



PRESENTACIÓN

Breve descripción: La DIETÉTICA II, es la ciencia aplicada que basándose en la Nutrición y la Dietética I entre otras disciplinas, proporciona al alumno la capacidad de diseñar y programar dietas para cualquiera de las distintas etapas de la vida o situaciones fisiológicas, tanto a nivel individual como colectivo. En concreto, el alumno practica el consejo dietético, diseño y análisis de dietas y menús adaptados a cualquier etapa del ciclo vital y/o situación fisiológica, mediante la utilización de calendarios o sistema de intercambio de alimentos. Además, también se aborda la influencia de la multiculturalidad en la alimentación y formas alternativas de alimentación.

- **Titulación:** Grado Nutrición Humana y Dietética (NHD) y Doble Grado Farmacia-NHD
- **Módulo/Materia:** Módulo IV. Ciencias de la Nutrición y de la salud / Materia: Dietética
- **ECTS:** 6
- **Curso, semestre:** 2º Grado Nutrición Humana y Dietética (NHD) y 4º Doble Grado Farmacia- NHD. 2º Semestre
- **Carácter:** Obligatoria
- **Profesorado:** **Susana Santiago (Profesora Responsable)**, Itziar Zazpe, Julio Flames, Natalia Vazquez, Marina Andrés y Gabriela Robayo.
- **Idioma:** Castellano
- **Aula, Horario:** Aula 6. Lunes 13-14h y Jueves 12-13h.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE (Competencias)

BÁSICAS Y GENERALES

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.

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.



CG21 - Ser capaz de participar en actividades de promoción de la salud y prevención de trastornos y enfermedades relacionadas con la nutrición y los estilos de vida, llevando a cabo la educación alimentaria- nutricional de la población.

CG22 - Colaborar en la planificación y desarrollo de políticas en materia de alimentación, nutrición y seguridad alimentaria basadas en las necesidades de la población y la protección de la salud.

CG26 - Elaborar, controlar y cooperar en la planificación de menús y dietas adaptados a las características del colectivo al que van destinados.

CB4 - Que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado.

ESPECÍFICAS

CE25 - Aplicar las Ciencias de los Alimentos y de la Nutrición a 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).

CE31 - Planificar, realizar e interpretar la evaluación del estado nutricional de sujetos y/o grupos, tanto sanos (en todas las situaciones fisiológicas) como enfermos.

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. Interpretar una historia clínica. Comprender y utilizar la terminología empleada en ciencias de la salud.

CE41 - Desarrollar e implementar planes de transición dietético-nutricional.

CE42 - Planificar y llevar a cabo programas de educación dietético-nutricional en sujetos sanos y enfermos.

CE44 - Manejar las herramientas básicas en TIC,s utilizadas en el campo de la Alimentación, Nutrición y la Dietética.

CE45 - Conocer los límites legales y éticos de la práctica dietética.

CE47 - Ser capaz de fundamentar los principios científicos que sustentan la intervención del dietista- nutricionista, supeditando su actuación profesional a la evidencia científica.

PROGRAMA

Programa Teórico

1. Dietas basadas en plantas
2. La alimentación situación preconcepcional. Estilos de vida y fertilidad.
3. La alimentación en la gestación.
4. Alimentación en la madre lactante.



Universidad de Navarra

5. La alimentación del lactante: lactancia materna, lactancia artificial y alimentación complementaria
6. La alimentación en la infancia y adolescencia.
7. La alimentación en la mujer menopáusica.
8. La alimentación en la persona mayor.
9. Dieta y diversidad cultural.
10. Alimentación en las familias.

