

Curso 2023/2024 1310202 - Dietética

### Información de la asignatura

Titulación: Grado en Nutrición Humana y Dietética

Facultad: Facultad de Medicina y Ciencias de la Salud

Código: 1310202 Nombre: Dietética

Créditos: 6,00 ECTS Curso: 2 Semestre: 2

Módulo: Módulo de Ciencias de la Nutrición, la Dietética y la Salud

Materia: Dietética Carácter: Obligatoria

Rama de conocimiento: Ciencias de la Salud

Departamento: Nutrición

Tipo de enseñanza: Presencial

Lengua/-s en las que se imparte: Castellano

#### Profesorado:

1312A <u>Eraci Drehmer Rieger</u> (**Profesor responsable**) eraci.drehmer@ucv.es

283ND <u>Sandra Carrera Julia</u> (**Profesor responsable**) sandra.carrera@ucv.es



Curso 2023/2024 1310202 - Dietética

## Organización del módulo

#### Módulo de Ciencias de la Nutrición, la Dietética y la Salud

Materia	ECTS	Asignatura	ECTS	Curso/semestre
Ética y deontología profesional	6,00	Moral Social. Deontología	6,00	4/1
Dietética	6,00	Dietética	6,00	2/2
Fundamentos de Nutrición	18,00	Nutrición en las Distintas Etapas de la Vida	6,00	3/1
		Nutrición Humana	6,00	2/1
		Nutrición Parenteral y Hospitalaria	6,00	3/2
Patología y Terapia	24,00	Dietoterapia	6,00	4/1
		Farmacología Aplicada a la Nutrición	6,00	3/1
		Fisiopatología	6,00	2/2
		Patología Nutricional	6,00	3/2
Documentación	6,00	Técnicas de Documentación e Investigación	6,00	4/1

## Conocimientos recomendados

No establecidos



Curso 2023/2024 1310202 - Dietética

### Resultados de aprendizaje

Al finalizar la asignatura, el estudiante deberá demostrar haber adquirido los siguientes resultados de aprendizaje:

- R1 Comprensión y asimilación de los conceptos incluidos en el contenido de la asignatura.
- R2 Capacidad de resolución de problemas relacionados con dichos contenidos utilizando diferentes recursos.
- R3 Capacidad de trabajar en un laboratorio realizando correctamente las operaciones básicas y observando las normas de seguridad correspondientes. Así como una correcta comprensión de la planificación, desarrollo y finalidad de la experiencia.
- R4 Comprensión y utilización adecuada del lenguaje, así como una correcta redacción y presentación de datos.
- R5 Colaboración con el profesor y los compañeros a lo largo del proceso de aprendizaje:
  Asistencia a sesiones teóricas, prácticas o de tutorización; trabajo en equipo; respeto en
  el trato; cumplimiento de las normas de organización de la asignatura en beneficio de
  todos.



Curso 2023/2024 1310202 - Dietética

## Competencias

En función de los resultados de aprendizaje de la asignatura las competencias a las que contribuye son: (valora de 1 a 4 siendo 4 la puntuación más alta)

BÁSIC.	AS	Р	onde	ració	ón
		1	2	3	4
CB2	Que los estudiantes sepan aplicar sus conocimientos a su trabajo o vocación de una forma profesional y posean las competencias que		1	1 1 1 1 1	x
	suelen demostrarse por medio de la elaboración y defensa de argumentos y la resolución de problemas dentro de su área de				
	estudio.				1

GENER	ALES	F	Ponde	ració	ón
		1	2	3	4
CG10	Elaborar, interpretar y manejar las tablas y bases de datos de composición de alimentos.		1		X
CG15	Diseñar y llevar a cabo protocolos de evaluación del estado nutricional, identificando los factores de riesgo nutricional.				x
CG16	Interpretar el diagnóstico nutricional, evaluar los aspectos nutricionales de una historia clínica y realizar el plan de actuación dietética.				x
CG26	Elaborar, controlar y cooperar en la planificación de menús y dietas adaptados a las características del colectivo al que van destinados.			1 1 1 1 1	x

ESPECÍFICAS	Ponderación
	1 2 3 4
CE14 Interpretar y manejar las bases de datos y tablas de composición alimentos.	de x
CE25 Aplicar las Ciencias de los Alimentos y de la Nutrición a la práctic dietética.	a x
CE27 Evaluar y calcular los requerimientos nutricionales en situación de salud y enfermedad en cualquier etapa del ciclo vital.	X



