Universidad de Navarra

Seguimiento Talento Deportivo (Gr. Nutrición)

Guía docente 2026-27

PRESENTACIÓN

Breve descripción:

La asignatura de Seguimiento Talento Deportivo se enmarca dentro del Diploma en Nutrición Deportiva del Grado en Nutrición Humana y Dietética, cuya finalidad es contribuir a formar dietistas-nutricionistas con un mayor grado de especialización en el ámbito de la nutrición deportiva.

Se trata de una asignatura eminentemente práctica, que pretende dotar al alumno de la destreza suficiente para llevar a cabo el seguimiento y asesoramiento nutricional de un atleta. Para ello, el alumno realizará el estudio y seguimiento real de deportistas universitarios incluidos en el programa "Talento Deportivo" de la Universidad de Navarra; programa que trata de proporcionar una ayuda integral que dé apoyo y asistencia al deportista-estudiante acompañando a éste en la mejora de su capacitación profesional, académica, deportiva y personal.

REQUISITO Para cursar la asignatura se requiere: tener la titulación ISAK 1.

- **Titulación**: Grado de Nutrición Humana y Dietética. Diploma en Nutrición Deportiva
- **Módulo/Materia**: Módulo VII: Formación para la actuación del dietista. Materia: Iniciación a la especialización profesional.
- **ECTS**: 3
- **Curso, semestre**: 3º Curso. Anual
- **Carácter**: Optativa
- **Profesorado**: Dra. Itziar Zazpe (responsable), Nerea Gamboa, Claudia Oroz, Andrea Barra, Aitor Ugalde y Marian Pueyo.
- **Idioma**: Castellano
- **Aula, Horario:** 30 de Octubre y 6, 17 y 20 de Noviembre. Consultar Bullet.



RESULTADOS DE APRENDIZAJE (Competencias)

BÁSICAS Y GENERALES

CG2 - Desarrollar la profesión con respeto a otros profesionales de la salud, adquiriendo habilidades para trabajar en equipo.

CG7 - Tener la capacidad de elaborar informes y cumplimentar registros relativos a la intervención profesional del Dietista Nutricionista.

CG18 - Intervenir en la organización, gestión e implementación de las distintas modalidades de alimentación y soporte nutricional hospitalario y del tratamiento dietético-nutricional ambulatorio.

CG28 - Proporcionar la formación higiénico-sanitaria y dietético-nutricional adecuada al personal implicado en el servicio de restauración.

CG29 - Adquirir la formación básica para la actividad investigadora, siendo capaces de formular hipótesis, recoger e interpretar la información para la resolución de problemas siguiendo el método científico, y comprendiendo la importancia y las limitaciones del pensamiento científico en materia sanitaria y nutricional.

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

No existen datos.

PROGRAMA

1. Valoración nutricional del deportista

2. Valoración de la composición corporal y del gasto energético

3. Diagnóstico nutricional

4. Intervención nutricional individualizada

5. Educación y asesoramiento dietético-nutricional

6. Seguimiento y reevaluación nutricional

ACTIVIDADES FORMATIVAS

3 ECTS * 25 h = 75 h, distribuidas de la siguiente manera:

Actividad presencial (20 h):

o 8 h Clases teóricas **OBLIGATORIAS** los días 30 de Octubre y 6, 17 y 20 de Noviembre.

o 2 h Clases de estudio, exposición y seguimiento de casos.

o 3 h Consulta nutricional con el deportista: estudio nutricional y de composición corporal, entrega de informes personalizados y educación nutricional.

o 7 h Estudio del caso con los compañeros y el tutor y resolución de dudas

Actividad no presencial (55 h) para estudio personal, elaboración del informe personalizado y atención y seguimiento personalizado al deportista.

APRENDIZAJE SERVICIO

La asignatura tiene el sello **Aprendizaje Servicio** y se realiza en toda su totalidad mediante esta metodología de enseñanza, por lo que las actividades desempeñadas cumplen plenamente con los objetivos y competencias que el alumno debe adquirir en la asignatura y el Grado.

La asignatura da respuesa a la necesidad detectada por el servicio de deportes de la Universidad de Navarra y demandada por los alumnos adscritos al programa "Talento Deportivo".

