

**FITXA IDENTIFICATIVA****DADES DE L'ASSIGNATURA**

Codi: 33987
Nom: Nutrició i dietètica
Cicle: Grau
Crèdits ECTS: 9
Curs acadèmic: 2025-26

TITULACIONS

Titulació	Centre	Curs	Període
1103 - Grau C.Tecn.Aliments	Facultat de Farmàcia i Ciències de L'alimentació	3	Anual

MATÈRIES

Titulació	Matèria	Caràcter
1103 - Grau C.Tecn.Aliments	Nutrición y Dietética	OBLIGATÒRIA

COORDINACIÓ

ESTEVE MAS MARIA JOSE

BLESA JARQUE JESUS

RESUM

L'assignatura *Nutrició i Dietètica* és una assignatura obligatòria, de caràcter anual, que s'imparteix en el tercer curs del grau en Ciència i Tecnologia dels Aliments. En el pla d'estudis vigent consta d'un total de 9 crèdits ECTS (1 crèdit ECTS = 25 h).

Esta assignatura forma part, junt amb "Bases de Salut Pública", "Alimentació i Cultura", "Documentació i metodologia científica", del mòdul de Nutrició i Salut.

S'estudien profundament els aspectes més destacats de cada nutrient, desenrotllant sistemàticament la seua utilitat fisiològica, característiques bioquímiques, metabolisme, fonts alimentàries habituals, ingestes recomanades i efectes del seu desequilibri sobre la salut, així com les interaccions entre nutrients.

Repassar les modificacions i adaptacions que s'han de realitzar en distintes etapes de la vida (des de la infància fins a les persones majors) i circumstàncies, i també establir les bases d'una alimentació equilibrada en col·lectivitats.



S'analitzen els patrons alimentaris vigents i els avantatges i inconvenients que, des del punt de vista alimentari-nutricional plantegen als seus seguidors, i la metodologia a utilitzar per a valorar l'estat nutricional i les ingestes alimentari-nutricionals d'individus i comunitats.

Estudiant finalment les principals patologies cròniques relacionades amb els processos d'alimentació-nutrició i les pautes higienicodietètiques que convé seguir per a la seua prevenció, tractament i control.

Des de la assignatura es pretén incorporar a l'estudiantat en un procés d'educació que comprén un conjunt ampli de sabers, valors, actituds i habilitats vinculades als conceptes de sostenibilitat, contribuint a l'abast i implementació dels Objectius de Desenvolupament Sostenibles (ODS). En l'assignatura de Nutrició i Dietètica es treballaran nou dels objectius (ODS 2, 3, 4, 8, 12, 13, 14, 15 i 17), així com amb un fort ancoratge en la defensa dels drets humans, la igualtat de gènere i l'apoderament de les dones (ODS 5).

(ODS 5).

CONEIXEMENTS PREVIS

RELACIÓ AMB ALTRES ASSIGNATURES DE LA MATEIXA TITULACIÓ

No s'ha especificat restriccions de matrícula amb altres assignatures del pla d'estudis.

ALTRES TIPUS DE REQUISITS

És necessari haver cursat les matèries Bromatologia i Fisiologia programades en cursos anteriors.

COMPETÈNCIES / RESULTATS D' APRENENTATGE

1103 - Grau C.Tecn.Aliments

Aplicar tècniques, mètodes i eines que permeten l'avaluació de l'estat nutricional individual.

Assessorar científicament i tècnicament la indústria alimentària i els consumidors.

Capacitat d'interpretar dades rellevants.

Conèixer els aspectes clau del funcionament dels sectors principals dins la restauració col·lectiva i recomanacions que permeten exercir millor la seua funció alimentària i social en l'àmbit de la nutrició comunitària i de la salut pública.

Conèixer els canvis metabòlics i funcionals amb repercussió nutricional en les diferents etapes del cicle vital i realitzar les modificacions en la dieta d'acord amb els requeriments energètics propis de cada etapa del desenvolupament.