Curso 2023/2024 1310202 - Dietética

CE28	Identificar las bases de una alimentación saludable (suficiente, equilibrada, variada y adaptada).	x
CE29	Participar en el diseño de estudios de dieta total.	X
CE31	Planificar, realizar e interpretar la evaluación del estado nutricional de sujetos y/o grupos, tanto sanos (en todas las situaciones fisiológicas) como enfermos.	X
CE33	Identificar los problemas dietético-nutricionales del paciente, así como los factores de riesgo y las prácticas inadecuadas.	x



Curso 2023/2024 1310202 - Dietética

# Sistema de evaluación de la adquisición de las competencias y sistema de calificaciones

Resultados de aprendizaje evaluados	Porcentaje otorgado	Instrumento de evaluación
R1, R5	5,00%	Evaluación del aprovechamiento de las clases prácticas en aula, de problemas o informática, seminarios y tutorías. Mediante la asistencia, y participación en las distintas actividades planteadas.
R1, R4	60,00%	Evaluación escrita de los conocimientos y habilidades obtenidos. Dicha prueba puede constar de una serie de preguntas abiertas o bien tipo test sobre el contenido teórico de la materia y/o ejercicios prácticos (resolución de problemas).
R2, R5	15,00%	Evaluación del trabajo práctico en laboratorio, o laboratorio taller de técnicas culinarias, a través del cual se deberán demostrar las competencias adquiridas y que se es capaz de utilizarlas para resolver las diferentes situaciones y problemas que se plantean en un laboratorio; dicha evaluación podrá llevarse a cabo mediante alguno de los siguientes métodos, o la combinación de varios de ellos: una prueba escrita individual, la realización individual o grupal de una experiencia de laboratorio, la entrega de un informe individual o grupal sobre el trabajo realizado en el laboratorio
R2, R3	20,00%	Evaluación de prácticas o actividades individuales o en grupo, en las que se deba buscar y estructurar información relacionada con cada una de las materias, resolver casos o problemas. Ello se realiza mediante un sistema de evaluación continuo a lo largo del curso, que implica la entrega y/o exposición de trabajos, cuyos objetivos y contenidos serán propuestos por el profesor.



Curso 2023/2024 1310202 - Dietética

#### **Observaciones**

\*Se necesita una nota mínima de 5,0 para poder promediar. La asistencia a Prácticas de laboratorio es obligatoria.

#### CRITERIOS PARA LA CONCESIÓN DE MATRÍCULA DE HONOR:

Según el artículo 22 de la Normativa Reguladora de la Evaluación y Calificación de las Asignaturas de la UCV, la mención de "Matrícula de Honor" podrá ser otorgada por el profesor responsable de la asignatura a estudiantes que hayan obtenido la calificación de "Sobresaliente". El número de menciones de "Matrícula de Honor" que se pueden otorgar no podrá exceder del cinco por ciento de los alumnos incluidos en la misma acta oficial, salvo que éste sea inferior a 20, en cuyo caso se podrá conceder una sola "Matrícula de Honor".

#### Actividades formativas

Las metodologías que emplearemos para que los alumnos alcancen los resultados de aprendizaje de la asignatura serán:

- M1 Exposición de contenidos por parte del profesor, análisis de competencias, explicación y demostración de capacidades, habilidades y conocimientos en el aula. Se tendrá el apoyo de la pizarra, el ordenador y el cañón para la exposición de textos, gráficos, etc.
- M2 Resolución de ejercicios prácticos y estudio de casos, análisis de los procedimientos de evaluación e intervención procesal. Todo ello con apoyo del profesor. Este aspecto es susceptible de ser controlado mediante la asistencia y la participación activa en las sesiones prácticas.
- M3 Sesiones de trabajo individual o grupal en grupos supervisados por el profesor que se realizan en espacios con equipamiento especializado.
- M4 Sesiones monográficas a lo largo del curso, orientadas a aspectos y aplicaciones de actualidad de la materia.
- M5 Estudio del alumno: preparación individual de lecturas, ensayos, resolución de problemas, seminarios, trabajos, memorias, etc. para su discusión o entrega en formato electrónico.
- M6 Aplicación y puesta en común de conocimientos multidisciplinares. Se trata de la resolución de un problema que en su práctica profesional posterior requeriría la aplicación de competencias adquiridas a través del desarrollo de los módulos y que produzca sinergias en la asimilación de las competencias transversales y específicas. Se evaluarán las competencias de trabajo grupal específicamente.



