Universidad de Navarra

Fitoterapia Nutricional (Gr. Nutrición)

Guía docente 2025-26

PRESENTACIÓN

Breve descripción: La Fitoterapia, etimológicamente "terapéutica con plantas", se define como la ciencia que estudia la utilización de los productos de origen vegetal con finalidad terapéutica, para prevenir, para atenuar o para curar un estado patológico.

El término fitoterapia suele aplicarse a la utilización terapéutica de productos naturales con una actividad suave o moderada, con márgenes terapéuticos relativamente amplios, que dan lugar a tratamientos menos agresivos y que hacen de la Fitoterapia una terapéutica suave. Desde este punto de vista, la Fitoterapia se considera especialmente útil en el tratamiento de afecciones leves o moderadas, así como de afecciones crónicas. En esta asignatura se estudiarán las plantas medicinales más empleadas para afecciones relacionadas con la Nutrición.

- **Titulación**: Grado en Nutrición
- **Módulo/Materia**: Módulo IV: Ciencias de la Nutrición, la Dietética y la Salud. Materia: Nutrición
- **ECTS**: 3
- **Curso, semestre**: Semestral (7 segundas semanas del 2º semestre)
- **Carácter**: Obligatoria
- **Profesorado**: Dra. Mª Isabel Calvo, Dra. Rita Yolanda Cavero, Dra. Silvia Vela
- **Idioma**: Castellano
- **Aula, Horario**: consultar Google Calendar

RESULTADOS DE APRENDIZAJE (Competencias)

BÁSICAS Y GENERALES

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.

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.

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.

ESPECÍFICAS

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.

CE35 - Interpretar e integrar los datos clínicos, bioquímicos y farmacológicos en la valoración nutricional del enfermo y en su tratamiento dietético-nutricional.

CE40 - Conocer las distintas técnicas y productos de soporte nutricional básico y avanzado.

CE43 - Comprender la farmacología clínica y la interacción entre fármacos y nutrientes.

CE46 - Prescribir el tratamiento específico, correspondiente al ámbito de competencia del dietista- nutricionista.

PROGRAMA

PROGRAMA TEÓRICO

I. INTRODUCCIÓN

1. Fitoterapia nutricional: conceptos básicos
2. Procesos de transformación de drogas vegetales en productos fitoterápicos.
3. Calidad, seguridad y eficacia de las plantas y sus derivados. Fuentes de información en Fitoterapia.

II. PLANTAS MEDICINALES UTILIZADAS EN FITOTERAPIA DIGESTIVA

1. Inapetencia
2. Aerofagia y dispepsia
3. Gastritis y úlceras
4. Náuseas y vómitos
5. Colestasis y trastornos hepáticos
6. Estreñimiento
7. Diarrea
8. Obesidad
9. Diuréticos
10. Insomnio, ansiedad y nerviosismo

PROGRAMA PRÁCTICO

Asistencia Obligatoria. Se aplicarán los conocimientos teóricos adquiridos en:

1. Identificación química de los compuestos responsables de la actividad farmacológica de plantas medicinales (Prácticas de Laboratorio).
2. Resolución de casos prácticos planteados por el profesor en el aula de simulación. Se formarán varios grupos de alumnos para la realización de la actividad programada

correspondiente a través de Role playing. Esta práctica finalizará con una puesta en común del trabajo realizado por cada grupo.

ACTIVIDADES FORMATIVAS

PRESENCIALES

- **Clases presenciales**: 0,80 ECTS (20 horas). Clases teóricas en aula para todos los alumnos, participativas e interactivas, en las que se exponen los conceptos fundamentales de cada tema, se resuelven dudas y se realizan las actividades planteadas por el profesor. El alumno dispondrá en Aula Virtual ADI de información complementaria para agilizar y facilitar su aprendizaje. Se valorará la asistencia y participación.
- **Clases prácticas**: 0,20 ECTS (5 horas). Asistencia obligatoria.
- **Tutorías**: 0,02 ECTS (0,5 hora). Todos los alumnos pasarán a hablar con el profesor una vez durante el curso para resolver cuestiones particulares de la asignatura.
- **Evaluación**: 0,16 ECTS (4 horas).

