

## 1. DATOS BÁSICOS

Asignatura	Dietética
Titulación	Grado de Nutrición Humana y Dietética
Facultad	Ciencias Biomédicas y de la Salud
Curso	3º
ECTS	6
Carácter	Obligatoria
Idioma	Castellano
Modalidad	Presencial y semipresencial
Semestre	5
Curso académico	2025-2026
Docente coordinador	Alessandra Maestri
Docente	Alessandra Maestri

## 2. PRESENTACIÓN

La asignatura de **DIETÉTICA** es de carácter obligatorio perteneciente al Grado de Nutrición humana y Dietética que se desarrolla de forma semestral y se cursa en 3º curso. La asignatura de dietética consta de 6 ECTS teóricos. Los alumnos deberán ejercer bajo el conocimiento de los fundamentos de la nutrición humana.

La dietética es la disciplina que relaciona los alimentos con las necesidades nutricionales. Sus principios, se sitúan en el centro de la vida tanto de las personas que gozan de buena salud, como de los enfermos.

Esta asignatura es importante ya que en ella aprenderemos como mantener el equilibrio, la homeostasis y garantizar una salud y una calidad de vida mejores durante el mayor tiempo posible. Valorar las necesidades nutricionales de las personas sanas y con problemas de salud promoviendo y reforzando pautas de conducta alimentaria saludable.

Se recuerda al alumno que, tal y como se le ha comunicado previamente desde el departamento de Admisiones y Matriculación, es un prerrequisito para inscribirse en esta asignatura haber cursado previamente las materias de Nutrición Básica I y Bioquímica, así como simultanear con Nutrición Básica II y Nutrición en las Etapas de la Vida.

Es responsabilidad del estudiante asegurarse de poseer los conocimientos de esas asignaturas en caso de no considerar las recomendaciones anteriores o de que hayan sido convalidadas por estudios previos.

### 3. COMPETENCIAS Y RESULTADOS DE APRENDIZAJE

#### Competencias básicas:

- **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.

#### Competencias generales:

- **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.
- **CG16:** Interpretar el diagnóstico nutricional, evaluar los aspectos nutricionales de una historia clínica y realizar el plan de actuación dietética
- **CG26:** Elaborar, controlar y cooperar en la planificación de menús y dietas adaptados a las características del colectivo al que van destinados.

#### Competencias transversales:

- **CT1:** Comunicación: capacidad de realizar escucha activa, hacer preguntas y responder cuestiones de forma clara y concisa, así como expresar ideas y conceptos de forma efectiva. Incluye la capacidad de comunicar por escrito con concisión y claridad.
- **CT2:** Liderazgo, capacidad para dar nuevas ideas, enfoques e interpretaciones mediante estrategias que ofrezcan soluciones a problemas de la realidad.
- **CT3:** Trabajo en equipo: capacidad para integrarse y colaborar de forma activa con otras personas, áreas y/u organizaciones para la consecución de objetivos comunes, valorar e integrar las aportaciones del resto de los componentes del grupo y actuar para desarrollar un buen clima.
- **CT4:** Adaptación al cambio: capacidad para percibir, interpretar y responder al entorno. Aptitud para adecuarse y trabajar eficazmente en distintas situaciones y/o con diferentes individuos o grupos. Es la adaptación a los cambios según las circunstancias y necesidades. Es el valor de afrontar situaciones críticas de uno mismo o del entorno, manteniendo un nivel de bienestar físico y mental que permite a la persona seguir actuando con efectividad.
- **CT7:** Toma de decisiones: capacidad para realizar una elección entre las alternativas o formas existentes para resolver eficazmente diferentes situaciones o problemas
- **CT9:** Capacidad para aplicar los conocimientos a la práctica, para utilizar los conocimientos adquiridos en el ámbito académico en situaciones lo más parecidas posibles a la realidad de la profesión para la cual se están formando

**Competencias específicas:**

- **CE124:** Conocer la evolución histórica de la dietética
- **CE125:** Conocer cuáles son las características de una dieta equilibrada
- **CE126:** Saber cómo realizar una intervención dietética. Características y tipos de dietas.
- **CE127:** Conocer los mitos y errores en la dieta.

