

NOMBRE DE LA ASIGNATURA				
NUTRICIÓN Y SALUD				
CÓDIGO	18756			
DEPARTAMENTO:	Farmacia y Ciencia de los Alimentos			
PROFESOR/A:	Alfredo Fernández Quintela Saioa Gómez Zorita Idoia Larrechi Lamelas Mirian Molina Mestanza Gesala Perez Junquera			
ÁREA:	Nutrición y Salud			
CURSO:	2	CUATRIMESTRE:	2	TIPO: Obligatoria
CRÉDITOS:	4,5			

DESCRIPCIÓN Y CONTEXTUALIZACIÓN DE LA ASIGNATURA

En esta asignatura se da **Nutrición** donde se estudia el uso que hace el organismo de los nutrientes ingeridos con los alimentos, es decir, estudia los procesos mediante los cuales el ser humano recibe, transforma y utiliza las sustancias necesarias para el crecimiento y sostenimiento de la vida. Por tanto, estudia los procesos acontecidos en durante la ingestión, digestión, absorción, transporte, distribución, metabolismo y eliminación.

También se imparte parte de **Dietética** donde se dan unas nociones para evaluar la ingesta de alimentos, así como a elaborar dietas para todos los grupos de edad (niños, adolescentes, adultos, etc.), y en diversos estados fisiológicos (embarazo, lactancia, etc.) como herramienta del equilibrio nutricional de las dietas.

COMPETENCIAS / RESULTADOS DE APRENDIZAJE

Comprender y aplicar los fundamentos de la relación entre los alimentos y su función nutricional en población general o en colectivos específicos.

Diseñar dietas de tipologías diversas y adecuadas en función de las necesidades del sujeto.

PROGRAMA / CONTENIDOS TEÓRICO PRÁCTICOS

PROGRAMA TEÓRICO

1. Introducción: Conceptos básicos
2. Bases fisiológicas y bioquímicas de la Nutrición
 - a) Nutrientes:
 - b) Hidratos de carbono
 - c) Lípidos
 - d) Proteínas
 - e) Vitaminas
 - f) Minerales
 - g) Agua
 - h) Fibra
 - i) Alcohol
3. Gasto energético
4. Valor nutritivo de los alimentos
5. Alimentos funcionales
6. Etiquetado
7. Evaluación y equilibrado de una dieta
8. Dietoterapia
 - a) Obesidad
 - b) Diabetes
 - c) Hipercolesterolemia
 - d) Hipertensión arterial
 - e) Diarrea y estreñimiento
 - f) Gastritis y úlcera gástrica
 - g) Anemias
 - h) Patologías relacionadas con el gluten
 - i) Interacción fármaco-nutriente

PROGRAMA PRÁCTICO/SEMINARIOS/TALLERES:

1. Evaluación del Estado Nutricional: Peso y Composición Corporales
2. Problemas/Ejercicios de nutrición
3. Dietas alternativas

METODOLOGÍA

La asignatura se impartirá mediante clases magistrales, seminarios, talleres, clases prácticas de aula, prácticas de laboratorio

BIBLIOGRAFÍA

RODRÍGUEZ VM y SIMÓN E (2008). *Bases de la Alimentación Humana*. Editorial Netbiblo. La Coruña.

GIL A (2010). *Tratado de Nutrición* (2ª edición). Editorial Acción Médica. Madrid.

MARTÍNEZ JA y PORTILLO MP (2011). *Fundamentos de Nutrición y Dietética*. Editorial Panamericana. Madrid.

MATAIX J (2009). *Nutrición y Alimentación Humana* (2ª edición). Editorial Ergon. Madrid.

DOCUMENTOS ELECTRÓNICOS

RECOMENDACIONES CURRICULARES/OBSERVACIONES