Curso 2023/2024 1310202 - Dietética

- M7 Atención personalizada y en pequeño grupo. Período de instrucción y/o orientación realizado por un tutor con el objetivo de revisar y discutir los materiales y temas presentados en las clases, seminarios, lecturas, realización de trabajos, etc. Se evaluará la asistencia del alumno y su nivel de desarrollo paulatino en el conocimiento de las materias.
- M8 Conjunto de pruebas, escritas u orales, empleadas en la evaluación del alumno.
- M9 Preparación en grupo de lecturas, ensayos, resolución de problemas, seminarios, trabajos, memorias, etc... para su discusión o entrega.



Curso 2023/2024 1310202 - Dietética

#### **ACTIVIDADES FORMATIVAS DE TRABAJO PRESENCIAL**

	RESULTADOS DE APRENDIZAJE	HORAS	ECTS
CLASES TEÓRICAS M1	R1, R2, R4, R5	32,00	1,28
CLASES PRÁCTICAS M2	R3, R4, R5	10,00	0,40
LABORATORIO M3	R3, R4, R5	6,00	0,24
EXPOSICIÓN DE TRABAJO EN GRUPO M6	R1, R2, R4, R5	6,00	0,24
SEMINARIO M4	R1, R2, R4, R5	2,00	0,08
TUTORÍAS M7	R1, R5	2,00	0,08
EVALUACIÓN M8	R1, R2, R4	2,00	0,08
TOTAL		60,00	2,40

### **ACTIVIDADES FORMATIVAS DE TRABAJO AUTÓNOMO**

	RESULTADOS DE APRENDIZAJE	HORAS	ECTS
TRABAJO AUTÓNOMO INDIVIDUAL M5	R1, R2, R3, R4, R5	80,00	3,20
TRABAJO AUTÓNOMO EN GRUPO	R3, R5	10,00	0,40
TOTAL		90,00	3,60



Curso 2023/2024 1310202 - Dietética

## Descripción de los contenidos

Descripción de contenidos necesarios para la adquisición de los resultados de aprendizaje.

Contenidos teóricos:

Bloque de contenido

Contenidos



Curso 2023/2024 1310202 - Dietética

## BLOQUE 1: BASES NUTRICIONALES Y SALUD

#### Tema 1: Nutrición: ciencia en evolución

- -Conceptos básicos: nutrición, alimentación, alimentos, nutrientes, Dietética, Dietoterapia
- Evolución de la alimentación a lo largo de la historia
- -Función de los nutrientes
- -Alimentos transgénicos
- -Probióticos y prebióticos
- -Nutrigenética y nutrigenómica

## Tema 1.1: La ciencia de la no ciencia en nutrición deportiva

- -¿Por qué es tan importante la ciencia?
- -¿Cómo identificar la calidad de la información? La ciencia:

La pseudociencia:

#### Tema 2: Funciones y metabolismo de los nutrientes

- -Concepto de metabolismo
- -Nutrientes como combustibles metabólicos
- -Nutrientes como componentes estructurales
- -Nutrientes esenciales, no esenciales y semiesenciales
- -Funciones específicas de los nutrientes
- -Equilibrio y Balance de nutrientes (calculo Dieta equilibrada)
- -Recambio metabólico de los nutrientes
- -Flujo de nutrientes a través de las vías metabólicas
- -Pools de nutrientes y metabolitos
- -Adaptaciones metabólicas a la ingesta alterada de nutrientes

#### Tema 3: Vaciado gástrico, digestión y absorción

- -Anatomía del tracto gastrointestinal
- -Regulación del tracto gastrointestinal
- -Digestión
- -Absorción
- -Microbiota intestinal
- -Regulación del vaciado gástrico
- -Problemas gastrointestinales durante y después del ejercicio



Curso 2023/2024 1310202 - Dietética

#### **BLOQUE 2: GUÍAS DIETÉTICAS**

#### Tema 4: Guías dietéticas y sus objetivos nutricionales

- -Características de las principales guías dietéticas: Dieta Mediterránea y vegetarianismo.
- -Ventajas y desventajas de comer alimentos de origen vegetal ("plant based diet")
- -Características de otras guías dietéticas: alimentos procesado vs alimentos naturales ("real food"), dieta cetogénica, dieta macrobiótica, dieta disociada, dieta alcalina, dieta antioxidante, dieta paleolítica.
- -Obesidad infantil: concepto, epidemiología, etiología y tratamiento

