



Guía Didáctica - MASTER

Nutrición y Alimentación en colectividades

Título: Máster Universitario en Nutrición y Salud

Materia: II-Nutrición en colectividades

Créditos: 9 ECTS

Código: 05MUNS

Curso: 2020-21

Edición: Octubre

Índice

1. Organización general.....	3
1.1. Datos de la asignatura.....	3
1.2. Equipo docente	3
1.3. Introducción a la asignatura.....	4
1.4. Competencias.....	4
1.5. Actividades Formativas	5
2. Contenidos/temario	6
3. Evaluación	8
Sistema de evaluación.....	8
Sistema de calificación	9
4. Bibliografía	10
Bibliografía básica	10
Bibliografía opcional.....	10

1. Organización general

1.1. Datos de la asignatura

MATERIA	II – Nutrición en colectividades
ASIGNATURA	Nutrición y Alimentación en colectividades (9 ECTS)
Carácter	Obligatorio
Semestre	Segundo
Idioma en que se imparte	Castellano
Requisitos previos	No existen
Dedicación al estudio recomendada por ECTS	25 horas

1.2. Equipo docente

Profesor	Dra. Rocío Zamanillo Campos <i>Doctora en Nutrigenómica y Nutrición Personalizada</i> rocio.zamanillo@campusviu.es
	Dra. Rosa Albaladejo Perales <i>Doctora en Nutrición y Metabolismo</i> rosamaria.albaladejo@campusviu.es

1.3. Introducción a la asignatura

En esta asignatura se sientan las bases del conocimiento sobre los requerimientos nutricionales de las personas. En primer lugar, se explican las fuentes y metodologías que se han venido exponiendo en las últimas décadas como parte de la ciencia de la nutrición humana y la dietética. Tras dicha planificación, se pasan a comentar los aspectos más relevantes de distintos colectivos que se caracterizan por aspectos comunes de cara a sus necesidades nutricionales como por ejemplo, la población infantil, cuya nutrición tendrá algunas diferencias respecto de la nutrición en personas mayores o las diferencias según el sexo. Por último, se tratan algunas situaciones especiales como el vegetarianismo, las creencias religiosas o la presencia de alergias o intolerancias alimentarias. Concretamente, la asignatura se enfoca en destacar los principales factores nutricionales a considerar en dichas situaciones. Al final, recorreremos rápidamente la aplicación práctica que estos conocimientos previos tendrían en el contexto de la restauración colectiva.

1.4. Competencias

COMPETENCIAS BÁSICAS

CB6.- Poseer y comprender conocimientos que aporten una base u oportunidad de ser originales en el desarrollo y/o aplicación de ideas, a menudo en un contexto de investigación.

CB7.- Que los estudiantes sepan aplicar los conocimientos adquiridos y su capacidad de resolución en entornos nuevos o poco conocidos dentro de contextos más amplios (o multidisciplinares) relacionados con su área de estudio.

CB8.- Que los estudiantes sean capaces de integrar conocimientos y enfrentarse a la complejidad de formular juicios a partir de una información que, siendo incompleta o limitada, incluya reflexiones sobre las responsabilidades sociales y éticas vinculadas a la aplicación de sus conocimientos y juicios.

CB9.- Que los estudiantes sepan comunicar sus conclusiones –y los conocimientos y razones últimas que las sustentan– a públicos especializados y no especializados de un modo claro y sin ambigüedades.

CB10.- Que los estudiantes posean las habilidades de aprendizaje que les permitan continuar estudiando de un modo que habrá de ser en gran medida auto dirigido o autónomo.

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

CE5.- Integrar conocimientos actualizados en la evolución y el desarrollo de la restauración colectiva y en cómo ésta puede influir en la consecución de una gastronomía saludable para diferentes grupos poblacionales como son niños, personas mayores y personas que padecen patologías relacionadas con la nutrición.

CE6.- Analizar la metodología para una educación alimentaria en distintos colectivos poblacionales como parte de la educación para la salud.