Conèixer els diferents patrons i hàbits alimentaris. Estudiar els objectius nutricionals i guies dietètiques.

Conèixer els macronutrients i els micronutrients i altres components dels aliments, la seua funció en l'organisme, fonts alimentàries, valor energètic, biodisponibilitat, necessitats i recomanacions, així com la



repercussió de la deficiència i de l'excés sobre la salut.

Conèixer i comprendre la terminologia i els processos relacionats amb la nutrició i la dietètica.

Conèixer l'alimentació i les modificacions per realitzar en situacions especials, veient les adaptacions metabòliques i les necessitats alimentàries nutricionals específiques.

Coneixer la comercialització dels productes alimentaris.

Conèixer les bases de l'equilibri energètic i nutricional i les bases d'una alimentació saludable per poder establir una dieta equilibrada, variada i suficient.

Desenvolupament d'habilitats per emprendre estudis posteriors.

Dissenyar i interpretar enquestes alimentàries.

Estudiar les interaccions de i entre els nutrients que puguen afectar la seua biodisponibilitat.

Posseir i comprendre els coneixements en l'àrea de ciència i tecnologia dels aliments.

Realitzar tasques de formació de personal.

Saber aplicar aquests coneixements al món professional, contribuint al desenvolupament dels drets humans, dels principis democràtics, dels principis d'igualtat entre dones i homes, de solidaritat, de protecció del medi i de foment de la cultura de la pau.

DESCRIPCIÓ DE CONTINGUTS

1. Introducció a l'assignatura

1.1. Alimentació, nutrició i dietètica: conceptes i relacions. Evolució històrica.

2. Energia i nutrients

2.1. Hidrats de carboni.

2.2. Fibra dietètica.

2.3. Lípids.

2.4. Proteïnes.

2.5. Reserva energètica de l'organisme: classificació dels dipòsits energètics. Funcions generals i específiques. Obtenció d'energia pels teixits en diferents circumstàncies.

2.6. Alcohol.

2.7. Aigua corporal i balanç hidroelectrolític.

2.8. Minerals i vitamines



3. Alimentació, Salut i sostenibilitat

- 3.1. Alimentació saludable i sostenible. Necessitats i recomanacions nutricionals. Objectius nutricionals de l'OMS. Objectius per a la població espanyola. Guies dietètiques.
- 3.2. Hàbits, patrons alimentaris i salut. Evolució de la ingesta d'energia i nutrients.
- 3.3. Dieta mediterrània

4. Alimentació en les diferents etapes de la vida

- 4.1. L'alimentació de l'adult sa. Procés per a la realització de la dieta individualitzada. Criteris per a establir un pla de dietes.
- 4.2. L'alimentació de la dona embarassada i lactant.
- 4.3. Alimentació del lactant.
- 4.4. Alimentació del xiquet en edat preescolar i escolar.
- 4.5. L'alimentació de l'adolescent
- 4.6. L'alimentació de les persones madures i durant el climateri.
- 4.7. L'alimentació de les persones majors

5. Alimentació en situacions especials

- 5.1. L'alimentació dels esportistes.
- 5.2. Dieta vegetariana
- 5.3. L'alimentació col·lectiva.
- 6.4. Síndrome metabòlica: obesitat, diabetis, dislipèmies i malalties cardiovasculars

6. Pràctiques

- P1. Valoració nutricional d'un menú
 - 1.1. Determinació de la humitat
 - 1.2. Determinació de minerals
 - 1.3. Determinació del contingut en greix
 - 1.4. Caracterització del contingut gras: perfil lipídic
 - 1.5. Determinació del contingut proteic
 - 1.6. Determinació del contingut en NaCl
 - 1.7. Determinació de sucres simples: sacarosa, glucosa i fructosa
 - 1.8. Determinació del contingut en calci i estudi del balanç nutritiu del calci
- P2. Alteracions en la utilització de proteïnes
 - 2.1. Avaluació bioquímica de l'estat nutricional: estat proteic
 - 2.1.1. Determinació de l'índex de creatinina
 - 2.1.2. Determinació d'albumina sèrica
- P3. Avaluació de l'estat nutricional: antropometria
- P4. Metodologia d'Anàlisi del Cicle de la Vida: producte lactic
- P5. Valoració d'un menú escolar

