GRADO EN FARMACIA

Ficha Docente:

DIETÉTICA

CURSO 2023-24

FACULTAD DE FARMACIA
UNIVERSIDAD COMPLUTENSE DE MADRID

I.- IDENTIFICACIÓN

NOMBRE DE LA ASIGNATURA: Dietética
CARÁCTER: Obligatorio MATERIA: Dietética
MÓDULO: materias complementarias CURSO: cuarto/quinto
SEMESTRE: Primero CRÉDITOS: 3 ECTS
DEPARTAMENTO/S: Nutrición y Ciencia de los Alimentos. Facultad de Farmacia

PROFESOR/ES RESPONSABLE/S:
Coordinador: Profa. Dra. Sara Bastida Codina, e-mail: sbastida@ucm.es

Profesores:
Dra. Sara Bastida Codina (Profesor Titular), e-mail: sbastida@ucm.es
Dra. Beatriz Beltrán de Miguel (Profesor Contratado Doctor), e-mail: beabel@ucm.es

II.- OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL:

El objetivo de esta asignatura es que el alumno conozca los principios fundamentales de la Dietética, especialidad científica que, aplicando los conocimientos de las ciencias de la alimentación y de otras disciplinas (ej. antropología, economía alimentaria…), estudia la forma de utilizar, combinar y proporcionar a cada individuo o colectividad los alimentos necesarios para alcanzar y mantener un óptimo estado de salud, teniendo en cuenta los hábitos alimentarios y los distintos factores que afectan a estos (culturales, religiosos, preferencias y aversiones…), así como otros aspectos de estilo de vida (actividad física…)

.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar las bases de una alimentación saludable.
- Aplicar los conocimientos de las ciencias de los alimentos y de la Nutrición a la práctica dietética.
- Familiarizarse con ingredientes, raciones, recetas y preparaciones culinarias.
- Proporcionar al alumno la capacidad de juzgar y confeccionar dietas saludables dirigidas a individuos o colectivos en las distintas etapas de la vida y situaciones fisiológicas.
- Manejar las herramientas habituales en la programación y valoración de dietas.
- Conocer las pautas dietéticas para la prevención de las patologías más prevalentes en la población.
- Proporcionar las bases para llevar a cabo acciones de educación nutricional y emitir consejo dietético.

III.- CONOCIMIENTOS PREVIOS Y RECOMENDACIONES

CONOCIMIENTOS PREVIOS:

El alumno deberá poseer conocimientos previos de Nutrición y Bromatología, además de Fisiología y de Bioquímica. Dichos conocimientos forman parte del contenido curricular de los cursos precedentes y serán necesarios para un abordaje óptimo de la asignatura.

IV.- CONTENIDOS

BREVE DESCRIPCIÓN DE LOS CONTENIDOS:

- Manejo de herramientas básicas utilizadas en la práctica dietética.
- Pautas dietéticas en diferentes situaciones fisiológicas y las etapas de la vida.
- Diseño y adecuación de dietas.
- Dietética en la prevención de las enfermedades más prevalentes en la población
- Emisión de consejo dietético en atención farmacéutica. PROGRAMA

PROGRAMA TEORÍA:

1. La Dietética: Introducción. Objeto, bases y ámbito de actuación. Relación con otras disciplinas. Estándares de referencia dietética. Cálculo, interpretación, utilidad y limitaciones. Ingestas Recomendadas. Objetivos nutricionales, Guías dietéticas.

2. Dieta Saludable. Concepto y bases nutricionales. Índices de calidad de la dieta. Consejo dietético. Dieta mediterránea como ejemplo de dieta óptima.
3. Normas para la elaboración de una dieta básica. Diseño de dietas para individuos o grupos de población.

4. Pautas dietéticas adecuadas para los diferentes grupos de población. Adaptación dietética a situaciones especiales. Consejo dietético

5. Dietética basada en la evidencia científica. Pautas dietéticas para la prevención y control de las patologías más prevalentes en la sociedad actual.

6. Dieta familiar y para colectividades. Pautas para la elaboración de dietas para colectivos. Promoción de la salud desde los comedores colectivos.