**Resultados de aprendizaje:**

- **RA1:** Saber planificar, implantar y evaluar dietas en sujetos sanos y enfermos así como en las diferentes etapas de la vida, aplicando los conocimientos de las Ciencias de la Alimentación y de la Nutrición.
- **RA2:** Saber interpretar una historia dietética en sujetos sanos y enfermos, y consecuentemente, saber confeccionar una dieta personalizada.
- **RA3:** Conocer las diferencias del patrón dietético según formas alternativas de alimentación, sabiendo planificar dietas adecuadas a cada caso.
- **RA4:** Conocer las posibles reacciones adversas de los alimentos, pudiendo intervenir en su prevención.

En la tabla inferior se muestra la relación entre las competencias que se desarrollan en la asignatura y los resultados de aprendizaje que se persiguen:

Competencias	Resultados de aprendizaje
CB2, CB3, CB4, CB5, CG1, CG10, CG13, CG16, CG26, CT3, CT4, CT7, CT9, CE124, CE125, CE127	RA1. Saber planificar, implantar y evaluar dietas en sujetos sanos y enfermos, así como en las diferentes etapas de la vida, aplicando los conocimientos de las Ciencias de la Alimentación y de la Nutrición.
CB2, CB3, CB4, CB5, CG1, CG10, CG13, CG16, CG26, CT2, CT7, CT9, CE16, CE127	RA2. Saber interpretar una historia dietética en sujetos sanos y enfermos, y consecuentemente, saber confeccionar una dieta personalizada.
CG13, CG26, CT9, CE126, CE128, CE129	RA3. Conocer las diferencias del patrón dietético según formas alternativas de alimentación, sabiendo planificar dietas adecuadas a cada caso.
CB4, CT1, CT2, CT9, CE126, CE128	RA4. Conocer las posibles reacciones adversas de los alimentos, pudiendo intervenir en su prevención.

## 4. CONTENIDOS

### UNIDAD I. INTRODUCCIÓN A LA DIETÉTICA. ALIMENTACIÓN EQUILIBRADA

- Tema 1. Historia de la dietética, generalidades, conceptos y definiciones.
- Tema 2. Alimentación equilibrada. Aspectos y características.

### UNIDAD II. DIETA MEDITERRÁNEA. FUNCIONES DEL DIETISTA-NUTRICIONISTA

- Tema 3. Dieta mediterránea. La importancia de las guías alimentarias, pirámide nutricional.
- Tema 4. Funciones del nutricionista dietista e intervención dietética.

### UNIDAD III. ENCUESTAS ALIMENTARIAS

- Tema 5. Encuestas alimentarias (Parte I).
- Tema 6. Encuestas alimentarias (Parte II).

#### UNIDAD IV. INTERVENCIONES DIETÉTICAS

- Tema 7. Proceso de atención nutricional.
- Tema 8. Diseño y programación de dietas para individuos y personas sanas (dieta por intercambios, dietas por equivalentes).
- Tema 9. Soportes informáticos.

#### UNIDAD V. DISTINTOS TIPOS DE DIETAS. DIETAS POR EQUIVALENTES

- Tema 10. Dietas por equivalentes (Parte I).
- Tema 11. Dietas por equivalente (Parte II).

#### UNIDAD VI. DIETAS ESPECIALES, ALTERNATIVAS

- Tema 12. Distintos tipos de dieta.
- Tema 13. Dietas especiales y alternativas.