1.5. Actividades Formativas

Actividad Formativa	Horas	Presencialidad
Clases expositivas	14	0%
Clases prácticas	18	0%
Tutorías	18	0%
Trabajo autónomo	174	0%
Prueba de conocimiento	1	100%

2. Contenidos/temario

Tema 1. Origen y uso de las necesidades nutricionales

- 1.1. Introducción; un poco de historia de la nutrición
- 1.2. Metodología utilizada para estimar las necesidades nutricionales de los individuos y establecer unas recomendaciones de ingesta.
- 1.3. Asunciones en la estimación de los requerimientos nutricionales, límites de tolerancia y/o las ingestas diarias de referencia derivadas
- 1.4. Los valores de referencia dietética a nivel internacional. Desde América del Norte a España, pasando por Europa.
- 1.5. Cómo evaluar una ingesta inadecuada por defecto o por exceso. Metodología de valoración nutricional
- 1.6. Objetivos de la planificación dietética
- 1.7. Planteamiento de la planificación dietética
- 1.8. Aspectos de especial atención en la valoración y planificación dietética
- 1.9. Criterios para la suplementación en la práctica clínica

Tema 2. Nutrición y Alimentación en colectivos especiales

- 1.1. Necesidades nutricionales en adultos sanos
 - 1.1.1. Densidad nutricional en mujeres sanas
 - 1.1.2. Adultos sanos fumadores o consumidores habituales de alcohol
 - 1.1.3. Otros factores a considerar a la hora de valorar las necesidades de individuos sanos
 - 1.1.4. Nuevas necesidades para nuevos tiempos
 - 1.1.5. Aclaración sobre las necesidades de sal y agua
 - 1.1.6. Las necesidades de vitamina D a discusión
 - 1.1.7. Las necesidades de fibra y el estreñimiento
- 1.2. Necesidades nutricionales en gestación y lactancia
 - 1.2.1. Nutrición durante la lactancia materna
 - 1.2.2. Nutrición durante el embarazo
 - 1.2.3. Suplementos necesarios y no necesarios
 - 1.2.4. Valoración rápida de la adherencia a una dieta mediterránea y el estatus nutricional
- 1.3. Necesidades nutricionales en lactantes, niños y adolescentes
 - 1.3.1. Lactantes de 0 a 2 años
 - 1.3.2. Niños y niñas entre 2 y 10 años
 - 1.3.3. Adolescentes
- 1.4. Necesidades nutricionales en la actividad física. La dieta del deportista. Suplementos para deportistas
 - 1.4.1. Sustancias ergogénicas para deportistas
- 1.5. Necesidades nutricionales en la población mayor

- 1.5.1. Situación actual, definición y características del envejecimiento
- 1.5.2. Envejecimiento y nutrición
- 1.5.3. Personas mayores con sobrepeso/obesidad
- 1.5.4. Nutrición en el institucionalizado
- 1.6. Alimentación vegetariana y vegana: riesgos y beneficios
 - 1.6.1. Prevalencia, definiciones y motivaciones
 - 1.6.2. Beneficios para la salud asociados a dietas vegetarianas
 - 1.6.3. Cambios dietético-nutricionales al adoptar una dieta vegetariana
 - 1.6.4. Necesidades especiales en dietas vegetarianas
 - 1.6.5. Riesgos de seguir una dieta vegetariana
- 1.7. Alimentación en intolerancias y alergias alimentarias
 - 1.7.1. Alergias alimentarias
 - 2.7.2. Intolerancias alimentarias
- 1.8. Dieta y religión. Alimentación para inmigrantes

Tema 3. Restauración Colectiva

- 3.1. Conceptos, tipos y evolución histórica de la restauración colectiva
- 3.2. Sistemas de Producción
- 3.3. Cocina. Organización y Funciones
 - 3.3.1. Un día en la cocina del hospital
- 3.4. Planificación y Diseño de Menús
 - 3.4.1. Las funciones del dietista-nutricionista en restauración colectiva
- 3.5. El papel de la restauración colectiva sobre la gastronomía saludable y modelos de restauración colectiva sostenible

3. Evaluación

Sistema de evaluación

El Modelo de Evaluación de estudiantes en la UNIVERSIDAD se sustenta en los principios del Espacio Europeo de Educación Superior (EEES), y está adaptado a la estructura de formación virtual propia de esta Universidad. De este modo, se dirige a la evaluación de competencias.

