



1. Identificación

1.1. De la Asignatura

Curso Académico	2023/2024
Titulación	GRADO EN NUTRICIÓN HUMANA Y DIETÉTICA y PROGRAMA ACADÉMICO DE SIMULTANEIDAD DE DOBLE TITULACIÓN CON ITINERARIO ESPECÍFICO DE GRADO EN CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE Y GRADO EN NUTRICIÓN HUMANA Y DIETÉTICA
Nombre de la Asignatura	NUTRICIÓN EN LAS ETAPAS DE LA VIDA
Código	6813
Curso	SEGUNDO y CUARTO(IC)
Carácter	OBLIGATORIA
N.º Grupos	2
Créditos ECTS	6
Estimación del volumen de trabajo del alumno	150
Organización Temporal/Temporalidad	2 Cuatrimestre y 2 Cuatrimestre(IC)
Idiomas en que se imparte	ESPAÑOL

1.2. Del profesorado: Equipo Docente

Coordinación de la asignatura MANUEL MARTINEZ BEBIA Grupo de Docencia: 1 y 9	Área/Departamento	NUTRICIÓN Y BROMATOLOGÍA/TECNOLOGÍA DE LOS ALIMENTOS, NUTRICIÓN Y BROMATOLOGÍA
	Categoría	ASOCIADO A TIEMPO PARCIAL
	Correo Electrónico / Página web / Tutoría electrónica	manuelmb@um.es manuelmb@um.es Tutoría Electrónica: NO

Coordinación de los grupos:1 y 9(IC)	Teléfono, Horario y Lugar de atención al alumnado	Duración	Día	Horario	Lugar	Observaciones
		Anual	Viernes	18:30- 20:30	(Sin Extensión), Pabellón A Campus de Lorca (Administración) B1.2.032	Se ruega solicitar cita previa por Aula Virtual.
JOSE ANTONIO LATORRE RODRIGUEZ Grupo de Docencia: 1 y 9	Área/Departamento	NUTRICIÓN Y BROMATOLOGÍA/TECNOLOGÍA DE LOS ALIMENTOS, NUTRICIÓN Y BROMATOLOGÍA				
	Categoría	ASOCIADO A TIEMPO PARCIAL				
	Correo Electrónico / Página web / Tutoría electrónica	joseantonio.latorre@um.es joseantonio.latorre@um.es Tutoría Electrónica: NO				
	Teléfono, Horario y Lugar de atención al alumnado	Duración	Día	Horario	Lugar	Observaciones
		Anual	Lunes	17:00- 20:00		Solicitar tutorías por mensaje privado
		Anual	Viernes	17:00- 20:00		Solicitar tutorías por mensaje privado
NIEVES BAENAS NAVARRO Grupo de Docencia: 1 y 9	Área/Departamento	NUTRICIÓN Y BROMATOLOGÍA/TECNOLOGÍA DE LOS ALIMENTOS, NUTRICIÓN Y BROMATOLOGÍA				
	Categoría	PROFESOR AYUDANTE DOCTOR				
	Correo Electrónico / Página web / Tutoría electrónica	nieves.baenas@um.es nieves.baenas@um.es Tutoría Electrónica: Sí				

	Teléfono, Horario y Lugar de atención al alumnado	
--	---	--

2. Presentación

Dentro del Plan de Estudios de Nutrición Humana y Dietética resulta esencial el conocimiento de las necesidades nutricionales en las diferentes etapas de la vida puesto que deben ajustarse a las diferentes condiciones fisiológicas por las que pasamos desde el nacimiento hasta la senectud, incluyendo periodos excepcionales como el embarazo o la lactancia, e incluso etapas de ejercicio físico intenso. En cada una de estas etapas nuestro organismo sufre una serie de cambios que condicionan las necesidades de energía, macronutrientes y micronutrientes.

3. Condiciones de acceso a la asignatura

3.1 Incompatibilidades

No consta

3.2 Recomendaciones

Los requisitos propios de acceso al grado relativos al nivel de formación que debe de adquirir el alumno para acceder a los estudios universitarios. Es recomendable tener conocimientos suficientes de la asignaturas de Nutrición Humana y Bioquímica de los Alimentos.