## 5. METODOLOGÍAS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE

A continuación, se indican los tipos de metodologías de enseñanza-aprendizaje que se aplicarán:

- Clase magistral
- Aprendizaje cooperativo
- Método del caso
- Aprendizaje basado en problemas y proyectos.
- Aprendizaje basado en enseñanzas de laboratorio/talleres

## 6. ACTIVIDADES FORMATIVAS

Seguidamente, se identifican los tipos de actividades formativas que se realizarán y la dedicación en horas del estudiante a cada una de ellas:

#### Modalidad presencial:

Actividad formativa	Número de horas
Clase magistral	50
Trabajo autónomo	42
Análisis de casos	10
Actividades participativas grupales	7
Elaboración de informes y estrategias	7
Actividades en laboratorios/taller	12
Tutoría	19
Prueba de conocimiento	4
<b>TOTAL</b>	<b>150</b>

**Modalidad semipresencial:**

Actividad formativa	Número de horas
Lectura de temas de contenido	13
Seminario virtual	13
Trabajo autónomo	65
Análisis de casos	10
Actividades participativas grupales	7
Elaboración de informes y estrategias	7
Actividades en laboratorios/taller	12
Tutoría virtual	19
Prueba de conocimiento	4
<b>TOTAL</b>	<b>150</b>

## 7. EVALUACIÓN

A continuación, se relacionan los sistemas de evaluación, así como su peso sobre la calificación total de la asignatura:

**Modalidad presencial:**

Sistema de evaluación	Peso (%)
<b>Actividad 1:</b> Carpeta de aprendizaje	10
<b>Actividad 2:</b> Entrega de informes y trabajos	10
<b>Actividad 3:</b> Participación en debates	10
<b>Actividad 4:</b> Prácticas de laboratorio/taller	30
<b>Actividad 5:</b> Prueba de conocimientos	40

**Modalidad semipresencial:**

Sistema de evaluación	Peso (%)
<b>Actividad 1:</b> Carpeta de aprendizaje	10
<b>Actividad 2:</b> Entrega de informes y trabajos	10
<b>Actividad 3:</b> Participación en debates	10
<b>Actividad 4:</b> Prácticas de laboratorio/taller	30
<b>Actividad 5:</b> Prueba de conocimientos	40

En el Campus Virtual, cuando accedas a la asignatura, podrás consultar en detalle las actividades de evaluación que debes realizar, así como las fechas de entrega y los procedimientos de evaluación de cada una de ellas.

### 7.1. Convocatoria ordinaria

Para superar la asignatura en convocatoria extraordinaria deberás obtener una calificación mayor o igual que 5,0 sobre 10,0 en la calificación final (media ponderada) de la asignatura. Los criterios de evaluación de cada actividad se especificarán en la guía del campus virtual.

### 7.2. Convocatoria extraordinaria

Para superar la asignatura en convocatoria extraordinaria deberás obtener una calificación mayor o igual que 5,0 sobre 10,0 en la calificación final (media ponderada) de la asignatura. Los criterios de evaluación de cada actividad se especificarán en la guía del campus virtual.

Se deben entregar las actividades no superadas en convocatoria ordinaria, tras haber recibido las correcciones correspondientes a las mismas por parte del docente, o bien aquellas que no fueron entregadas.

## 8. CRONOGRAMA

En este apartado se indica el cronograma con fechas de entrega de actividades evaluables de la asignatura:

#### Modalidad presencial:

Actividades evaluables	Fecha
<b>Actividad 1:</b> Carpeta de aprendizaje	Trabajo de investigación sobre los tipos de dietas: 17 de diciembre 2025
<b>Actividad 2:</b> Entrega de informes y trabajos	Anamnesis y elaboración de dieta (caso clínico): 27 de noviembre 2025
<b>Actividad 3:</b> Participación en debates	Hasta el 28 de octubre 2025
<b>Actividad 4:</b> Prácticas de laboratorio/taller	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Práctica 1: 8 de octubre 2025</li> <li>• Práctica 2: 22 de octubre 2025</li> <li>• Práctica 3: 05 de noviembre 2025</li> <li>• Práctica 4: 19 de noviembre 2025</li> <li>• Práctica 5: del 2 al 12 de diciembre 2025 (pendiente de definir)</li> </ul>
<b>Actividad 5:</b> Prueba de conocimientos	Del 13 al 24 de enero 2026 (pendiente de definir)

