



## Guía Didáctica

# COMPLEMENTOS FORMATIVOS

## ASIGNATURA: Fundamentos de Nutrición y Alimentación

**Título:** Máster Universitario en Nutrición y Salud

**Materia:** Complementos Formativos

**Créditos:** 3 ECTS

**Código:** 11MUNS

**Curso:** 2020-2021

**Edición:** Octubre

# Índice

1.	Organización General .....	3
	Datos de la asignatura .....	3
	Equipo docente .....	3
2.	Contenidos/temario .....	4
3.	Evaluación .....	5
	Sistema de evaluación .....	5
	Sistema de calificación .....	6
4.	Bibliografía .....	7

# 1. Organización General

## Datos de la asignatura

<b>MATERIA</b>	Complementos Formativos
<b>ASIGNATURA</b>	Fundamentos de Nutrición y Alimentación 3 ECTS
<b>Carácter</b>	Obligatorio
<b>Semestre</b>	Primero
<b>Idioma en que se imparte</b>	Castellano
<b>Requisitos previos</b>	No existen
<b>Dedicación al estudio recomendada por ECTS</b>	25 horas

## Equipo docente

<b>Profesor</b>	<b>Dr. Juan Antonio Nieto Fuentes</b> <i>Doctor en Ciencia y Tecnología de los Alimentos e Ingeniería Química</i> <a href="mailto:juanantonio.nieto@campusviu.es">juanantonio.nieto@campusviu.es</a>
-----------------	--

## 2.Contenidos/temario

### **Tema 1. Introducción al estudio de la nutrición y la dietética**

- 1.1. Los nutrientes
- 1.2. Los nutrientes y el metabolismo
- 1.3. Los nutrientes. Funciones específicas
- 1.4. Requerimientos nutricionales y energéticos

### **Tema 2. Necesidades energéticas**

- 2.1. Requerimientos energéticos
- 2.2. Recomendaciones de ingesta energética

### **Tema 3. Agua**

- 3.1. El agua en los sistemas biológicos
- 3.2. El agua en los alimentos

### **Tema 4. Macronutrientes**

- 4.1. Hidratos de carbono
  - 4.1.1. Monosacáridos
  - 4.1.2. Disacáridos
  - 4.1.3. Oligosacáridos
  - 4.1.4. Polisacáridos
  - 4.1.5. Hidratos de carbono hidrogenados o Poliols.
- 4.2. Lípidos
  - 4.2.1. Ácidos grasos saturados
  - 4.2.2. Ácidos grasos insaturados
  - 4.2.3. Glicéridos o Acilgliceroles
  - 4.2.4. Lípidos compuestos
  - 4.2.5. Lípidos insaponificables
- 4.3. Proteínas
  - 4.3.1. Aminoácidos
  - 4.3.2. Enlace peptídico y péptidos
  - 4.3.3. Enlace peptídico y proteínas
  - 4.3.4. Las proteínas en los alimentos

### **Tema 5. Micronutrientes**

- 5.1. Vitaminas
  - 5.1.1. Vitaminas hidrosolubles
  - 5.1.2. Vitaminas liposolubles
- 5.2. Minerales
  - 5.2.1. Macroelementos
  - 5.2.2. Elementos traza

### **Tema 6. Fibra**

- 6.1. Fibra soluble
- 6.2. Fibra insoluble
- 6.3. Beneficios derivados de la fibra

### **Tema 7. Compuestos bioactivos**

- 7.1. Compuestos fenólicos
- 7.2. Glucosinolatos

### **Tema 8. Aproximación a los grupos de alimentos**

## 3. Evaluación

### Sistema de evaluación

El Modelo de Evaluación de estudiantes en la VIU 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
<b>Portafolio*</b>	<b>60 %</b>
<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
<b>Prueba final*</b>	<b>40 %</b>
<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 contar con una puntuación igual o superior a 5.0 en el Portafolio y en el Examen para superar la asignatura.**

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.

## 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, teniendo en cuenta criterios generales derivados de la consecución de los resultados de aprendizaje, que en función de la adecuación en el planteamiento de los contenidos generales y contenidos específicos, valorarán por norma general y en trabajos escritos, la corrección de la estructura formal y organización del discurso (semántica, sintaxis y léxico) valorándose además la originalidad, creatividad y argumentación de las intervenciones utilizando referencias bibliográficas.

## 4. Bibliografía

- \*Astiasarán, A. I. (2018). *Alimentos y nutrición en la práctica sanitaria*. Editorial: Ediciones Díaz de Santos. Disponible en biblioteca VIU.
- Belitz, H. D., Grosch, W. y Schieberle, P. (2012). *Química de los alimentos* (Tercera edición). Editorial ACRIBIA.
- Gallego, J. G., Collado, P. S. y Verdú, J. M. (2006). *Nutrición en el deporte* (Primera edición). Ayudas ergogénicas y dopaje. Ediciones Díaz de Santos.
- Gil, A. y Sánchez de Medina Contreras, F. (2010). *Tratado de nutrición. Tomo I. Bases Fisiológicas y Bioquímicas de la Nutrición*. Editorial: Editorial Médica Panamericana.
- Larrañaga, I. J., Carballo, M., Rodríguez, M. M., Fernández, J. A. (1997). *Dietética y Dietoterapia* (Primera edición). Editorial: McGraw-Hill
- Manach, C., Scalbert, A., Morand, C., Rémésy, C. y Jiménez, L. (2004). *Polyphenols: food sources and bioavailability. The American journal of clinical nutrition*, 79(5), 727-747.
- \* Oliveira, F. G. (Ed.). (2018). *Manual de nutrición y dietética (3a. ed.)*. Editorial: Ediciones Díaz de Santos. Disponible en biblioteca VIU.
- Rodríguez, M. H., & Gallego, A. S. (1999). *Tratado de nutrición*. Ediciones Díaz de Santos.
- \* Wagner, J. R., & Cuellas, A. V. (2011). *Nutrición: fundamentos energéticos y metabólicos*. Editorial: UNQUI. Disponible en biblioteca VIU.

\* Disponible en Biblioteca VIU