**VOLUM DE TREBALL (HORES)****ACTIVITATS PRESENCIALS**

Activitat	Hores
Tutories	3,00
Teoria	48,00
Seminari	4,00
Laboratori	30,00
Total hores	85,00

ACTIVITATS NO PRESENCIALS

Activitat	Hores
Assistència a altres activitats	2,00
Elaboració de treballs individuals o en grup	18,00
Estudi i treball autònom	88,00
Preparació de classes	10,00
Preparació d'activitats d'avaluació	7,00
Resolució de casos pràctics	10,00
Total hores	135,00

METODOLOGIA DOCENT

Durant les activitats, tant teòriques com pràctiques, s'indicaran exemples d'aplicacions dels continguts de l'assignatura en relació amb els Objectius de Desenvolupament Sostenible (ODS).

El desenvolupament de l'assignatura s'estructura en:

Classes de teoria: Es realitzaran en sessions setmanals d'una hora de duració. En total seran necessàries 48 sessions d'una hora per a cobrir esta faceta docent. En les classes de teoria s'emprarà bàsicament la classe magistral així com metodologies d'aprenentatge inductiu i classe inversa. El professor presentarà els continguts més rellevants de l'assignatura, emprant els mitjans audiovisuals necessaris per al desenvolupament àgil i coherent de les mateixes. El professor deixarà accessible amb suficient antelació en la plataforma de suport a la docència ¿Aula Virtual¿, el material necessari per al correcte seguiment de les classes de teoria. Les classes teòriques permeten sobretot l'adquisició de CONEIXEMENTS, i contribueixen encara menys a l'adquisició de PROCEDIMENTS I ACTITUDS.

Sessions pràctiques de laboratori: Són d'assistència obligatòria. Es realitzen en 7 sessions de 4 hores de duració. Durant la sessions es disposarà d'un guió "Quadern de pràctiques", amb una xicoteta introducció teòrica de les mateixes i el protocol detallat a realitzar.

Durant cada sessió l'alumne haurà d'omplir les fitxes de cadascuna de les pràctiques, incloent les reaccions químiques i els càlculs matemàtics necessaris per a obtindre els resultats i la solució final,



havent d'entregar-les en finalitzar cadascuna de les sessions. Durant les classes es revisaran els càlculs més representatius, realitzats prèviament per l'estudiant en el seu temps d'estudi. Les classes pràctiques contribueixen fonamentalment a l'adquisició d'HABILITATS, i en menor mesura a la d'ACTITUDS i CONEIXEMENTS. Durant el període de pràctiques en el laboratori l'alumnat haurà de gestionar adequadament l'ús de l'aigua i els residus generats durant la realització de les mateixes (ODS 6).

Seminaris: Són de realització i assistència obligatòria per als alumnes que estiguen matriculats. Es tracta de construir coneixement mitjançant la interacció i l'activitat. Es realitzaran 2 seminaris coordinats amb tema i format proposat pels alumnes i consensuat amb el professor seguint la normativa de seminaris coordinats indicada la web de la Facultat. L'elaboració del seminari estarà supervisada mitjançant tutories, que estaran acordades entre el professor i els estudiants. Els seminaris se presentaran per escrit i seran exposats pels estudiants. Després de l'exposició oral s'obrirà un torn d'intervenció de la resta dels estudiants, moderat pel professor.

