

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

**Codi:** 36367  
**Nom:** Nutrició  
**Cicle:** Grau  
**Crèdits ECTS:** 6  
**Curs acadèmic:** 2025-26

**TITULACIONS**

Titulació	Centre	Curs	Període
1212 - Grau de Ciències Gastronòmiques	Facultat de Farmàcia i Ciències de L'alimentació	2	Primer quadrimestre

**MATÈRIES**

Titulació	Matèria	Caràcter
1212 - Grau de Ciències Gastronòmiques	Nutrició i dietètica	OBLIGATÒRIA

**COORDINACIÓ**

BARBA ORELLANA FRANCISCO JOSE

PALLARES BARRACHINA NOELIA

CALVO LERMA JOAQUIM

**RESUM**

En el present pla d'estudis de Grau en Ciències Gastronòmiques l'assignatura "NUTRICIÓ" és una assignatura bàsica de caràcter semestral. S'impartix en el primer semestre del segon curs. Consta de 6 crèdits ECTS. L'assignatura "NUTRICIÓ" està destinada a proporcionar coneixement sobre diferents conceptes relacionats amb la nutrició així com les necessitats nutricionals, com s'establixen les ingestes recomanades, els objectius nutricionals i les guies dietètiques. Així mateix, també s'estudien els diferents nutrients, la seua digestió, absorció, distribució i utilització per l'organisme, així com les seues fonts i les repercussions de la deficiència i/o excés sobre la salut. A més, entre els objectius de l'assignatura es troben:

Adquirir experiència en els mètodes d'avaluació de l'estat nutricional d'individus i col·lectivitats. Conèixer els diferents mètodes de valoració del consum d'aliments a nivell individual, familiar i nacional. Així com aprofundir en els errors i mites de la nutrició i de l'alimentació.

**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

Es recomana haver cursat la matèria Fisiologia així com Química i Bioquímica

## COMPETÈNCIES / RESULTATS D' APRENENTATGE

-

Conèixer els nutrients, la seua funció en l'organisme, la seua biodisponibilitat, les necessitats i recomanacions, i les bases de l'equilibri energètic i nutricional.

Posseir i comprendre els coneixements de l'àrea en l'àmbit de les Ciències Gastronòmiques.

## DESCRIPCIÓ DE CONTINGUTS

### 1. INTRODUCCIÓ I CONCEPTES

Tema 1. ALIMENTACIÓ I NUTRICIÓ. Conceptes. Objectius. Matèries relacionades. Passat, present i futur. Fonts d'informació i bibliogràfiques. Paper del Graduat en Ciències Gastronòmiques com a professional de la Nutrició

### 2. NECESSITAT I RECOMANACIONS

Tema 2. NECESSITATS ENERGÈTIQUES. Metabolisme basal i gasto energètic: Factors determinants. Requeriments energètics de l'organisme humà i recomanacions. Mètodes de quantificació. Valor calòric dels aliments

Tema 3. RECOMANACIONS NUTRICIONALS. Ingestes dietètiques recomanades i de referència. Taules de composició dels aliments.

Tema 4. OBJECTIUS NUTRICIONALS I GUIES DIETÈTIQUES. Característiques. Procés d'elaboració, implementació i avaluació. Models nacionals i internacionals.

Tema 5. VALOR ENERGÈTIC DELS NUTRIENTS. Mètodes de quantificació del valor energètic d'un aliment.

Tema 6. LÍPIDS. Classificació nutricional. Funcions i utilització per l'organisme. Fonts diètiques. Tipus d'àcids grassos. Components de l'insaponificable. Necessitats i recomanacions. Patologia relacionada.

Tema 7. PROTEÏNES. Classificació nutricional. Funcions i utilització per l'organisme. Fonts diètiques. Avaluació de la qualitat nutricional de les proteïnes. Tipus d'aminoàcids. Necessitats i recomanacions. Patologia relacionada.



