Universidad de Navarra

Nutrición (Gr. Nutrición)

Guía docente 2025-26

PRESENTACIÓN

Breve descripción: Esta asignatura pretende profundizar en el estudio de los nutrientes, conocer sus funciones, fuentes dietéticas, utilización nutritiva, recomendaciones y su importancia para la salud. La valoración del estado nutricional y las implicaciones en el eje nutrición y salud también serán abordados en esta asignatura, contemplando aspectos de la nutrición a lo largo del ciclo vital. Además, en el programa se incluirán contenidos que permiten avanzar hacia una nutrición más personalizada y sostenible, todo ello desde un enfoque de investigación en nutrición.

- **Titulación**: Grado en Nutrición
- **Módulo/Materia**: Módulo V (Medicina y Farmacología). Materia: Nutrición y Bromatología
- **ECTS**: 9 ECTS
- **Curso, semestre**: 2º Nutrición Humana y Dietética y 3º Doble Grado Farmacia y NHD. Anual.
- **Carácter**: Obligatorio
- **Profesorado**: Marian Zulet (Responsable), Fermín Milagro (4 horas) e Iziar Ludwig (4 horas)
- **Idioma**: Castellano
- **Aula, Horario**: 1º semestre: Lunes de 13:00 a 14:00horas y Jueves de 12:00 a 14: 00horas. Aula 4. 2º semestre: Miércoles de 13:00 a 14:00horas y Viernes de 13:00 a 14:00horas. Aula 6

RESULTADOS DE APRENDIZAJE (Competencias)

BÁSICAS Y GENERALES

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.

CG6 - Conocer, valorar críticamente y saber utilizar y aplicar las fuentes de información relacionadas con nutrición, alimentación, estilos de vida y aspectos sanitarios.

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.

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

CE26 - Conocer los nutrientes, sus funciones y su utilización metabólica. Conocer las bases del equilibrio nutricional y su regulación.

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.

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.

PROGRAMA

PROGRAMA TEÓRICO

1. **Presentación de la Asignatura. Introducción al estudio de la nutrición.**
2. **Nutrientes: Lípidos, Hidratos de carbono, Proteínas, Minerales, Vitaminas y Agua.** Clasificación. Funciones. Utilización nutritiva. Fuentes dietéticas. Ingesta recomendada. Importancia para la salud. Deficiencia y toxicidad. Nutrientes en el ciclo vital. Interacción fármaco-nutriente.
3. **Alcohol**
4. **Evaluación del estado nutricional**
5. **Nutrición de precisión y sostenible**

PROGRAMA PRÁCTICO

1. Metabolismo basal, actividad física y gasto energético total
2. Tratamiento nutricional de la anemia ferropénica
3. Evaluación bioquímica del estado nutricional por métodos de diagnóstico rápido
4. Evaluación antropométrica en niños y alimentación complementaria

5. Evaluación del estado nutricional en adultos: antropometría y composición corporal
6. Evaluación antropométrica en ancianos

GRUPOS/FECHAS PRÁCTICAS

GRUPO 1-NHD: 16, 19 y 23 de febrero, 9, 10 y 12 de marzo

GRUPO 2-NHD: 17, 20 y 24 de febrero, 2, 3 y 5 de marzo

Lab 5D01 (5ª planta Ed. Ciencias); 15-17:30h

GRUPO 3-DOBLE: 18,19 y 20 de febrero, 18, 20 y 23 de marzo

Lab 5D01 (5ª planta Ed. Ciencias); 9-11:30h

ACTIVIDADES FORMATIVAS

1. ***Sesiones teóricas***: 62 horas. La metodología empleada se basa en sesiones presenciales impartidas por el profesor, fomentando la interacción profesor-alumno.

2. ***Sesiones prácticas***: 15 horas. La metodología empleada se basa en la resolución de casos prácticos. El objetivo es simular situaciones que acerquen al alumnado a su entorno profesional. El alumno tendrá a disposición documentación elaborada por el profesorado para el seguimiento de cada práctica (video explicativo, guión con documentación complementaria y ejercicios prácticos).

3. ***Tutorías***: 1 hora. El profesor estará disponible para tutorización, concertar cita vía mail.

4. ***Estudio personal del alumno***: 142 horas.

5. ***Evaluación***: 5 horas. A lo largo del curso el alumno realizará varias pruebas (ejercicios al finalizar cada práctica, examen teórico liberatorio, examen final y pruebas en el aula).

EVALUACIÓN

CONVOCATORIA ORDINARIA

A continuación se exponen las condiciones de evaluación para la asignatura de Nutrición, curso 23-24:

Convocatoria ordinaria

La calificación final de la asignatura tiene en cuenta:

Examen de la parte práctica* (25%):

- 10% nota final. Se obtiene a partir de la resolución de situaciones nutricionales (casos) realizados durante la sesión práctica (actividad de grupo). **Para sumar a la nota final, se debe sacar al menos un 5/10.**

- 15% de la nota final. El examen final incluirá un examen práctico (tipo test), en el que se aplicarán los conocimientos prácticos adquiridos durante las sesiones (ejercicios de casos y cuestiones de teoría). La pregunta de tipo test que requiera cálculo, su solución se deberá plasmar en el cuadernillo que se adjuntará. **Es obligatorio sacar un 5 sobre 10 para hacer media con la parte de teoría.**

*La asistencia a prácticas es obligatoria, admitiéndose como máximo una falta justificada. En este caso, existe la obligatoriedad de presentar un trabajo sobre la práctica.