4. Competencias

4.1 Competencias Básicas

- CB1. Que los estudiantes hayan demostrado poseer y comprender conocimientos en un área de estudio que parte de la base de la educación secundaria general, y se suele encontrar a un nivel que, si bien se apoya en libros de texto avanzados, incluye también algunos aspectos que implican conocimientos procedentes de la vanguardia de su campo de estudio
- CB2. Que los estudiantes sepan aplicar sus conocimientos a su trabajo o vocación de una forma profesional y posean las competencias que suelen demostrarse por medio de la elaboración y defensa de argumentos y la resolución de problemas dentro de su área de estudio



- CB3. Que los estudiantes tengan la capacidad de reunir e interpretar datos relevantes (normalmente dentro de su área de estudio) para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas relevantes de índole social, científica o ética
- CB4. Que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado
- CB5. Que los estudiantes hayan desarrollado aquellas habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía

4.2 Competencias de la titulación

- CG1. Reconocer los elementos esenciales de la profesión del Dietista-Nutricionista, incluyendo los principios éticos, responsabilidades legales y el ejercicio de la profesión, aplicando el principio de justicia social a la práctica profesional y desarrollándola con respeto a las personas, sus hábitos, creencias y culturas.
- CG2. Desarrollar la profesión con respeto a otros profesionales de la salud, adquiriendo habilidades para trabajar en equipo.
- CG3. Reconocer la necesidad de mantener y actualizar la competencia profesional, prestando especial importancia al aprendizaje, de manera autónoma y continuada, de nuevos conocimientos, productos y técnicas en nutrición y alimentación, así como a la motivación por la calidad.
- CG4. Conocer los límites de la profesión y sus competencias, identificando cuando es necesario un tratamiento interdisciplinar o la derivación a otro profesional
- CG5. Realizar la comunicación de manera efectiva, tanto de forma oral como escrita, con las personas, los profesionales de la salud o la industria y los medios de comunicación, sabiendo utilizar las tecnologías de la información y la comunicación especialmente las relacionadas con nutrición y hábitos de vida.
- CG6. Conocer, valorar críticamente y saber utilizar y aplicar las fuentes de información relacionadas con nutrición, alimentación, estilos de vida y aspectos sanitarios.
- CG7. Tener la capacidad de elaborar informes y cumplimentar registros relativos a la intervención profesional del Dietista-Nutricionista.
- CG12. Conocer los nutrientes, su función en el organismo, su biodisponibilidad, las necesidades y recomendaciones, y las bases del equilibrio energético y nutricional.
- CG13. Integrar y evaluar la relación entre la alimentación y la nutrición en estado de salud y en situaciones patológicas.
- CG14. Aplicar los conocimientos científicos de la fisiología, fisiopatología, la nutrición y alimentación a la planificación y consejo dietético en individuos y colectividades, a lo largo del ciclo vital, tanto sanos como enfermos.
- CG15. Diseñar y llevar a cabo protocolos de evaluación del estado nutricional, identificando los factores de riesgo nutricional.
- CG16. Interpretar el diagnóstico nutricional, evaluar los aspectos nutricionales de una historia clínica y realizar el plan de actuación dietética.
- CG17. Conocer la estructura de los servicios de alimentación y unidades de alimentación y nutrición hospitalaria, identificando y desarrollando las funciones del Dietista-Nutricionista dentro del equipo multidisciplinar.
- CG18. Intervenir en la organización, gestión e implementación de las distintas modalidades de alimentación y soporte nutricional hospitalario y del tratamiento dietético-nutricional ambulatorio.
- CE39. Conocer la organización hospitalaria y las distintas fases del servicio de alimentación.
- CE47. Prescribir el tratamiento específico, correspondiente al ámbito de competencia del dietista-nutricionista.
- CE40. Participar en el equipo multidisciplinar de una Unidad de Nutrición Hospitalaria.
- CE48. Ser capaz de fundamentar los principios científicos que sustentan la intervención del dietista-nutricionista, supeditando su actuación profesional a la evidencia científica.