### 3. ENERGIA I NUTRIENTS

Tema 5. VALOR ENERGÈTIC DELS NUTRIENTS. Mètodes de quantificació del valor energètic d'un aliment.  
 Tema 6. LÍPIDS. Classificació nutricional. Funcions i utilització per l'organisme. Fonts dietètiques. Tipus d'àcids grassos. Components de l'insaponificable. Necessitats i recomanacions. Patologia relacionada.  
 Tema 8. HIDRATS DE CARBONI. Classificació nutricional. Funcions i utilització per l'organisme. Fonts dietètiques. Necessitats i recomanacions. Patologia relacionada.  
 Tema 9. AIGUA I ELECTRÒLITS. Importància nutricional de l'aigua. Funcions, necessitats, recomanacions i fonts.  
 Tema 10. VITAMINES HIDROSOLUBLES. Vitamina C i vitamines del complex B. Funcions. Utilització. Fonts dietètiques i recomanacions. Patologia relacionada.  
 Tema 11. VITAMINES LIPOSOLUBLES. Funcions. Utilització. Fonts dietètiques i recomanacions. Patologia relacionada.  
 Tema 12. MINERALS. Introducció. Funcions. Utilització. Fonts dietètiques i recomanacions. Patologia relacionada.  
 Tema 13. OLIGOELEMENTS. Introducció. Funcions. Utilització. Fonts dietètiques i recomanacions. Patologia relacionada.

### 4. ALTRES COMPONENTS ALIMENTARIS

Tema 14. FIBRA DIETÈTICA. Concepte. Components i classificació. Funcions biològiques. Necessitats i recomanacions. Fonts dietètiques. Patologia relacionada  
 Tema 15. COMPONENTS BIOLÒGICAMENT ACTIUS DELS ALIMENTS. Concepte i classificació. Fonts. Efectes biològics.  
 Tema 16. ALCOHOL ETÍLIC. Absorció, metabolisme i efectes. Recomanacions. Fonts i repercussió alimentària.

## VOLUM DE TREBALL (HORES)

### ACTIVITATS PRESENCIALS

Activitat	Hores
Teoria	45,00
Laboratori	10,00
Aula informàtica	5,00
<b>Total hores</b>	<b>60,00</b>

### ACTIVITATS NO PRESENCIALS

Activitat	Hores
Assistència a altres activitats	0,00
Elaboració de treballs individuals o en grup	0,00
Estudi i treball autònom	90,00
Preparació de classes	0,00
Preparació d'activitats d'avaluació	0,00
Resolució de casos pràctics	0,00
<b>Total hores</b>	<b>90,00</b>



## METODOLOGIA DOCENT

Quant a la metodologia empleada per al desenvolupament de l'assignatura, l'estructura serà la següent:

a) Classes de teoria: Es duran a terme en sessions setmanals d'una hora de duració. En total seran necessàries 40 sessions d'una hora per a cobrir esta faceta docent. S'utilitzaran presentacions en ordinador i altres mitjans innovadors que pogueren ser rellevants. Puntualment s'utilitzarà pissarra. Es durà a terme el plantejament de problemes resolts i sense resoldre. Plantejament de casos pràctics de consulta nutricional. Consulta bibliogràfica de llibres disponibles en biblioteca. Es disposarà a l'inici de cada tema de l'esquema o resum del mateix.

b) Sessions pràctiques de laboratori: Són d'assistència obligatòria. Durant les sessions es disposarà d'un guió de les sessions "Cuadern de pràctiques", amb una xicoteta introducció teòrica de les mateixes i el protocol detallat a realitzar. Durant cada sessió l'alumne haurà d'omplir el quadern de pràctiques d'acord amb les indicacions.

c) Seminaris: De realització i assistència obligatòria per als alumnes que estiguen matriculats. Hauran de preparar-se en grups de 4 o 5 estudiants, cada un dels quals presentarà un tema que es desenvoluparà durant el seminari (treball escrit i presentació oral de 20 minuts) . Les exposicions es realitzaran en dos jornades de seminaris. El treball haurà d'entregar-se al tutor en format electrònic i en paper i haurà de constar dels documents següents:

c.1) El treball de la presentació haurà de tindre una extensió compresa entre 10 i 20 folis, i una bibliografia recomanada que permeta, si l'estudiant així ho desitja aprofundir més en el tema.

c.2) Presentació prevista en Power Point.

c.3) Els treballs s'exposaran públicament durant els seminaris. En l'exposició hauran de participar activament tots els membres del grup. Al finalitzar s'entaularà una discussió en què participaran tots els assistents al seminari.