Examen parte teoría (65%):

- PRIMERA PARTE: En Febrero tendrá lugar un examen liberatorio (50%). ***El contenido del temario a evaluar incluye los nutrientes y el alcohol.*** **Se liberará a partir de un 6 sobre 10.** Modo de evaluación: ***preguntas de tipo test y cortas.*** Es necesario sacar al menos un 3 sobre 10 para hacer media entre test y preguntas cortas. *El test cuenta negativos (-0,25).

- SEGUNDA PARTE: En Mayo tendrá lugar el examen final (15%). ***El contenido del temario a evaluar incluye la Evaluación del estado nutricional y la Nutrición de Precisión.*** Modo de evaluación: ***preguntas de tipo test.*** El test cuenta negativos (-0,25). ***Las personas que no liberaron realizarán el examen completo (65%).***

Evaluación en el aula (10%):

- A lo largo del curso habrá evaluación continua. A través de ADI, se plantearán cuestiones cuya resolución permitirá obtener un 10 % de la nota final.

NOTA FINAL:

***La nota mínima requerida en teoría para hacer media con las prácticas es de 4,5 puntos sobre 10 tanto en la primera como en la segunda parte del temario.**

***A la nota que resulte de sumar teoría (ambas partes) + prácticas, se le sumará la evaluación en el aula.**

***Las personas que liberaron en febrero, pueden de nuevo presentarse al examen completo en Mayo, en ese caso no se guardaría la calificación de febrero.**

***Se guarda la parte práctica y teórica para junio en caso de aprobar una parte y la otra no. No se guardan partes de teoría.**

CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA

La calificación final de la asignatura se rige por los mismos criterios que la convocatoria ordinaria.

*Se guarda la calificación práctica para el curso siguiente.

HORARIOS DE ATENCIÓN

CLASES TEÓRICAS

Dra Marian Zulet (mazulet@unav.es)

Universidad de Navarra

- Despacho 1450, Edificio de investigación. Planta primera
- Horario de tutoría: se solicitará cita previa mediante mail

CLASES PRÁCTICAS

- Rosa Castilla Madrigal: rcastilla@unav.es (Coordinación grupos de prácticas)
- Natalia Vázquez Bolea: nvazquezb@alumni.unav.es (Contenidos de las prácticas)
- Horario de tutoría: se solicitará cita previa mediante mail

BIBLIOGRAFÍA

BIBLIOGRAFÍA RECOMENDADA

Gil, A. (2017). Tratado de Nutrición. Panamericana, Madrid. **Tomo II. Bases moleculares de la Nutrición**. Acceso electrónico. **Tomo V. Nutrición y enfermedad.** Acceso electrónico ; Localízalo en la Biblioteca

Mahan LK., Escott-Stump S. (2021). Nutrición y dietoterapia de Krause. 15ª edición. Elsevier. Barcelona. Acceso electrónico ; 14ª edición (2017) Localízalo en la Biblioteca

BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA

Astiasaran I y Martínez JA. (2010). Alimentos: Composición y Propiedades. Editorial Mc Graw Hill-InterAmericana de España. Localízalo en la Biblioteca

Brown JE., Isaacs JS, et al (2006). Nutrición en las diferentes etapas de la vida. McGraw-Hill Interamericana. México, D.F. Localízalo en la Biblioteca

FESNAD. Ingestas dietéticas de referencia (IDR) para la población española (2010). Federación de Sociedades de Nutrición, Alimentación y Dietética (FESNAD). Eunsa. Ediciones Universidad de Navarra, S.A. Pamplona. Acceso electrónico ; Localízalo en la Biblioteca

Martínez, J.A. y Portillo M.P. (2010). Fundamentos de Nutrición y Dietética: Bases metodológicas y aplicaciones. Editorial Médica Panamericana. Localízalo en la Biblioteca

Mataix, J. (2009). Nutrición y alimentación humana. Ed. Ergon. Madrid. Localízalo en la Biblioteca

Paginas web recomendadas:

- **AECOSAN.** http://www.aecosan.msssi.gob.es/AECOSAN/web/home/aecosan_inicio.htm
- **Centro de Investigación en Nutrición**-Universidad de Navarra. http://www.unav.edu/web/centro-de-investigacion-en-nutricion
- **Departamento de Ciencias de la Alimentación y Fisiología**. http://www.unav.edu/departamento/caft/
- **FESNAD:** Federacion Española de Nutrición, Alimentación y Dietética. http://www.fesnad.org/
- **Guía alimentarias americanas 2015-2010.** https://health.gov/our-work/food-nutrition/2015-2020-dietary-guidelines/guidelines
- **OMS**: Organización Mundial de la Salud. http://www.who.int/en/
- **SEEDO:** Sociedad Española de Obesidad. https://www.seedo.es/