La valoració d'esta activitat contemplarà tant els continguts científics tractats com la forma en què estos han sigut presentats, valorant especialment la capacitat de comunicació i transmissió d'idees i conceptes, així com també la capacitat d'integrar-se en un grup de treball.

Durant el desenvolupament dels seminaris coordinats es considerarà la inclusió dels objectius específics per a un o diferents ODS .

Tutories: Són d'assistència obligatòria i els alumnes acudirán a elles en grups organitzats i seran 3 en total repartides uniformement al principi i a final del semestre. Es treballarà en grup les tasques (qüestions curtes i/o problemes) proporcionats amb anterioritat a la plataforma virtual i els estudiants podran plantejar dubtes sobre la matèria.

La duració de dites tutories serà d'1 hora. En elles, el professor avaluarà el procés d'aprenentatge dels estudiants d'una manera globalitzat i orientarà als estudiants sobre els mètodes de treball més útils per a la resolució dels problemes que se'ls puguén presentar.

Tasques: al llarg del curs a l'alumne se li plantejaran una sèrie de qüestions pràctiques i problemes que haurà de resoldre. Este treball es tindrà en compte en la qualificació de l'assignatura.

Activitats complementàries: al llarg del curs es poden plantejar altres activitats que complementen la formació de l'alumne com és la participació en el concurs d'idees MOTIVEM i la participació en el projecte d'Aprenentatge Servei (ApS) multidisciplinari de la Facultat de Farmàcia de la Universitat de València que els permetrà detectar problemes i donar resposta a la societat en el marc del desenvolupament sostenible per mitjà de la consideració social, ecològica, econòmica i cultural des de la perspectiva dels principis i valors de desenvolupament sostenible

p>

AVALUACIÓ



L'avaluació de l'aprenentatge dels coneixements, competències i habilitats s'efectuarà en forma d'avaluació amb prova escrita final teòric-pràctica en la qual s'avaluarà el grau de coneixement general de conceptes teòrics i procediments individuals i/o col·lectives d'exercicis relatius a les diferents activitats en aula, aula informàtica i en el laboratori ad hoc per a la matèria, així com el treball desenvolupat per l'estudiant i l'aprehensió de procediments i conceptes d'exposició (s'avaluarà el contingut científic del treball, i la capacitat d'exposició i debat amb els professors i col·laboradors) i altres tasques proposades al llarg del curs, la realització del qual s'anunciarà als estudiants amb la suficient antelació i amb proves individuals i col·lectives, i la participació en les classes pràctiques i seminaris exposats i debatuts en l'aula); f) ass

L'avaluació es distribuirà, a l'efecte de percentatges en la qualificació, com segueix:

Avaluació dels continguts teòrics: L'avaluació es realitzarà a través de qüestions teòriques en un examen escrit, de teoria (màxim 20% de l'avaluació del contingut teòric). El resultat d'aquesta avaluació representarà el 60% de l'assignatura.

Avaluació de les classes pràctiques de laboratori: La qualificació obtinguda en aquesta avaluació representarà el 20% de la qualificació final. S'avaluaran mitjançant l'actitud i aptitud demostrada (cura i utilització del material, realització i preparació de les pràctiques, etc.) i el lliurament de les fitxes en finalitzar cadascuna de les sessions. L'últim dígit de la qualificació de les pràctiques (conceptes teòrics, càlculs i interpretació dels resultats) que representarà el 75% de la nota de pràctiques.

Avaluació de tutories: L'avaluació d'aquest apartat representarà el 5% de la qualificació final de l'assignatura. Les activitats proposades (la nota es distribuirà segons el nombre de activitats i/o qüestions proposades). Es tindrà en compte l'implicació i implicarà un zero en l'apartat d'avaluació corresponent a tutories.

Avaluació de tasques: L'avaluació d'aquest apartat representarà el 5% de la qualificació final de l'assignatura. Les tasques proposades en classe o a l'aula virtual, diferents a les pràctiques de laboratori i a les tutories, (la nota es distribuirà segons el nombre de tasques proposades).