Es requisito indispensable aprobar el portafolio y la prueba final con un mínimo de 5.0 para ponderar las calificaciones.

Sistema de Evaluación	Ponderación
Portafolio*	60 %
<p>Se desarrolla a lo largo de todo el curso.</p> <p>Los elementos que componen esta evaluación son los trabajos que realizan los estudiantes en el marco de las clases prácticas (estudio de casos, resolución de problemas, revisión bibliográfica, simulación, trabajo cooperativo, diseño de proyectos, etc.).</p>	
Sistema de Evaluación	Ponderación
Prueba final*	40 %
<p>Valoración del nivel de adquisición por parte del estudiante de las competencias asociadas a la asignatura, empleando diversas tipologías de pregunta (preguntas de tipo test, preguntas de desarrollo, preguntas de respuesta breve o cualquier combinación de estas).</p>	

***Es requisito indispensable para superar la asignatura aprobar con una calificación mínima de 5.0 cada uno de los dos apartados (portafolio y prueba final).**

Atendiendo a la Normativa de Evaluación de la Universidad, se tendrá en cuenta que la utilización de **contenido de autoría ajena** al propio estudiante debe ser citada adecuadamente en los trabajos entregados. Los casos de plagio serán sancionados con suspenso (0) de la actividad en la que se detecte. Asimismo, el uso de **medios fraudulentos durante las pruebas de evaluación** implicará un suspenso (0) y podrá implicar la apertura de un expediente disciplinario.

Sistema de calificación

Los criterios de evaluación se definirán de manera específica para cada una de las actividades en el transcurso de la asignatura. De todos modos, sirva como norma general las pautas que se indican a continuación.

Se establecerá una calificación en los siguientes cálculos y términos:

Nivel de Competencia	Calificación Oficial	Etiqueta Oficial
Muy competente	9,0 - 10	Sobresaliente
Competente	7,0 - 8,9	Notable
Aceptable	5,0 - 6,9	Aprobado
Aún no competente	0,0 - 4,9	Suspenso

El nivel de competencia en cada una de las actividades realizadas se medirá, en términos generales, en función de la adecuación en el planteamiento de los contenidos generales y contenidos específicos, así como en la 'corrección de la estructura formal y organización del discurso (semántica, sintaxis y léxico). Por último, se valorará la originalidad y creatividad de las intervenciones en las actividades que así lo requieran valorando también la fundamentación bibliográfica de éstas.

4. Bibliografía

Bibliografía básica

Astiasarán, A. I. (2018). *Alimentos y nutrición en la práctica sanitaria*. *Disponible en Biblioteca VIU

Bello, G. J. (1999). *Ciencia y tecnología culinaria (fundamentos científicos de los procesos culinarios implicados en la restauración colectiva)*. *Disponible en Biblioteca VIU

Bezares, S. V. D. R., Cruz, B. R. M., & Burgos, D. S. M. (2012). *Evaluación del estado de nutrición en el ciclo vital humano*. *Disponible en Biblioteca VIU

European Food Safety Authority (EFSA). (2017). Dietary Reference Values for nutrients. Summary report. EFSA Supporting Publications, 14(12). <https://doi.org/10.2903/sp.efsa.2017.e15121>

Federación, E. D. S. D. N. (2010). *Ingestas dietéticas de referencia (idr) para la población española*. *Disponible en Biblioteca VIU

González, G. J., & Sánchez, C. P. (2018). *Nutrición en el deporte: ayudas ergogénicas y dopaje*. *Disponible en Biblioteca VIU

Institute of Medicine. (2006). *Dietary Reference Intakes: The Essential Guide to Nutrient Requirements*. Washington, DC: The National Academies Press. <https://doi.org/10.17226/11537>

