Universidad de Navarra

Nutrición y Dietética

Guía docente 2025-26

PRESENTACIÓN

Breve descripción:

Esta asignatura aborda el estudio de los nutrientes, sus funciones, fuentes dietéticas y recomendaciones, así como los aspectos relacionados con su deficiencia y su exceso en relación a la salud, desde el punto de vista de la disciplina enfermera. Los problemas nutricionales de mayor relevancia, así como las recomendaciones dietéticas adecuadas, también serán consideradas en esta materia, incluyendo las necesidades de las personas sanas. Por último se expondrá, de forma general, el abordaje de la alimentación en un entorno hospitalario.

- **Titulación**: Grado en Enfermería
- **Módulo/Materia**: Módulo I: Formación básica de la Enfermería. Materia I: Estructura, función y comportamiento del ser humano
- **ECTS**: 3 ECTS
- **Curso, semestre**: 2º curso, primer semestre
- **Carácter**: Obligatoria
- **Profesorado**: Dra. Mónica Arias (maricol@unav.es)
- **Idioma**: Español
- **Aula, Horario**: Horario en Calendar

RESULTADOS DE APRENDIZAJE (Competencias)

Los conocimientos adquiridos le permitirán al alumno:

- Integrar y aplicar la relación entre la alimentación, la nutrición y la salud.
- Facilitar la aplicación de los conceptos de Nutrición a la práctica sanitaria.
- Reconocer la necesidad de implicarse continuamente en la actualización y revisión de la competencia profesional y concretamente en los conocimientos en Nutrición.

COMPETENCIAS DEL GRADO DE ENFERMERÍA (Específicas, generales y básicas)

CB1. Que los estudiantes hayan demostrado poseer y comprender conocimientos en un área de estudio que parte de la base de la educación secundaria general, y se suele encontrar a un nivel que, si bien se apoya en libros de texto avanzados, incluye también algunos aspectos que implican conocimientos procedentes de la vanguardia de su campo de estudio.

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.

CG01. Ser capaz, en el ámbito de la enfermería, de prestar una atención sanitaria técnica y profesional adecuada a las necesidades de salud de las personas que atienden, de acuerdo con el estado de desarrollo de los conocimientos científicos de cada momento y con los niveles de calidad y seguridad que se establecen en las normas legales y deontológicas aplicables.

CG02. Planificar y prestar cuidados de enfermería dirigidos a las personas, familia o grupos, orientados a los resultados en salud evaluando su impacto, a través de guías de práctica clínica y asistencial, que describen los procesos por los cuales se diagnostica, trata o cuida un problema de salud.

CG03. Conocer y aplicar los fundamentos y principios teóricos y metodológicos de la enfermería.

CG04. Comprender el comportamiento interactivo de la persona en función del género, grupo o comunidad, dentro de su contexto social y multicultural. CG05. Diseñar sistemas de cuidados dirigidos a las personas, familia o grupos, evaluando su impacto y estableciendo las modificaciones oportunas. CG06. Basar las intervenciones de la enfermería en la evidencia científica y en los medios disponibles.

CG08. Promover y respetar el derecho de participación, información, autonomía y el consentimiento informado en la toma de decisiones de las personas atendidas, acorde con la forma en que viven su proceso de salud -enfermedad.

CG09. Fomentar estilos de vida saludables, el autocuidado, apoyando el mantenimiento de conductas preventivas y terapéuticas.

CG10. Proteger la salud y el bienestar de las personas, familia o grupos atendidos, garantizando su seguridad.

CG11. Establecer una comunicación eficaz con pacientes, familia, grupos sociales y compañeros y fomentar la educación para la salud.

CG15. Trabajar con el equipo de profesionales como unidad básica en la que se estructuran de forma uni o multidisciplinar e interdisciplinar los profesionales y demás personal de las organizaciones asistenciales.

CG17. Realizar los cuidados de enfermería basándose en la atención integral de salud, que supone la cooperación multiprofesional, la integración de los procesos y la continuidad asistencial.