Programa Práctico:

GRUPO 1 (2ºNHD):

DISEÑO DE DIETAS VEGETARIANAS: 2ºNHD: 20/1/2026 de 16-18h (OC04)

COCINA PLANT-BASED: 26/1/2026 de 16-18h (5F03)

INTERCAMBIOS I: 2/2/02/2026 de 9-11h (Aula 6)

INTERCAMBIOS II: 9/02/2026 de 9-11h (Aula 6)

INTERCAMBIOS III: 16/02/2026 de 9-11h (OE02)

EMBARAZO: 25/2/2026 de 17-19h (OC04)

INFANCIA I: 4/03/2025 de 9-11h (OCO4)

INFANCIA II: 23/03/2026 de 16-18h (OE02)

ANCIANO: 26/03/2026 de 16-18h (Aula 21)

DIVERSIDAD CULTURAL: 16/04/202 16-18 (Aula 3)

GRUPO 2 (2ºNHD+ 4ºDOBLE)

DISEÑO DE DIETAS VEGETARIANAS: 2ºNHD: 22/1/2026 de 16-18h (OC04)

COCINA PLANT-BASED: 26/1/2026 de 18-20h (5F03)

INTERCAMBIOS I: 3/2/02/2026 de 12-14h (Aula 21)

INTERCAMBIOS II: 10/02/2026 de 12-14h (Aula 21)

INTERCAMBIOS III: 17/02/2026 de 9-11h (OC04)

EMBARAZO: 24/2/2026 de 12-14h (OC04)

INFANCIA I: 4/03/2025 de 16-18h (OCO4)

INFANCIA II: 17/03/2026 de 12-14h (OE02)

ANCIANO: 26/03/2026 de 16-18h (Aula 21)

DIVERSIDAD CULTURAL: 17/04/202 16-18 (Aula 3)

ACTIVIDADES FORMATIVAS



Universidad de Navarra

Clases expositivas: 30 horas.

En estas clases se explicarán los aspectos más relevantes del programa.

Talleres: 20 horas

Asistencia obligatoria. En el apartado programa se indicarán los días, horas y aulas concretas, tanto para 2º Nutrición como para 4º Doble. En caso de coincidencia con otras asignaturas o causa justificada, se facilitará la posibilidad de poder cambiar de grupo de prácticas.

Trabajos: 35 h. Los detalles se concretarán una vez comenzada la asignatura.

Trabajo en grupos de planificación dietética. Fecha de entrega: 6/3/2026

Otros actividades formativas dentro del aula. Se realizarán de forma aleatoria y sin previo aviso.

Tutorías con el profesor: 1 hora.

Estudio personal del alumno: 61 h

Evaluación: ver apartado "Sistema de Evaluación". 3 horas.

EVALUACIÓN

CONVOCATORIA ORDINARIA:

Examen: 60% de la nota final.

Se requiere **calculadora**.

Consistirá en un **test** y **preguntas cortas**. Se valorará, además del contenido, la capacidad de análisis y de relación.

Para aprobar la asignatura se tendrá que sacar una **puntuación mínima de 4,5 en el examen**. Si la calificación obtenida es inferior, la nota que aparecerá en el acta será la correspondiente al examen.

Trabajos: 35%

Trabajo en grupo de planificación dietética: 20% de la nota final.

Pruebas evaluables en el aula (clase o seminarios): 15%. Estas pruebas se realizarán de forma aleatoria y sin previo aviso con el objetivo de fomentar el estudio continuo.

Participación en aula (clases y seminarios): 5% de la nota final.

CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA:

La distribución porcentual en la evaluación es la misma para la convocatoria ordinaria y extraordinaria. En el caso de no superar el examen el examen y/o el trabajo, se volverán a realizar. Se guardará la nota obtenida por el estudiante en el apartado de asistencia y participación.



Universidad de Navarra

Exámenes fuera de las fechas oficiales: En casos justificados de tener que realizar un examen fuera de las convocatorias oficiales, el tipo y estructura del examen pueden variar (<https://www.unav.edu/web/facultad-de-farmacia/estudiantes/normativas>)

Estudiantes repetidores: si tienen superadas las prácticas y trabajos se guardarán las notas. En caso de querer subir nota, deberán comunitarlo a la profesora responsable durante la primera semana de clase.