- CE41. Conocer las distintas técnicas y productos de soporte nutricional básico y avanzado.
- CE6. Conocer las bases y fundamentos de la alimentación y la nutrición humana.
- CE42. Desarrollar e implementar planes de transición dietético-nutricional.
- CE7. Adquirir habilidades de trabajo en equipo como unidad en la que se estructuran de forma uni o multidisciplinar e interdisciplinar los profesionales y demás personal relacionados con la evaluación diagnóstica y tratamiento de dietética y nutrición.
- CE43. Planificar y llevar a cabo programas de educación dietético-nutricional en sujetos sanos y enfermos.
- CE8. Conocer el sistema sanitario español y los aspectos básicos relacionados con la gestión de los servicios de salud, fundamentalmente los que estén relacionados con aspectos nutricionales.
- CE14. Interpretar y manejar las bases de datos y tablas de composición de alimentos.
- CE44. Comprender la farmacología clínica y la interacción entre fármacos y nutrientes.
- CE25. Aplicar las Ciencias de los Alimentos y de la Nutrición a la práctica dietética.
- CE45. Manejar las herramientas básicas en TIC,s utilizadas en el campo de la Alimentación, Nutrición y la Dietética.
- CE26. Conocer los nutrientes, sus funciones y su utilización metabólica. Conocer las bases del equilibrio nutricional y su regulación.
- CE46. Conocer los límites legales y éticos de la práctica dietética.
- CE27. Evaluar y calcular los requerimientos nutricionales en situación de salud y enfermedad en cualquier etapa del ciclo vital.
- CE28. Identificar las bases de una alimentación saludable (suficiente, equilibrada, variada y adaptada).
- CE29. Participar en el diseño de estudios de dieta total.
- CE30. Conocer, detectar precozmente y evaluar las desviaciones por exceso o defecto, cuantitativas y cualitativas, del balance nutricional.
- CE31. Planificar, realizar e interpretar la evaluación del estado nutricional de sujetos y/o grupos, tanto sanos (en todas las situaciones fisiológicas) como enfermos.
- CE32. Conocer los aspectos fisiopatológicos de las enfermedades relacionadas con la nutrición.
- CE33. Identificar los problemas dietético-nutricionales del paciente, así como los factores de riesgo y las prácticas inadecuadas.
- CE34. Elaborar e interpretar una historia dietética en sujetos sanos y enfermos.
- CE35. Interpretar una historia clínica. Comprender y utilizar la terminología empleada en ciencias de la salud.
- CE36. Interpretar e integrar los datos clínicos, bioquímicos y farmacológicos en la valoración nutricional del enfermo y en su tratamiento dietético-nutricional.
- CE37. Aplicar las bases de la nutrición clínica a la dietoterapia.
- CE38. Planificar, implantar y evaluar dietas terapéuticas para sujetos y/o grupos.

4.3 Competencias transversales y de materia

- Competencia 1. CT3: Ser capaz de gestionar la información y el conocimiento en su ámbito disciplinar, incluyendo saber utilizar como usuario las herramientas básicas en TIC.
- Competencia 2. CT4: Considerar la ética y la integridad intelectual como valores esenciales de la práctica profesional.
- Competencia 3. CT5: Ser capaz de proyectar los conocimientos, habilidades y destrezas adquiridos para promover una sociedad basada en los valores de la libertad, la justicia, la igualdad y el pluralismo.
- Competencia 4. CT6: Capacidad para trabajar en equipo para relacionarse con otras personas del mismo o distinto ámbito profesional.
- Competencia 5. CT7: Desarrollar habilidades de iniciación a la investigación
- Competencia 6. Aplicar las Ciencias de los Alimentos y de la Nutrición a la práctica dietética.
- Competencia 7. Evaluar y calcular los requerimientos nutricionales en cualquier etapa de la vida.
- Competencia 8. Identificar las bases de una alimentación saludable (adecuada, suficiente, adaptada, equilibrada y variada)



- Competencia 9. Conocer, detectar precozmente y evaluar las desviaciones por exceso o defecto, cuantitativas y cualitativas del balance nutricional.
- Competencia 10. Manejar las herramientas básicas en TIC's utilizadas en el campo de la Alimentación, Nutrición y la Dietética.

5. Contenidos

TEMA 1. NUTRICIÓN EN EL EMBARAZO

Concepto de embarazo y evolución, cambios que se producen en el organismo de la mujer, ganancia de peso (cálculo). Necesidades nutricionales en la mujer durante el embarazo.

TEMA 2. NUTRICIÓN EN LA MUJER DURANTE LA LACTACIÓN.

Definición de lactancia y algunas curiosidades evolutivas. Fisiología de este periodo. Volumen y composición de la leche. Ventajas de la lactancia materna. Necesidades nutricionales para la madre. Pautas dietéticas.

TEMA 3. REGULACIÓN DEL CRECIMIENTO, LA DIFERENCIACIÓN Y EL DESARROLLO.

Estudio detallado del patrón de crecimiento humano, en los distintos periodos de la infancia, factores que condicionan y regulan el crecimiento, bases moleculares del crecimiento armónico y cambios evolutivos en el patrón de crecimiento.

TEMA 4. NUTRICIÓN DEL LACTANTE.

Fisiología de la digestión del lactante, necesidades nutricionales. Tipos de lactancia. Recomendaciones nutricionales.