PROGRAMA PRÁCTICAS

Las prácticas comprenderán contenidos relativos a:

- Familiarización con ingredientes, recetas y preparaciones culinarias.
- Identificación de tamaños de ración, porción e intercambios
- Manejo del etiquetado nutricional de alimentos como herramienta para el consejo dietético.
- Diseño de dietas adaptadas a diferentes individuos y grupos de población basado en la evidencia científica

V.- BIBLIOGRAFÍA

BIBLIOGRAFÍA BÁSICA Y COMPLEMENTARIA

Fundamentos de Nutrición y Dietética. Bases Metodológicas y Aplicaciones 2011. Martínez Hernández Alfredo. Ed. Panamericana. Madrid. EAN: 9788498365403

Innovadieta. Recursos en Internet para formación y prácticas de Dietética y Nutrición. Beltrán B, Carbajal A, Cuadrado C, García-Diz L, Goñi I, Sierra JL. Universidad Complutense de Madrid. 2013 acceso: 15/05/2023]. Disponible en: https://www.ucm.es/innovadieta/

Manual of Dietetic Practice. (6th Ed). 2019. The British Dietetic Association. Ed Gandy J. Wiley-Blackwell. ISBN: 978-1-119-23591-0

Tablas de composición de alimentos. Guía práctica. (20ª ed). 2022 Moreiras O, Carbajal A, Cabrera L Y Cuadrado C. Ed. Pirámide, Madrid. 978-84-368-4657

VI.- COMPETENCIAS

COMPETENCIAS BÁSICAS, GENERALES Y TRANSVERSALES

BÁSICAS, GENERALES
Todas las de la Titulación Grado en Farmacia.

TRANSVERSALES
Competencias transversales de la Titulación Grado en Farmacia establecidas para todas las materias impartidas
CT7.- Elaborar y redactar informes de carácter científico.
CT8.- Demostrar razonamiento crítico y autocrítico.
CT9.- Gestionar información científica de calidad, bibliografía, bases de datos especializadas y recursos accesibles a través de Internet. Dominar técnicas de recuperación de información relativas a fuentes de información primarias y secundarias
CT10.- Incorporar a sus conductas los principios éticos que rigen la investigación y la práctica profesional.
CT11.- Adquirir conciencia de los riesgos y problemas medioambientales que conlleva su ejercicio profesional.
CT12.- Utilizar las herramientas y los programas informáticos que facilitan el tratamiento de los resultados experimentales.
CT13.- Comprensión lectora y auditiva, producción oral y escrita que le permita desenvolverse en un contexto profesional en inglés. Interpretación de textos en inglés técnico y científico en el ámbito de

la investigación. Comunicarse en español y en inglés utilizando los medios audiovisuales habituales.
CT14.- Defender los puntos de vista personales apoyándose en conocimientos científicos.
CT15.- Integrar conocimientos y aplicarlos a la resolución de problemas utilizando el método científico.
CT16.- Adquirir capacidad de organización, planificación y ejecución.
CT17.- Desarrollo de la capacidad de trabajo autónomo o en equipo en respuesta a las necesidades específicas de cada situación.
CT18.- Desenvolverse en un contexto internacional y multicultural.
CT19.-Progresar en su habilidad para el trabajo en grupos multidisciplinares.
CT20.- Perseguir objetivos de calidad en el desarrollo de su actividad profesional.
CT21.- Adquirir capacidad para la toma de decisiones y de dirección de recursos humanos.
CT22.- Ser capaz de mostrar creatividad, iniciativa y espíritu emprendedor para afrontar los retos de su actividad como farmacéutico/a.

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS:

CEM.8 Adquirir las habilidades necesarias para poder prestar consejo terapéutico en farmacoterapia y dietoterapia, así como consejo nutricional y alimentario a los usuarios de los establecimientos en los que presten servicio.

CEM9. Comprender la relación existente entre alimentación y salud, y la importancia de la dieta en el tratamiento y prevención de las enfermedades.

CEL1. Conocer los fundamentos de la salud pública e intervenir en las actividades de promoción de la salud, prevención de la enfermedad en los ámbitos individual y colectivo y contribuir a la educación sanitaria, reconociendo los determinantes salud en la población, tanto los genéticos como los dependientes del sexo y estilo de vida, demográfico, ambiental, social, económico, psicológico y cultural.

CEL3. Conocer los principios éticos y deontológicos y actuar según las disposiciones legislativas, reglamentarias y administrativas que rigen el ejercicio profesional colaborando con otros profesionales de la salud y adquiriendo habilidades de trabajo en equipo.

CEL4. Dominar técnicas de recuperación de información relativas a fuentes de información primaria y secundaria (incluyendo bases de datos con el uso de ordenador).

CEL8. Conocer las técnicas de comunicación oral y escrita adquiriendo habilidades que permitan informar a los usuarios de los establecimientos farmacéuticos en términos inteligibles y adecuados a los diversos niveles culturales y entornos sociales

VII.- RESULTADOS DEL APRENDIZAJE

1. Conocimiento de los principios básicos de la dietética.
2. Manejo de las herramientas más actuales en la práctica dietética.
3. Evaluación y adecuación critica de la calidad nutricional de dietas para individuos y colectivos de población con diferentes características.
4. Capacidad para desarrollar planificaciones alimentarias adecuadas a perfiles de dietas saludables para los diferentes grupos de población.
5. Obtener la capacidad de emitir consejo nutricional y dietético en los ámbitos individual y comunitario
7. Razonamiento crítico.
8. Aprendizaje autónomo.

