



Centre adscrit

UNIVERSITAT DE BARCELONA

Grado de Ciencias Culinarias y Gastronómicas

Código- Asignatura	051209 - Principios de Nutrición Y Dietética		
Materia	Nutrición y salud	Curso	Primero
Tipos Asignatura	Obligatoria	Créditos	3 cr. ECTS
Horas presenciales	30 horas	Horas de trabajo Autónomo	45 horas

BREVE DESCRIPCIÓN DE LA ASIGNATURA

El objetivo de esta asignatura es que el estudiante conozca los nutrientes, su función en el organismo, su biodisponibilidad, las necesidades y recomendaciones, y las bases del equilibrio energético y nutricional.

También pretende desarrollar el aprendizaje de ciertas habilidades propias del campo de la nutrición como: su capacidad para asesorar en el diseño de productos alimenticios de acuerdo con las necesidades sociales y los conocimientos científicos. Colaborar en la planificación y desarrollo de políticas en materia de alimentación basadas en las necesidades de la población y la protección de la salud. Valorar el contenido energético, plástico y regulador de una comida para determinar el equilibrio o la adecuación nutricional de un régimen alimentario. Comprender las repercusiones de los trastornos ocasionados por la deficiencia, exceso o desequilibrio de nutrientes sobre la salud y adquirir criterio científico e interpretar los textos, documentos y artículos del ámbito de la nutrición y de la alimentación.

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

CE12- Entender la importancia de la alimentación como un factor condicionante del estado de salud y calidad de vida de la población.

CE13- Interpretar y aplicar en las técnicas culinarias la composición, el valor nutritivo y las propiedades funcionales de los diferentes grupos de alimentos, así como en la atención de colectivos con necesidades especiales.



Grado de Ciencias Culinarias y Gastronómicas

RESULTATS D'APRENTATGE

- Diseñar intervenciones dietético-nutricionales adecuadas para personas sanas.
- Planificar menús para diferentes colectivos sanos.
- Identificar factores que influyan en la alimentación.
- Capacidad para diseñar, formular y describir los alimentos y los productos elaborados en el proceso culinario.
- Conocer el concepto y las diferencias entre alimentos dietéticos, complementos alimentarios y alimentos funcionales.

CONTENIDOS TEMÁTICOS

1. Alimentación, nutrición y dietética.
2. Fases metabólicas y reservas de nutrientes.
3. Recomendaciones de nutrientes.
4. Fibra alimentaria.
5. Proteínas.
6. Lípidos.
7. Vitaminas.
8. Minerales.

METODOLOGÍA

La metodología de aprendizaje está pensada para combinar la aproximación teórica a los diferentes puntos tratados con la aplicabilidad práctica en los ámbitos de la nutrición y la dietética.

La asignatura se estructura a partir de sesiones presenciales de tipología magistral teórico-práctica, donde a partir de un problema se irán introduciendo los conceptos necesarios para su resolución, es decir, los problemas o casos permitirán construir el aprendizaje los conceptos básicos de la asignatura. Las clases magistrales se combinarán con talleres prácticos donde el estudiante, de forma individual o en grupo, desarrollará las habilidades



Centre adscrit

UNIVERSITAT DE BARCELONA

Grado de Ciencias Culinarias y Gastronómicas

propias de la asignatura y que deberá plasmar en el trabajo que comprende la actividad no presencial de la asignatura.

Por otra parte, el estudiante deberá desarrollar un proyecto grupal sobre una comida, para desarrollar los conceptos adquiridos.

SISTEMA DE EVALUACIÓN

La evaluación es el proceso de valoración del grado de consecución de los aprendizajes por parte del estudiante en relación a las competencias propias de esta asignatura.

En este sentido el estudiante podrá optar por ser evaluado de forma continuada durante el curso o mediante una evaluación única al final del periodo establecido.

Evaluación Continua: consiste en la valoración del proceso de enseñanza-aprendizaje a partir del seguimiento continuado durante el curso del trabajo que realiza el estudiante y los aprendizajes que incorpora.

Evaluación Única: consiste en la valoración de este proceso al final del periodo establecido, para todo aquel estudiante que, por razones justificadas, no puede asistir regularmente a las clases presenciales. Esta valoración se realiza a partir de las evidencias de que esta asignatura tiene diseñadas a estos efectos.

Sistemas de evaluación	CONTINUAD A	ÚNICA
Trabajos realizados por el estudiante	40 %	40 %
Prueba escrita final	60 %	60 %



Grado de Ciencias Culinarias y Gastronómicas

PROCESO DE REVISIÓN Y RE-EVALUACIÓN

El estudiante tiene derecho a la revisión de todas las evidencias de evaluación que hayan sido diseñadas para la valoración de su aprendizaje.

En el supuesto de que el estudiante no consiga lograr los objetivos de aprendizaje de la asignatura, para optar a una reevaluación y poder presentar o realizar una nueva evidencia de evaluación, será imprescindible cumplir alguna de las siguientes condiciones:

- A) Tener una calificación igual o superior a 5 de la media de las actividades llevadas a cabo a lo largo del semestre sin tener en cuenta las pruebas finales (sea evaluación continua o única) haberse presentado a la prueba final.
- B) Tener una calificación mínima de “4” de nota final de la asignatura.

La máxima calificación en el caso de la reevaluación que se podrá obtener es un “5” de nota final de la asignatura.

FUENTES DE INFORMACIÓN BÁSICA

- Sociedad Española de Nutrición Comunitaria.(2004) Guía de la alimentación saludable. Madrid: SENC.
- Federación Española de Sociedades de Nutrición, Alimentación y Dietética (FESNAD).(2010). *Ingestas Dietéticas de Referencia (IDR) para la población española*. Pamplona: EUNSA.
- Mataix Verdú J. (2009). *Nutrición y alimentación humana*. 2ª edición. Madrid: ERGON.
- Gil A, ed. (2010). *Tratado de nutrición*. 2a ed. Madrid: Acción Médica.
- Muñoz M, Aranceta J, García-Jalon I.(2004). *Nutrición aplicada y dietoterapia*. 2ªed. Pamplona: EUNSA.



Centre adscrit



UNIVERSITAT DE
BARCELONA

PLAN DOCENTE

Grado de Ciencias Culinarias y Gastronómicas

- Institute of Medicine of The National Academies.(2005). *Dietary reference intakes for energy, carbohydrate, fiber, fat, fatty acids, cholesterol, protein, and amino acids*. Washington: National Academies Press.
- Farran A, Zamora R, Cervera P. (2004). *Tablas de composición de alimentos. Taules de composició d'aliments*. 2a ed. Barcelona: Edicions de la Universitat de Barcelona; Madrid: McGraw-Hill Interamericana.
- Palma I, Farran A, Cantós D.(2008). *Tablas de composición de alimentos por medidas caseras de consumo habitual en España - Taules de composició d'aliments per mesures casolanes de consum habitual a Espanya*. Madrid: Mc-Graw-Hill-Interamericana de España; Barcelona: Edicions de la Universitat de Barcelona.