. Contextualización y justificación

El segundo bloque aporta el aprendizaje de los alimentos que permitirá establecer pautas de conducta alimentaria saludable, así como de los factores que condicionan las necesidades específicas de nutrientes en distintas etapas de la vida. También incluye el análisis de los hábitos alimentarios en España, de los procedimientos que existen para valorar el estado nutricional individual y la relación dieta-salud como bases de la práctica del cuidado nutricional.

b. Objetivos de aprendizaje

- Discriminar los grupos básicos de alimentos y conocer los aportes nutricionales de los mismos.
- 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.
- Conocer los métodos más utilizados en la valoración del estado nutricional
- Comprender las bases de la relación entre los conceptos “nutrición, alimentación y salud”.

c. Contenidos

TEMA 14. Alimentos vegetales.
TEMA 15. Alimentos animales.
TEMA 16. Nuevos alimentos.
TEMA 17. Seguridad alimentaria.
TEMA 18. Nutrición en la mujer gestante y lactante.
TEMA 19. Nutrición en la infancia y la adolescencia.
TEMA 20. Nutrición en el envejecimiento.
TEMA 21. Hábitos actuales de la alimentación en España.
TEMA 22. Alimentación colectiva.
TEMA 23. Evaluación del estado nutricional.
TEMA 24. Dieta y salud.

Programa de clases prácticas, sesiones de aula y seminarios

Práctica 3. Evaluación del estado nutricional.

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 2. Alimentación colectiva.

Seminario 3. Nutrición y prevención de enfermedades.

Seminario 4. Exposición de trabajos.

d. Métodos docentes

Ver el apartado 5.

e. Plan de trabajo

Similar al primer bloque.



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

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
1,6 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 con grupos reducidos y complementadas con simulaciones, videos o actividades en línea
- Sesiones de trabajo en aula y seminarios en grupos reducidos
- Trabajos en grupo e individuales.
- Tutorías presenciales y en línea.

6. Tabla de dedicación del estudiantado a la asignatura

ACTIVIDADES PRESENCIALES o PRESENCIALES o A DISTANCIA ⁽¹⁾	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	60	Total no presencial	90
TOTAL presencial + no presencial			150

(1) Actividad presencial a distancia es cuando un grupo sentado en un aula del campus sigue una clase por videoconferencia de forma síncrona, 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	35 %	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: 35 % + 35 % 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 %	
La suma final de las calificaciones de examen, trabajos y exposiciones debe ser $\geq 5,0$		

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.

Adicionalmente, y para consolidar conocimientos, se podrán realizar **actividades y cuestiones no programadas** sobre los temas; en el caso de que tengan calificación, esta no condiciona el aprobar, se sumará a la nota final una vez superada la asignatura.

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN
• Convocatoria ordinaria: ○ Los descritos en la tabla superior. • Convocatoria extraordinaria^(*): ○ 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.