NO PRESENCIALES

- **Estudio personal:** 1,82 ECTS (45,5 h)

EVALUACIÓN

CONVOCATORIA ORDINARIA

La asistencia a clases prácticas será obligatoria.

- **Examen teórico final**: 55% de la nota final. Se exigirá un mínimo de 4 sobre 10 en el examen teórico para superar la asignatura. El examen constará de preguntas tipo test con 4 opciones de respuesta y preguntas cortas. La fecha, el aula y el horario se coordinarán cada año.
- **Prácticas:** 30% de la nota final.
  - Prácticas de Laboratorio: 15%
  - Resolución de casos prácticos: 15%
- **Evaluación continua**: 15% de la nota final. Asistencia a clase y resolución de las actividades planteadas por el profesor.

CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA

Consistirá en la realización de un examen teórico y/o práctico.
Los alumnos podrán presentarse sólo a las partes no superadas: teoría y/o práctica. El alumno deberá manifestar por escrito su decisión de presentarse también a las partes aprobadas para subir la nota.

- **Examen teórico final**: 70% de la nota final. Se exigirá un mínimo de 4 sobre 10 en el examen teórico para superar la asignatura. El examen constará de preguntas tipo test con 4 opciones de respuesta y preguntas cortas. La fecha, el aula y el horario se coordinarán cada año.

- **Examen práctico**: 30% de la nota final. El examen consistirá en la resolución de forma teórica de un caso práctico planteado y preguntas sobre las prácticas de laboratorio. Se exigirá un mínimo de 4 sobre 10 en el examen práctico para superar la asignatura.

La nota final de la asignatura será el resultado de la suma de las notas obtenidas en cada una d

En casos justificados de tener que realizar exámenes fuera de las fechas oficiales, el tipo y estructura del examen pueden variar.

HORARIOS DE ATENCIÓN

Dra. Mª Isabel Calvo (mcalvo@unav.es)

- Despacho 0B01. Edificio Hexágono. Planta 0.
- Horario de tutoría: Previa petición de cita por mail.

Dra. Rita Yolanda Cavero (rcavero@unav.es)

- Despacho 3D07. Edificio Hexágono. Planta 3.
- Horario de tutoría: Previa petición de cita por mail.

BIBLIOGRAFÍA

Bibliografía recomendada

- Blumenthal M., Busse W.R., Goldberg A., Gruenwald J., Hall T., Klein S., Riggins C.H., Rister R. S. (1998). *The Complete German Comission E Monographs*. American Botanical Council. Boston. Localízalo en la Biblioteca

- Castillo García M., Martínez Solís I. (2021). Manual de Fitoterapia. 3ª edición. Ed. Elsevier Masson. Barcelona. Localízalo en la Biblioteca

- ESCOP (European Scientific Cooperative On Phytotherapy). (2003-2009). *ESCOP Monographs* . The Scientific Foundation for Herbal Medicinal Products. ESCOP. United Kingdom. Localízalo en la Biblioteca

- *European Pharmacopoeia 5*th edition. (2004). Council of Europe, Strasbourg. Localízalo en la Biblioteca ; Última Edición Acceso electrónico

- Real Farmacopea Española 5ª edition. (2015). Ministerio de Sanidad y Consumo. Madrid. Localízalo en la Biblioteca ; Última Edición Acceso electrónico suscripción personal

- Santamarina Siurana, M.P., Roselló Caselles, J.L. y García Breijo, F. 2018. Anatomía de las plantas. The Plant Body: Structure. Ed. Mundi Prensa. Madrid. 214 pp. Localízalo en la Biblioteca

- Vanaclocha, B., Cañigueral, S. 5ª Ed. (2019). *Fitoterapia: Vademécum de prescripción*. Masson (Barcelona). Localízalo en la Biblioteca

- WHO. *WHO Monographs on selected medicinal plants*. Vols. 1-5. (1999-2010). World Health Organization. Geneva. Localízalo en la Biblioteca

Universidad de Navarra

Bibliografía complementaria

- http://www.fitoterapia.net

- http://www.escop.com

- http://www.ema.europa.eu/ema/index

Recursos

- Página web de la asignatura
- Material didáctico publicado en Aula Virtual ADI.