Tiene doble finalidad; la de contribuir a formar dietistas-nutricionistas con un mayor grado de especialización en el ámbito de la nutrición deportiva; y la de proporcionar una ayuda integral que dé apoyo y asistencia al deportista-estudiante de cualquier facultad de la Universidad de Navarra, acompañando a éste en la mejora de su capacitación profesional, académica, deportiva y personal. Para ello, las actividades formativas que se desarrollan, pretenden contribuir de manera positiva en la mejora de los hábitos de alimentación y el rendimiento deportivo del deportista-estudiante, a través de un asesoramiento dietético y nutricional.

Entre las competencia que el alumno adquiere en la asignatura están: el desarrollo de la profesión con respeto; presentación y actitud correcta en el trato personal con el cliente; trabajo en equipo; capacidad de comunicación atendiendo a la diversidad cultural; empatía; reflexión sobre temas éticos; capacidad organizativa y puntualidad.

- Descripción del proyecto desarrollado

La asignatura tiene la finalidad de contribuir a formar dietistas-nutricionistas con un mayor grado de especialización en el ámbito de la nutrición deportiva. Pretende dotar al alumno de la destreza suficiente para llevar a cabo el seguimiento y asesoramiento nutricional de un atleta. Para ello, el alumno realiza el estudio y seguimiento real de deportistas universitarios incluidos en el programa “Talento Deportivo” de la Universidad de Navarra; programa que trata de proporcionar una ayuda integral que dé apoyo y asistencia al deportista-estudiante acompañando a éste en la mejora de su capacitación profesional, académica, deportiva y personal.

- Necesidad que satisface en la sociedad. Servicio prestado.

Contribuir en la ayuda integral al deportista-estudiante de la Universidad de Navarra en su mejora de los hábitos de alimentación y el rendimiento deportivo, mediante el asesoramiento dietético y nutricional. Da respuesta a la necesidad detectada por el servicio de deportes, y demandada por los alumnos adscritos al programa “Talento Deportivo”.

- Evaluación de la actividad dentro de la asignatura.

La actividad es la que conforma la asignatura. La evaluación de la actividad, y por tanto de la asignatura se realiza mediante rúbricas, a lo largo de todo el curso académico. Implica la evaluación de las competencias, procedimientos y habilidades adquiridas y desarrolladas durante la asignatura. Se valoran también aspectos más personales relacionados con la actitud, iniciativa, trabajo en equipo y compromiso.

- Coherencia con los objetivos de la asignatura

La actividad cumple al 100% con los objetivos de la asignatura porque estas actividades conforman la propia asignatura.

- Competencias sociales y destrezas cívicas que se han trabajado

Desarrollo de la profesión con respeto; presentación y actitud correcta en el trato personal con el cliente; trabajo en equipo; capacidad de comunicación atendiendo a la diversidad cultural; empatía; reflexión sobre temas éticos; capacidad organizativa; puntualidad;

- Actividades de reflexión del estudiante

Se desarrollan dos sesiones tutoriales entre alumnos y profesora en la que se exponen los casos y se lleva a cabo una reflexión a todos los niveles: técnico, aprendizaje, mejoras, dificultades, mejoras, problemas éticos que puedan surgir.

EVALUACIÓN

CONVOCATORIA ORDINARIA

No hay un examen final.

La evaluación se realiza de manera continuada durante todo el curso académico, mediante rúbricas de evaluación cuyo objetivo es la evaluación de las competencias, procedimientos y habilidades adquiridas y desarrolladas durante la asignatura. Se valoran también aspectos más personales relacionados con la actitud, honestidad, iniciativa, respeto, trabajo en equipo y compromiso.

El desglose de la nota es el que sigue:

- **Participación y asistencia** en clase: 10 % de la nota final
- Evaluació **habilidades y actitudes**: 15 % de la nota final en la entrevista de recogida de datos y 10 % de la nota final en la entrevista de entrega del informe
- Evaluación **trabajo colaborativo**: 10 % de la nota final
- Evaluación elaboración del **informe**: 45 % de la nota final
- **Exposición caso**: 10 % de la nota final

CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA

No hay un examen final.

En convocatoria extraordinaria, de manera individual, el alumno deberá realizar el estudio nutricional completo de un caso de un deportista. La nota final de la asignatura corresponderá al 100% a la evaluación del informe presentado.