Avaluació dels seminaris: El seminari realitzat contribuirà amb un 10% a la nota final d'aquesta assignatura. S'avaluarà la labor de preparació del mateix i la capacitat per a exposar-ho en públic i debatre-ho amb el professor i col·laboradors, així com també l'assistència als mateixos; la no assistència als mateixos, implicarà un zero en l'apartat d'avaluació corresponent.

Les activitats d'avaluació contínua, que en aquesta assignatura consta que són **pràctiques, tutories i seminaris**, s'avaluaran d'acord amb el que s'estableix en l'article 6.5 del Reglament d'Avaluació i Qualificació de la UV per a títols de Grau i Màster. Si no participa a alguna d'aquestes activitats, haurà de comunicar-se amb l'antelació suficient. D'aquesta manera, el responsable de l'avaluació de cada grup.

No es pot aprovar l'assignatura si es dona qualsevol d'aquestes circumstàncies:

1. No haver obtingut, almenys, un 45% de la puntuació assignada al l'examen teoria.
2. No haver obtingut, almenys, un 50% de la puntuació assignada a la teoria.
3. Que la qualificació global de l'assignatura siga inferior a 5.

En el cas de **suspènre l'assignatura en la primera convocatòria, només es guardarà** fins a la segona convocatòria els quaderns de laboratori i quaderns corresponents a les mateixes i la nota corresponent a seminaris, a les tasques i a les tutories.



corresponent a les qüestions teòriques ni la referida a les qüestions pràctiques del mateix).

En el cas de suspendre l'assignatura en segona convocatòria, les pràctiques de laboratori no cal repetir-les durant

Els **alumnes repetidors de l'assignatura** han d'assistir de nou a les tutories en segona i posteriors matrícules NO. La nota corresponent a Tasques.

Els **alumnes repetidors de l'assignatura** que no puguin assistir a les tutories i als seminaris de nou ho han de justificar

Els alumnes que no s'hagen presentat a l'examen escrit (primera i segona convocatòria) seran qualificats com **NO**

*La còpia o plagi manifest de qualsevol tasca de l'avaluació suposarà la impossibilitat de superar l'assignatura, sotmetent en compte que, d'acord amb l'article 13. d) de l'Estatut de l'Estudiant Universitari (RD 1791/2010, de 30 de desembre) i els procediments fraudulents en les proves d'avaluació, en els treballs que es realitzen o en documents oficials de l'Universitat establert pel *Protocol d'actuació davant pràctiques fraudulentes a la Universitat de València* (ACGUV 123/2020): [https://www.uv.es/protocolos/protocolos_123_2020.pdf](#)*

BIBLIOGRAFIA

- Aranceta Bartrina, J et al. Guía de la alimentación saludable: para atención primaria y colectivos ciudadanos: recomendaciones para una alimentación individual, familiar o colectiva saludable, responsable y sostenible Barcelona: Sociedad Española de Nutrición Comunitaria: Planeta, 2018.
- Brown, J.E. Nutrición en las diferentes etapas de la vida. México: McGraw Hill Interamericana, cop. 2014
 - Byrd-Bredbenner, C. et al. Perspectivas en nutrición. México D.F. : McGraw-Hill, 2014
 - Cuervo, M. et al. Ingestas Dietéticas de Referencia (IDR) para la población española. Federación Española de Sociedades de Nutrición, Alimentación y Dietética (FESNAD). Pamplona: Eunsa, 2010
 - Gil Hernández, A. Tratado de Nutrición. Madrid: Editorial Médica panamericana, 2017.
 - Mahan, L.; Scott-Stump, S. Nutrición y Dietoterapia de Krause (14ª ed.) Barcelona: Elsevier, 2017
 - Mataix J. Tablas de composición de alimentos. 4ª ed. Universidad de Granada 2003.
 - Soriano JM. Nutrición básica humana. Universitat de València 2006