Estudiantes con necesidades educativas especiales: deberán ponerse previamente en contacto con la Coordinación de Estudios de la Facultad para obtener la autorización correspondiente a las adaptaciones (por ejemplo, disponer de más tiempo en los exámenes). Dicha autorización deberá ser enviada por el estudiante al profesor. Se recomienda realizar esta gestión al comienzo del cuatrimestre.

ATENCIÓN: Se recuerda que cualquier intento de fraude, copia, plagio u otro comportamiento irregular supone una infracción grave tal y como está contemplado en el título IV "Normas de disciplina académica de los estudiantes" dentro del Sistema de normas sobre la convivencia en la Universidad de Navarra"

HORARIOS DE ATENCIÓN

Dra. Susana Santiago Neri. Profesor responsable. (ssantiago@unav.es)

- Despacho 2450 Edificio de Investigación. Planta 2
- Confirmar por mail fecha y hora de tutoría.

Dra. Itziar Zazpe García (izazpe@unav.es)

- Despacho 2410 Edificio de Investigación. Planta 2
- Confirmar por mail fecha y hora de tutoría.

BIBLIOGRAFÍA

BIBLIOGRAFÍA ESPECÍFICA: En ADI se facilitará bibliografía y recursos específicos de cada tema

BIBLIOGRAFÍA BÁSICA

- SENC. Guía de la alimentación saludable para Atención primaria y colectivos ciudadanos. SENC. Ed. Planeta, 2018. [Localízalo en la Biblioteca](#)
- Martínez JA. Portillo M. Fundamentos de Nutrición y Dietética. Mc Graw Hill 2011. [Localízalo en la Biblioteca](#)
- Astiasarán I., Martínez J.A, y Muñoz M. Claves para una Alimentación Óptima. Ed. Díaz de Santos. 2007. [Localízalo en la Biblioteca](#)
- Comer bien a cualquier edad. Martínez JA., Santiago S. y Zubieta MI. Ed. Eunsa, 2004. [Localízalo en la Biblioteca](#)
- Muñoz M, Aranceta J, Garcia-Jalon I. Nutrición aplicada y Dietoterapia. (2ª ed). Eunsa. Pamplona. 2004. [Localízalo en la Biblioteca](#)

BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA

- Cervera P, Clapes J, Rigolfas R. Alimentación y dietoterapia (4ª ed.). Ed. Interamericana McGraw-Hill. Barcelona. 2004. [Localízalo en la Biblioteca](#)



Universidad de Navarra

- Federación Española de Sociedades de Nutrición y Dietética. Ingestas recomendadas para población española. EUNSA. Pamplona. 2010. [Localízalo en la Biblioteca](#)
- Gable J. Counselling skills for dietitians (3ª ed). Blackwell. Oxford. 2016. [Localízalo en la Biblioteca](#)
- Gómez Cándela C. Loria Kohen V. Lourenço Nogueira T. Guía visual de alimentos y raciones. Ed. Editores Médicos S.A. (EDIMSA), 2008. [Localízalo en la Biblioteca](#)
- Mataix Verdu J. Nutrición para educadores. (2ª ed.). Ed. Díaz de Santos. Madrid. 2005. [Localízalo en la Biblioteca](#)
- Mataix Verdu J. Nutrición y alimentación humana (2ª ed). Ed. Ergón. Majadahonda. Madrid 2009 [Localízalo en la Biblioteca](#)
- SENC (Sociedad Española de Nutrición Comunitaria). Guía de alimentación saludable. SENC, Madrid, 2005 [Localízalo en la Biblioteca](#)
- Vargas D, Ledesma JA y otros. Alimentos comunes, medidas caseras y porciones: guía visual y contenido nutricional de los alimentos. Mc Graw-Hill, 2008. [Localízalo en la Biblioteca](#)