#### Modalidad semipresencial:

Actividades evaluables	Fecha
<b>Actividad 1:</b> Carpeta de aprendizaje	Trabajo de investigación sobre los tipos de dietas: 14 de enero 2026
<b>Actividad 2:</b> Entrega de informes y trabajos	Anamnesis y elaboración de dieta (caso clínico): 03 de diciembre 2025
<b>Actividad 3:</b> Participación en debates	Hasta el 11 de noviembre 2025
<b>Actividad 4:</b> Prácticas de laboratorio/taller	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Práctica 1 presencial: 24 de octubre 2025</li> <li>• Práctica 2 presencial: 21 de noviembre 2025</li> <li>• Taller síncrono: 10 y 17 de diciembre 2025</li> </ul>
<b>Actividad 5:</b> Prueba de conocimientos	24 de enero 2026

Este cronograma podrá sufrir modificaciones por razones logísticas de las actividades. Cualquier modificación será notificada al estudiante en tiempo y forma.

## 9. BIBLIOGRAFÍA

La obra de referencia para el seguimiento de la asignatura es:

- Martínez-Sanz, José Miguel, et al. (ed.). Manual práctico para la elaboración de dietas y menús. Publicacions de la Universitat d'Alacant, 2019.
- NAHAN, L. Kathleen, et al. Nutrición y dietoterapia de, Krause. 2001.
- Ojeda, Gabriela Macedo, et al. Manual de prácticas de evaluación del estado nutricional. McGraw-Hill Interamericana, 2015.
- Peralta, C. A. (2016). Elementos fundamentales en el cálculo de dietas. Editorial El Manual Moderno.
- Tabla de composición de alimentos. Olga Moreiras, Ángeles Carbajal, Luisa Cabrera, Carmen Cuadrado. Editorial Pirámide.

A continuación, se indica bibliografía recomendada:

- Mahan L.K, Raymond J.L. Krause Dietoterapia. 14ª Ed. Elsevier.
- Martínez Hernández, Alfredo y Portillo Baquedano, María del Puy Fundamentos de Nutrición y Dietética Editorial Médica Panamericana S.A.; Edición: 1 (2011)
- Vega, Leopoldo, and M. D. Iñarritu. "Fundamentos de nutrición y dietética." México DF: Pearson Educación de México (2010).
- Gil A. (2017) Tratado de Nutrición: nutrición humana en el estado de salud. España: editorial médica Panamericana.

## 10. UNIDAD DE ORIENTACIÓN EDUCATIVA Y DIVERSIDAD

Desde la Unidad de Orientación Educativa y Diversidad (ODI) ofrecemos acompañamiento a nuestros estudiantes a lo largo de su vida universitaria para ayudarles a alcanzar sus logros académicos. Otros de los pilares de nuestra actuación son la inclusión del estudiante con necesidades específicas de apoyo educativo, la accesibilidad universal en los distintos campus de la universidad y la equiparación de oportunidades.

Desde esta Unidad se ofrece a los estudiantes:

1. Acompañamiento y seguimiento mediante la realización de asesorías y planes personalizados a estudiantes que necesitan mejorar su rendimiento académico.
2. En materia de atención a la diversidad, se realizan ajustes curriculares no significativos, es decir, a nivel de metodología y evaluación, en aquellos alumnos con necesidades específicas de apoyo educativo persiguiendo con ello una equidad de oportunidades para todos los estudiantes.
3. Ofrecemos a los estudiantes diferentes recursos formativos extracurriculares para desarrollar diversas competencias que les enriquecerán en su desarrollo personal y profesional.
4. Orientación vocacional mediante la dotación de herramientas y asesorías a estudiantes con dudas vocacionales o que creen que se han equivocado en la elección de la titulación.

Los estudiantes que necesiten apoyo educativo pueden escribirnos a:

[orientacioneducativa@universidadeuropea.es](mailto:orientacioneducativa@universidadeuropea.es)

## **11. ENCUESTAS DE SATISFACCIÓN**

¡Tu opinión importa!

La Universidad Europea te anima a participar en las encuestas de satisfacción para detectar puntos fuertes y áreas de mejora sobre el profesorado, la titulación y el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Las encuestas estarán disponibles en el espacio de encuestas de tu campus virtual o a través de tu correo electrónico.

Tu valoración es necesaria para mejorar la calidad de la titulación.

Muchas gracias por tu participación.