TEMA 5. NUTRICIÓN DEL NIÑO DE 1 A 3 AÑOS.

Principales características de esta etapa. Patrones alimentarios. Formación del gusto alimentario. Hábitos alimentarios. Necesidades nutricionales. Normas básicas para la elaboración de la dieta. Factores de riesgo nutricional.

TEMA 6. NUTRICIÓN DEL NIÑO EN LA EDAD PREESCOLAR Y ESCOLAR.

Necesidades nutricionales y recomendaciones.

TEMA 7. NUTRICIÓN EN LA ADOLESCENCIA.

Características de la etapa. Necesidades nutricionales y recomendaciones. Comportamiento alimentario en el adolescente. Obesidad y TCA.

Pautas dietéticas y de estilo de vida en la infancia y en la adolescencia.

TEMA 8. NUTRICIÓN Y ENVEJECIMIENTO

Consideraciones iniciales en esta etapa. Nutrición y envejecimiento. Factores que afectan a la ingesta, absorción y metabolismo de los alimentos. Indicadores de un mal estado nutricional. Necesidades y requerimientos. Pautas dietéticas durante esta etapa.

TEMA 9. NUTRICIÓN DURANTE EL EJERCICIO FÍSICO.

Definiciones a tener en cuenta. Clasificación. Nutrición deportiva. Necesidades y recomendaciones. Elementos a tener en cuenta en los deportistas de élite. Hidratación. Planificación de la alimentación.

PRÁCTICAS

Práctica 1. Diseño y aplicación de cuestionarios nutricionales para la evaluación en embarazadas. Consideraciones especiales.: Relacionada con los contenidos Tema 1

Práctica 2. Evaluación del crecimiento en la infancia.: Relacionada con los contenidos Tema 3, Tema 4 y Tema 5

Práctica 3. Diseño y aplicación de cuestionarios nutricionales para la evaluación infantil y adolescente. Consideraciones especiales.: Relacionada con los contenidos Tema 6 y Tema 7

Práctica 4. Diseño y aplicación de cuestionarios nutricionales para la evaluación en personas mayores. Consideraciones especiales.: Relacionada con los contenidos Tema 8

Práctica 5. Diseño y aplicación de cuestionarios nutricionales para la evaluación durante el ejercicio físico. Consideraciones especiales.: Relacionada con los contenidos Tema 9

6. Metodología Docente

Actividad Formativa	Metodología	Horas Presenciales	Trabajo Autónomo	Volumen de trabajo
Lección magistral	Exposición de los contenidos de la materia y fomento del debate en clase.	39	74	113
Prácticas	Seguimiento de los protocolos y encuestas planteados en clase. Manejo de programas informáticos. Elaboración de informes.	14	10	24.00
Seminarios	Se realizarán debates y exposición en el aula de trabajos propuestos por el profesor.	4	6	10



Actividad Formativa	Metodología	Horas Presenciales	Trabajo Autónomo	Volumen de trabajo
Tutoría presencial en grupo	Se aclararán dudas sobre los trabajos planteados en prácticas y seminarios.	3	0	3.00
	Total	60	90	150

7. Horario de la asignatura

<https://www.um.es/web/estudios/grados/nutricion/2023-24#horarios>

8. Sistema de Evaluación

Métodos / Instrumentos	Pruebas escritas (exámenes): pruebas objetivas, de desarrollo, de respuesta corta, o tipo test realizadas por los alumnos para mostrar los conocimientos teóricos y prácticos adquiridos.
Criterios de Valoración	Prueba final (examen tipo test). Realización de un examen final que consiste en 40 preguntas tipo test sobre toda la materia impartida en la asignatura. Cuatro preguntas mal contestadas serán penalizadas eliminando una pregunta contestada correctamente.
Ponderación	70
Métodos / Instrumentos	Informes escritos, trabajos y proyectos: trabajos escritos, portafolios realizados individual o grupalmente.
Criterios de Valoración	Trabajos voluntarios propuestos, participación en clase y seminarios. Capacidad de análisis y síntesis. Expresión oral. Coherencia de las respuestas. Capacidad de trabajo en grupo. Motivación y captación de interés. Diseño y uso de recursos didácticos y nuevas tecnologías en las exposiciones de los trabajos voluntarios.
Ponderación	10