En resum, les tècniques docents inclouen:

Sessions teòriques que inclouen resolució de casos pràctics

Sessions pràctiques de laboratori

Sessions pràctiques d'informàtica

Elaboració, exposició i debat de temes d'actualitat (Seminaris coordinats)

Tutories especialitzades



Audiovisual: vídeos científics i programes d'actualitat Altres (especificar) :

Assistència a Conferències i Jornades especialitzades impartides per professionals.

Assistència a tallers específics organitzats per distintes associacions.

Durant les activitats, tant teòriques com pràctiques, s'indicaran exemples de les aplicacions dels continguts de l'assignatura en relació amb els objectius de desenvolupament sostenible (ODS), així com en les propostes de temes per als seminaris no coordinats. Amb això es pretén proporcionar als estudiants coneixements, habilitats i motivació per comprendre i abordar aquests ODS, alhora que es promou la reflexió i la crítica.

Formar els estudiants de forma transversal en tots els temes amb la integració de les tres dimensions del desenvolupament sostenible: l'econòmica, la social i l'ambiental, prioritzant la lluita contra la pobresa i la fam, amb un fort ancoratge en la defensa dels drets humans, la igualtat de gènere i l'empoderament de les dones, juntament amb l'eliminació de patrons de consum.

## AVALUACIÓ

La realització de pràctiques, seminaris i tutories és OBLIGATÒRIA per a superar l'assignatura.

La proporció de les diferents activitats avaluable sobre la nota final establida serà: prova teòrica-pràctica (70%), avaluació contínua (activitats en classe i tests en línia (5%), seminaris no coordinats (10%) i pràctiques (memòria-fitxes) (15%).

Es requereix una nota mínima de 5 sobre 10 en cada una de les activitats docents avaluades per a poder compensar amb la nota de les restants.

L'assignatura se supera quan s'adquireixen les competències específiques de matèria (nota global mínima 5/10) .

ota global mínima 5/10) .

## BIBLIOGRAFIA

- Referència b1: Gil-Hernández, A. (2017) Tratado de nutrición (5 Tomos): T1. Bases Fisiológicas y Bioquímicas de la Nutrición, T2. Composición y calidad nutritiva de los alimentos, T3. Nutrición Humana y en el estado de salud, T4. Nutrición Clínica, T5. Nutrición y Enfermedad. (3ª ED). Editotrial Médica Panamericana.
- Referència b2: Barba, F.J., Saraiva, J.M.A., Cravotto, G., Lorenzo, J.M. (2019). Innovative thermal and non-thermal processing, bioaccessibility and bioavailability of nutrients and bioactive compounds. 1st Edition. Woodhead Publishing. Elsevier. ISBN: 9780128141748.
- Referència b3: CESNID (2008). Tablas de composición de alimentos por medidas caseras de



consumo habitual en España. Ed McGraw-Hill, Madrid.

- Referencia b4: Mataix Verdu J (2009). Nutrición y alimentación humana (2 tomos). Ed. Ergen. Madrid.
- Referencia b5: Barba, F.J., Mariutti, L.R.B., Bragagnolo, N., Mercadante, A.Z., Barbosa-Cánovas, G. V., Orlíen, V. (2017). Bioaccessibility of bioactive compounds from fruits and vegetables after thermal and nonthermal processing. Trends in Food Science and Technology Volume 67, September 2017, Pages 195-206.
- Referencia c1: Cervera P, Clapés J, Rigolfas R (2004). Alimentación y dietoterapia (Nutrición aplicada en la salud y la enfermedad). 4ª edición, Ed. Interamericana McGraw-Hill. México
- Referencia c2: Martínez, J.A. (2000). "Fundamentos Teórico-Prácticos de Nutrición y Dietética", McGraw-Hill. Madrid, España.
- Referencia c3: Serra L., Aranceta J. Nutrición y Salud Pública. 2ª Ed. Masson. Barcelona. (2006).