VIII.- HORAS DE TRABAJO POR ACTIVIDAD FORMATIVA

Actividades formativas	**Metodología**	**Horas**	**ECTS**	**Relación con las competencias**
Clase magistral y seminarios	Explicación de fundamentos teóricos utilizando herramientas informáticas.	8	0,32	Competencias: CEM8, CEM9, CEL1, CEL,3 CEL4, CEL8. Resultados de aprendizaje: 1-5
Clases prácticas en laboratorio	Aplicación a nivel experimental de los conocimientos adquiridos. Casos prácticos	20	0,80	Competencias: CEM8, CEM9 CEL1, CEL3, CEL4, CEL8 Resultados de aprendizaje: 2-4
	Aprendizaje no presencial			Competencias:

Aprendizaje virtual	interactivo a través del campus virtual	5	0,08	CEM8, CEM9, CEL1, CEL3, CEL4, CEL8 Resultados de aprendizaje:2,4
Tutorías individuales y colectivas	Orientación y resolución de dudas.	2	1,52	Competencias: CEM8, CEM9, CEL1, CEL3, CEL4, CEL8 Resultados de aprendizaje: 1-5.
Trabajo personal	Estudio. Búsqueda bibliográfica.	38	1.6	Competencias: CEM8, CEM9, CEL1, CEL3, CEL4, CEL8 Resultados de aprendizaje: 1-7.
Examen	Pruebas orales y escritas.	2	0,08	Competencias: CEM8, CEM9, CEL1, CEL3, CEL4, CEL8 Resultados de aprendizaje: 1-5.

IX.- METODOLOGÍA

Las clases magistrales se impartirán al grupo completo y en ellas se darán a conocer al alumno los contenidos fundamentales de la asignatura. Al comienzo de cada tema se expondrá claramente el programa y los objetivos principales del mismo. Al final del tema se hará un breve resumen de los conceptos más relevantes. Se tratará de interrelacionar todos los conceptos planteados en la asignatura y de aplicarlos a la planificación dietética, individual o colectiva.
Para facilitar la labor de seguimiento por parte del alumno de las clases magistrales se le proporcionará el material docente necesario, a través del campus Virtual.

Las clases prácticas en el laboratorio están orientadas a la aplicación de los conocimientos teóricos adquiridos en la planificación dietética y el consejo dietético

El profesor podrá programar tutorías con grupos reducidos de alumnos sobre cuestiones planteadas en clase También estarán disponibles tutorías

individuales que se realizarán de forma presencial en los horarios indicados por cada profesor y, excepcionalmente, de modo virtual.

Se propondrán *trabajos a lo largo del curso* de forma obligatoria, donde el alumno pondrá en práctica los conocimientos adquiridos a lo largo de la asignatura, así como sus habilidades en la obtención de información.

Se utilizará el *Campus Virtual* para permitir una comunicación fluida entre profesores y alumnos y como instrumento para poner a disposición de los alumnos parte del material que se utilizará en las clases tanto teóricas como prácticas. También podrá utilizarse como foro en el que se presenten algunos temas complementarios cuyo contenido, aunque importante en el conjunto de la materia, no se considere oportuno presentarlo en las clases presenciales.

X.- EVALUACIÓN

En el proceso de evaluación, se evaluarán tanto los contenidos teóricos como los prácticos. Los contenidos teóricos tendrán un valor máximo del 50% del total de la nota del alumno, mientras que el 50% restante, corresponderá a la calificación de las prácticas. Para superar la asignatura será necesario obtener una nota de 5 o superior en las dos partes, teoría y prácticas.

Con el objetivo de potenciar la adquisición de las competencias y capacidades del alumnado, los profesores, en los casos que lo estimen oportuno, podrán ofrecer una evaluación continua, en la que hasta un 20% de la puntuación correspondiente a los contenidos teóricos, puedan ser alcanzados a través de pruebas objetivas u otras actividades dirigidas.

Tanto la suplantación de identidad como la copia, acción o actividad fraudulenta durante un examen conllevará el suspenso de la asignatura correspondiente en la presente convocatoria. La utilización o presencia de apuntes, libros de texto, calculadoras, teléfonos móviles u otros medios que no hayan sido expresamente autorizados por el profesor en el enunciado del examen se considerará como una actividad fraudulenta. En cualquiera de estas circunstancias, la infracción podrá ser objeto del correspondiente expediente informativo y en su caso sancionador a la Inspección de Servicios de la UCM.