TABLAS DE COMPOSICIÓN DE ALIMENTOS y DE INTERCAMBIOS

- Farran A, Fernández R, Gorgori A, y Junyent S. Tablas estándar de composición de los alimentos. McGraw-Hill. Madrid, 2022 [Localízalo en la Biblioteca](#)
- Base de datos española de composición de alimentos: <http://www.bedca.net/>
- Red internacional de sistemas de datos sobre alimentos <http://www.fao.org/infoods/infoods/es/>
- Moreiras O, Carbajal A, Cabrera L y ñ Cuadrado C. Tablas de composición de alimentos. Guía de prácticas (15ª ed). Ed. Pirámide, Madrid. 2015 [Localízalo en la Biblioteca](#)
- Mataix J. Tabla de composición de alimentos españoles. (5ª ed.). Universidad de Granada: Instituto de Nutrición y Tecnología de Alimentos, 2009.
- Novartis. Tabla de composición de alimentos. Barcelona. <http://farmacia.ujgva.es/nutrire/tabla/pdf/tabla.pdf>
- Palma I, Farran A, Cantós D. Centre d'Ensenyament Superior de Nutrició i Dietètica (CESNID). Tablas de composición de alimentos por medidas caseras de consumo habitual en España. Ed. McGraw-Hill Interamericana. Madrid, 2008. [Localízalo en la Biblioteca](#)
- Russolillo G. y Marques I. Sistema de Intercambios para la Confección de Dietas y Planificación de Menús ICM, 2008 [Localízalo en la Biblioteca](#)
- Carretero MI, Gómez M. Tablas de composición de alimentos españoles. Ministerio de Sanidad y Consumo, Madrid, 1999. [Localízalo en la Biblioteca](#)
- Bello J y col. Tabla de composición de alimentos cocinados. Díaz de Santos. 1998. [Localízalo en la Biblioteca](#)

GASTRONOMÍA

- Sánchez Taínta A y col. PREDIMED. Date el gusto de comer sano. Eunsa. 2015. [Localízalo en la Biblioteca](#)
- Goñi I, Pérez J. Gastronomía versus nutrición: Recetas, Ciencia y Salud. Cocina tradicional española. Díaz de Santos. 2015. [Localízalo en la Biblioteca](#)
- Brillat- Savarin. Fisiología del gusto (2ª ed.). Ed. Iberia. Barcelona, 1979 [Localízalo en la Biblioteca](#) (Ed. de 1970)
- Bustos Pueche A. 777 Recetas cocina inteligente. Ed. Internacionales universitarias. Madrid, 1999 [Localízalo en la Biblioteca](#)
- Martínez Llopis M. Historia de la gastronomía española. Alianza Ed. S.A. Madrid, 1989. [Localízalo en la Biblioteca](#)



Universidad
de Navarra

WEBS DE INTERÉS

- Agencia Española de Consumo, Seguridad Alimentaria y Nutrición: www.aecosan.msssi.gob.es/
- Academia Española de Nutrición y Dietética <https://www.academianutricionydietetica.org/index.php>
- Red de Nutrición Basada en la Evidencia <http://www.rednube.net/>
- Fundación Española de Dietistas Nutricionistas (FEDN): <http://www.fedn.es/index.php>
- Revista Española de Nutrición Humana y Dietética: <http://www.renhyd.org/index.php/renhyd>
- Asociación para la Promoción del Consumo de Frutas y Hortalizas: <http://www.5aldia.org>
- Federación Española de Nutrición, Alimentación y Dietética (FESNAD) <http://www.fesnad.org>
- Fundación Dieta Mediterránea: <http://dietamediterranea.com/>
- Journal of de Academy of Nutrition and Dietetics: <http://www.andjrn.org/>
- Consejo Europeo de Información sobre alimentación (EUFIC): <http://www.eufic.org/index/es/>