Métodos / Instrumentos	Ejecución de tareas prácticas: actividades de laboratorio en los laboratorios de biología, química, bioquímica, ingeniería química, análisis de alimentos y actividades de Planta Piloto de Tecnología de los Alimentos, que muestran el saber hacer en las diferentes materias.
Criterios de Valoración	La asistencia a prácticas y seminarios es obligatoria. Cuaderno de prácticas con ejercicios propuestos sobre la materia impartida. Correcta ortografía. Dominio de la materia. Estructuración de ideas. Capacidad crítica. Precisión en las respuestas.
Ponderación	20

Fechas de exámenes

<https://www.um.es/web/estudios/grados/nutricion/2023-24#examenes>

9. Resultados del Aprendizaje

10. Bibliografía

Grupo 1

Bibliografía Complementaria



Brown, JE. Nutrición en las Diferentes Etapas de la vida. 5ª Edición. Madrid: McGraw Hill. 2014.



Gil A. Tratado de Nutrición. Tomo III. Nutrición Humana en el Estado de Salud. 3ª Edición. Madrid: Editorial Panamericana (2017)



Mahan LK, Escott-Stump S. Nutrición y dietoterapia de Krauser. Ed. Interamericana McGraw-Hill, México, 14ª edición, 2017.



EURRECA Red de Excelencia de la Unión Europea para fijar recomendaciones nutricionales



-  Mataix J y col. Tabla de composición de alimentos españoles. 5ª ed. Granada. Instituto de nutrición y tecnología de alimentos; 2009.
-  Mataix J. Nutrición para educadores. 2ª ed., reimp. Madrid. Díaz de Santos. 2017.
-  Sociedad Española de Nutrición Comunitaria. Guías Alimentarias para la población española: recomendaciones para una dieta Saludable. Madrid. Im&C, D.L.; 2001.
-  Martín Salinas, C. Nutrición y dietética. Madrid. DAE. 2000
-  Perote Alexandre, Alfonso, Polo Jiménez, Soraya (coords.) Nutrición y dietética en los estados fisiológicos del ciclo. Madrid: FUDEN (2017)
-  Aranceta, javier, Gil, Ángel (dirs.) Alimentos funcionales y salud en las etapas infantil y juvenil. Madrid: Médica Panamericana (2010)
-  Evaluación del estado de nutrición en el ciclo vital humano. Madrid: McGraw-Hill (2012)
-  Hernández Alarcón, Adriana ... [et al.] Medicina y nutrición : nutrición comunitaria y clínica. Madrid: McGraw-Hill-Interamericana (2011)
-  Bach-Faig, Anna, Esquiús de La Zarza, Laura (eds.) La alimentación en la actividad física y el deporte. Barcelona: Editorial UOC (2018)
-  Pastor Martín, Rosario, Tur Marí, Josep Antoni (eds.). Manual práctico de nutrición y dietética deportiva. Editorial Universidad Católica de Ávila (2018) (Agotado)

Grupo 9(IC)

No se ha publicado bibliografía para este grupo.

11. Observaciones y recomendaciones

La calificación necesaria para superar la asignatura será de 5 puntos, que se obtendrá de la suma de cada una de las partes evaluadas. Es necesario superar ambas partes de la asignatura (teórica y práctica) de forma independiente para superar la totalidad de la asignatura. Es obligatoria la asistencia a las prácticas y seminarios, salvo justificación médica.

“NECESIDADES EDUCATIVAS ESPECIALES. Aquellos estudiantes con discapacidad o necesidades educativas especiales podrán dirigirse al Servicio de Atención a la Diversidad y Voluntariado (ADYV; <http://>



www.um.es/advv/) para recibir orientación sobre un mejor aprovechamiento de su proceso formativo y, en su caso, la adopción de medidas de equiparación y de mejora para la inclusión, en virtud de la Resolución Rectoral R-358/2016. El tratamiento de la información sobre este alumnado, en cumplimiento con la LOPD, es de estricta confidencialidad.”

GRABACIÓN DE IMAGEN Y/O AUDIO

Salvo autorización expresa por parte del profesor, no está permitida la grabación, total o parcial, tanto de sonido como de imagen, de las clases, seminarios o prácticas de la asignatura, con arreglo a las previsiones de la Ley de Propiedad Intelectual, de la Ley Orgánica de Protección de Datos de Carácter Personal y de la Ley Orgánica de Protección Civil del Derecho al Honor, a la Intimidad Personal y Familiar y a la Propia Imagen. En función, en su caso, del uso posterior que se le diera, la grabación no consentida puede dar origen a responsabilidades civiles, disciplinarias, administrativas y, eventualmente, penales.

Esta asignatura se encuentra vinculada de forma directa con los Objetivos de Desarrollo Sostenible: nº 2 y nº 3.