HORARIOS DE ATENCIÓN

- **Dra. Itziar Zazpe (izazpe@unav.es)**. Despacho 2410. Ed. Investigación. Horario de tutoria: concertar cita por correo electrónico
- Nerea Gamboa (ngamboa@unav.es). Horario de tutoria: concertar cita por correo electrónico

BIBLIOGRAFÍA

- Nieman, David C., ed. *Sports Nutrition*. Basel, Switzerland: MDPI - Multidisciplinary Digital Publishing Institute, 2023. Web. Disponible en línea
- Keay, Nicola. *Hormones, Health and Human Potential : A Guide to Understanding Your Hormones to Optimise Your Health and Performance*. First published in 2022 by Sequoia Books. Keighley: Sequoia Books, 2022. Print. Localizado en la Biblioteca
- Burke, Louise, Vicki Deakin, and Michelle Minehan, eds. *Clinical Sports Nutrition*. This sixth edition published 2021. Sydney: McGraw-Hill Education/Australia, 2024. Print. Localizado en la Biblioteca
- Bean, Anita. *The Complete Guide to Sports Nutrition*. 8th ed. London, England ; Bloomsbury Sport, 2017. Print. Localizado en la Biblioteca
- Rosenbloom, Christine, and Ellen Coleman. *Sports Nutrition : A Practice Manual for Professionals*. Chicago, Ill: Academy of Nutrition and Dietetics, 2012. Print. Localizado en la BibliotecaBrouns F. Necesidades Nutricionales de los Atletas. Barcelona: Editorial Paidotribo; 1995. Localízalo en la Biblioteca
- Burke L “Nutrición en el deporte. Un enfoque práctico”, Madrid: Ed. Médica Panamericana; 2009. Localízalo en la Biblioteca
- Cabañas MD, Esparza F. Compendio de cineantropometría. Madrid: CTO; 2009 . Localízalo en la Biblioteca
- González Gross María Marcela, Aparicio –Ugarriza Raquel, Fuentes Jiménez F, Mielgo-Ayuso. JF. Nutrición Deportiva: desde la fisiología a la práctica. Madrid : Editorial Medica Panamericana, 2021. Localízalo en la Biblioteca
- González Iturri J.J, Villegas García J.A. VI MONOGRAFIAS FEMEDE: Valoración del deportista. Aspectos biomédicos y funcionales. FEMEDE; 1999 Localízalo en la Biblioteca
- Ibáñez Santos J, Astiasarán Anchía I. Alimentación y deporte. Barañain: Eunsa; 2010. Localízalo en la Biblioteca

- Lohman TG, Roche AF, Martorell R (eds). Anthropometric standardization reference manual. Champaign, IL: Human Kinetics; 1988. Localízalo en la Biblioteca
- Manore M, Thompson J. Sport nutrition for health and performance. Champaign, IL: Human Kinetics; 2000. Localízalo en la Biblioteca
- William D. McArdle, Frank I. Katch, Victor L. Katch. Sports and Exercise Nutrition. 4 th ed. United States; LWW; 2013 Localízalo en la Biblioteca
- Wilmore JH, Costill DL. (eds). Physiology of sport and exercise. Human Champaign, IL: Human Kinetics; 1994. Localízalo en la Biblioteca

Direcciones web de interés

- Australian Institute of Sport https://www.ais.gov.au/nutrition/supplements
- Federación Española de Medicina del Deporte (FEMEDE). http://www.femede.es/
- American College of Sport Medicine. http://www.acsm.org/
- Australian Sports Commission. http://www.ausport.gov.au/
- Fundación Miguel Induráin. Por un deporte limpio. http://deportelimpio.fundacionmiguelindurain.com/
- The International Society for the Advantement of Kinanthropometry https://www.isak.global/WhatIsIsak/Index
- United States Olympic Committee. http://www.teamusa.org/About-the-USOC/Athlete-Development/Sport-Performance/Nutrition/Resources-and-Fact-Sheets

Otros recursos

- Acceso gratuito al programa de gestión de consulta EasyDiet® (www.easydiet.es/), servicio exclusivo para dietistas-nutricionistas.