Institute of Medicine. (2018). *Dietary Reference Intakes Tables and Application: Health and Medicine Division*. <http://nationalacademies.org/HMD/Activities/Nutrition/SummaryDRIs/DRI-Tables.aspx>

Bibliografía opcional

Caro, S. A., & Martínez, V. C. (2017). *Aplicación de normas y condiciones higiénico-sanitarias en restauración (2a. ed.)*. *Disponible en Biblioteca VIU

Cuervo, Corbalán, M., Baladía, E., Cabrerizo, L., Formiguera, X., Iglesias, C., ... Alfredo Martínez, J.A. (2009). Comparativa de las ingestas dietéticas de referencia (IDR) de los diferentes países de la Unión Europea, de Estados Unidos (EE.UU.) y de la Organización Mundial de la Salud (OMS). *Nutrición Hospitalaria*.

European Food Safety Authority (EFSA). (2013). Scientific Opinion on Dietary Reference Values for energy. EFSA Journal, 11(1), 3005.

<https://efsa.onlinelibrary.wiley.com/doi/10.2903/j.efsa.2016.4547>

Institute of Medicine. (2003). Dietary Reference Intakes: Applications in Dietary Planning. Washington, DC: The National Academies Press. <https://doi.org/10.17226/10609>

López-Sobaler, A. M., Aparicio, A., González-Rodríguez, L. G., Cuadrado-Soto, E., Rubio, J., Marcos, V., ... Ortega, R. M. (2017). Adequacy of usual vitamin and mineral intake in Spanish children and adolescents: ENALIA study. Nutrients, 9(131), 1–18. <https://doi.org/10.3390/nu9020131>

Madden, A. M., Mulrooney, H. M., & Shah, S. (2016). Estimation of energy expenditure using prediction equations in overweight and obese adults: a systematic review. Journal of Human Nutrition and Dietetics, 29(4), 458–476. <https://doi.org/10.1111/jhn.12355>

Mesas, M. B. (2018). *Servicio básico de alimentos y bebidas y tareas de postservicio en el restaurante. uf0059 (2a. ed.)*. *Disponible en Biblioteca VIU

Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO). (2013). Requisitos nutricionales. Disponible en: <http://www.fao.org/ag/humannutrition/nutrition/63160/es/>

Organización Mundial de la Salud, O. (2015). Informe mundial sobre el envejecimiento y la salud. Journal of Chemical Information and Modeling, 53(9), 1689–1699. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>

Organización Panamericana de la Salud (PAHO), & (WHO), O. M. de la S. (2010). La alimentación del lactante y del niño pequeño. Capítulo Modelo para libros de texto dirigidos a estudiantes de medicina y otras ciencias de la salud. Washington, D.C. Recuperado de https://www.who.int/maternal_child_adolescent/documents/9789241597494/es/

Rivero Urgell, M., Aznar Moreno, L. A., Dalmau Serra, J., Moreno Villares, J. M., Aliaga Pérez, A., & García Perea, A. (2015). Libro Blanco de la Nutrición Infantil. Libro blanco de la nutrición. Disponible en: http://www.aeped.es/sites/default/files/documentos/libro_blanco_de_la_nutricion_infantil.pdf

Salas-Salvadó, J., & Sociedad Española para el Estudio de la Obesidad, S. (2011). Recomendaciones nutricionales basadas en la evidencia para la prevención y el tratamiento del sobrepeso y la obesidad en adultos (Consenso FESNAD-SEEDO). Revista Española de Obesidad, 9(1), 1–78. <https://doi.org/10.2147/IJGM.S16266>

Varela, G., Requejo, A., Ortega, R., Zamora, S., Salas-Salvador, J., & Cabrerizo, L. (2013). Libro Blanco de la Nutrición en España. (F. E. de la N. (FEN), Ed.), *Fundación Española de la Nutrición*. España: Lesinguer, S.L. Recuperado de <http://www.fen.org.es/archivos/imgPublicaciones/31032013124951.pdf>

World Health Organization (WHO). (2017). Nutrient requirements and dietary guidelines.
Recuperado de <http://www.who.int/nutrition/publications/nutrient/en/>