CE01.Conocer e identificar la estructura y función del cuerpo humano. Comprender las bases moleculares y fisiológicas de las células y los tejidos.

CE05. Conocer y valorar las necesidades nutricionales de las personas sanas y con problemas de salud a lo largo del ciclo vital, para promover y reforzar pautas de conducta alimentaria saludable. Identificar los nutrientes y los alimentos en que se encuentran.

CE06. Identificar los problemas nutricionales de mayor prevalencia y seleccionar las recomendaciones dietéticas adecuadas.

CE07. Aplicar las tecnologías y sistemas de información y comunicación de los cuidados de salud.

PROGRAMA

A continuación se indica el contenido que se abordará a lo largo de la asignatura:

• MACRONUTRIENTES

-Hidratos de carbono

-Lípidos

-Proteínas

•**MICRONUTRIENTES**

-Vitaminas y minerales

•**Fibra**

•**Dieta equilibrada y malnutrición**

•**DIETAS TERAPEUTICAS**

-Dietas con control de Carbohidratos

-Dietas con control del aporte de grasas

-Dietas Hospitalarias

-Dietas progresivas

-Dieta de textura y consistencia modificada

ACTIVIDADES FORMATIVAS

A continuación se indican las actividades formativas que se llevarán a cabo a lo largo de la asignatura:

I.- ACTIVIDADES PRESENCIALES

1. Clase teórica (1,04 ECTS. 26 horas):

El profesor de la asignatura impartirá clase a través de diferentes metodologías, tales como power points, actividades en clase...

Se proporcionará a los alumnos información esencial y organizada procedente de diversas fuentes. Además de la exposición oral se utilizarán otros recursos didácticos y se estimulará la participación activa de los alumnos con el fin de facilitar una mayor comprensión.

Los estudiantes deberán trabajar de manera autónoma los temas indicados en el programa teórico.

Con el fin de de asegurar una experiencia docente enriquecedora, se recomienda que el alumno acuda a clase. Consecuentemente, el profesor NO colgará las diapositivas en ADI.

2. Tutorías (0,04 ECTS. 1 hora):

Se solicitarán por correo electrónico a Monica Arias Colinas (maricol@external.unav.es) a demanda de cada alumno.

3. Evaluación (0,08 ECTS. 2 horas):

El alumno demostrará la adquisición de los conocimientos, actitudes y habilidades de las competencias correspondientes a través de un examen tipo test.

Universidad de Navarra

II.- ACTIVIDADES NO PRESENCIALES

1. Estudio personal y trabajo autónomo (1.84 ECTS. 46 horas):

El estudiante deberá preparar parte del temario teórico de forma autónoma, con apoyo de material bibliográfico. El estudiante se responsabilizará de la organización de su trabajo y de la adquisición de los conocimientos según su propio ritmo.

- Los alumnos **trabajarán de manera autónoma**, según lo expresado a través de la plataforma ADI

EVALUACIÓN

CONVOCATORIA ORDINARIA

- **Examen final: 100%.** Véase calendario de exámenes para día/hora del examen final.

El examen será tipo test, con 4 opciones de respuesta. Para evitar el "efecto azar" se restará una contestación correcta por cada tres errores (-0,33).

La asistencia habitual a las clases expositivas se considerará positivamente ya que denota interés y dedicación del estudiante a la asignatura. Si en la calificación final está en zona de duda entre dos calificaciones, la asistencia habitual se valorará favorablemente para el alumno, **siempre a partir de la calificación de aprobado.**

Para **aprobar la asignatura** es requisito imprescindible haber aprobado en diciembre el contenido correspondiente al Examen final con una nota igual o superior a 5 sobre 10

CALIFICACIÓN FINAL de la ASIGNATURA

La calificación final supone el 100% de la parte teórica.

CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA

En el caso de que el alumno no apruebe la asignatura en la Convocatoria ordinaria, se volverá a examinar de todo el contenido teórico de la asignatura.

El examen será tipo test, con 4 opciones de respuesta. Para evitar el "efecto azar" se restará una contestación correcta por cada tres errores (-0,33).

De acuerdo con lo establecido en el artículo 5 del Real Decreto 1125/2003, los resultados obtenidos por el alumno se calificarán en función de la siguiente escala numérica de 0 a 10, con expresión de un decimal, a la que podrá añadirse su correspondiente calificación cualitativa:

0-4,9: Suspenso (SS).

5,0-6,9: Aprobado (AP).

7,0-8,9: Notable (NT).

9,0-10: Sobresaliente (SB).

La Matrícula de Honor se concede en la nota final a los estudiantes que, habiendo obtenido sobresaliente, hayan destacado en la adquisición de las competencias específicas.

Universidad de Navarra

HORARIOS DE ATENCIÓN

Dra. Mónica Arias Colinas (maricol@unav.es)

- Despacho S095 Edificio Castaños Planta -1
- Horario de tutoría: Concretar cita por correo electrónico

BIBLIOGRAFÍA

Bibliografía Básica

- Martínez J.A., Astiasarán I., Muñoz M. y Cuervo M (2013) Alimentación Hospitalaria 1: Fundamentos. Ed. Díaz de Santos. Localízalo en la Biblioteca
- Cuervo M. y Ruiz de las Heras A. (2013). Alimentación Hospitalaria 2: Dietas hospitalarias. Ed. Díaz de Santos. Localízalo en la Biblioteca
- Gil, A. (2017). Tratado de Nutrición. 3º Edición. Panamericana. Localízalo en la Biblioteca
- Mahan LK. Escott-Stump. (2017). Krause dietoterapia. 14ª edición. Editorial McGraw-Hill-Interamericana. Madrid. Localízalo en la Biblioteca
- Nix, S. (2022). Williams. Nutrición básica y dietoterapia (16a ed.). Elsevier España.

Bibliografía Recomendada

- Astiasaran I y Martínez JA. (2010). Alimentos: Composición y Propiedades. Editorial Mc Graw Hill-InterAmericana de España. 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. Localízalo en la Biblioteca
- Martínez, J.A. y Portillo M.P. (2011). Fundamentos de Nutrición y Dietética: Bases metodológicas y aplicaciones. Editorial Médica Panamericana. Localízalo en la Biblioteca
- Miguel Angel Martínez-Gonzalez (2018). Salud a Ciencia Cierta. Editorial Planeta Localízalo en la Biblioteca
- Miguel Angel Martínez-Gonzalez (2020). ¿Que comes?. Editorial Planeta Localízalo en la Biblioteca

Páginas web de interés:

- Agencia Española de Seguridad Alimentaria.http://www.aesan.msc.es/
- Asociación para la Promoción del Consumo de Frutas y Hortalizas: http://www.5aldia.org
- Base de datos española de composición de alimentos: http://www.bedca.net/
- Centro de Investigación en Nutrición-Universidad de Navarra. http://www.unav.edu/web/centro-de-investigacion-en-nutricion
- Consejo Europeo de Información sobre alimentación (EUFIC): http://www.eufic.org/index/es
- FAO: Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación. http://www.fao.org
- FDA: Food and Drug Administration. U.S. Department of Health and Human Services. http://www.fda.gov
- FENS. Federation of European Nutrition Societies. http://www.fensnutrition.eu/

Universidad de Navarra

- FESNAD: Federación Española de Nutrición, Alimentación y Dietética. http://www.fesnad.org/ Guías alimentarias americanas 2015- 2020. http://health.gov/dietaryguidelines/2015/guidelines/
- IUNS: International Union of Nutritional Sciences.http://www.iuns.org
- NS: Nutrition Society.http://www.nutsoc.org.uk
- SEN: Sociedad Española de Nutrición.http://www.sennutricion.org