## BLOQUE 3: EVALUACIÓN DEL ESTADO NUTRICIONAL

#### Tema 5: Valoración del estado nutricional

- -Importancia de la valoración del estado nutricional
- -Áreas de evaluación del estado nutricional
- -Análisis de la composición corporal (perfil restringido método ISAK)
- -Análisis del consumo de alimentos
- -Métodos de evaluación clínica
- -Métodos de evaluación bioquímica
- -Anamnesis
- -Recursos para la recopilación de datos



Curso 2023/2024 1310202 - Dietética

#### BLOQUE 4: NUTRICIÓN, ALIMENTACIÓN Y DEPORTE

## Tema 6: Metabolismo energéticos y fuentes completas para el metabolismo muscular en el ejercicio

- -Bioenergética
- -Metabolismo
- -Regulación de vías metabólicas
- -Fuentes energéticas
- -Sistemas energéticos
- -Metabolismo: glucógeno, lactato, grasas, proteínas, cuerpos cetónicos
- -Interacción metabólica de los sistemas energéticos
- -Factores determinantes del uso de sustratos energéticos
- -Gasto energético

#### Tema 7: La Periodización de la nutrición

- -Valoración nutricional en deportistas
- -Anamnesis en deportistas
- -Importancia de la alimentación del deportista
- -Objetivos de la nutrición deportiva
- -Macronutrientes, micronutrientes en el deporte
- -Alimentación pre, intra y post-competición
- -Hidratación en el deporte:
- Conceptos básicos: hidratación, hiperhidratación, deshidratación, rehidratación
  - Importancia del balance hídrico
- Deshidratación: síntomas, importancia, consecuencias secundarias, prevención y detección
  - Pautas para la correcta hidratación

## Tema 7.1: Alimentación del deportista en condiciones especiales.

- Calor
- Frio
- Altitud
- Submarinismo

## Tema 8: Ayudas ergogénicas (Consenso FEMEDE 2019)

- -Ayuda ergogénica: concepto, clasificación, legislación, ventajas y desventajas
- -Ayudas ergogénicas principales: definición, características, usos, evidencia científica

BLOQUE 5: SUPLEMENTACIÓN NUTRICIONAL



Curso 2023/2024 1310202 - Dietética

BLOQUE 6: Caso Práctico:

Periodización de la nutrición en los

deportes de resistencia

Macro-periodización (de meses a semanas) nutrición

Meso-periodización (de semanas a días) nutrición

Micro- Periodización (días hasta dentro de un día) nutrición Periodización de la nutrición - ¿Ha ocurrido por casualidad

o es una novedad?

SESIÓN PRÁCTICA ANTROPOMETRÍA

SESIÓN PRÁCTICA ANTROPOMETRÍA

SESIÓN PRÁCTICA

TAREAS/ACTIVIDADES

SESIÓN PRÁCTICA TAREAS/ACTIVIDADES

REVISIÓN DE CONCEPTOS PARA

**EXAMEN** 

REVISIÓN DE CONCEPTOS PARA EXAMEN



Curso 2023/2024 1310202 - Dietética

### Organización temporal del aprendizaje:

Bloque de contenido	Nº Sesiones	Horas
BLOQUE 1: BASES NUTRICIONALES Y SALUD	4,00	8,00
BLOQUE 2: GUÍAS DIETÉTICAS	4,00	8,00
BLOQUE 3: EVALUACIÓN DEL ESTADO NUTRICIONAL	4,00	8,00
BLOQUE 4: NUTRICIÓN, ALIMENTACIÓN Y DEPORTE	5,00	10,00
BLOQUE 5: SUPLEMENTACIÓN NUTRICIONAL	3,00	6,00
BLOQUE 6: Caso Práctico: Periodización de la nutrición en los deportes de resistencia	4,00	8,00
SESIÓN PRÁCTICA ANTROPOMETRÍA	2,00	4,00
SESIÓN PRÁCTICA TAREAS/ACTIVIDADES	3,00	6,00
REVISIÓN DE CONCEPTOS PARA EXAMEN	1,00	2,00



Curso 2023/2024 1310202 - Dietética

#### Referencias

#### Bibliografía básica.

- ·Burke, Louise. (2007). Nutrición en el deporte. Un enfoque práctico. Editorial Médica Panamericana S.A. Madrid.
- ·Brukner, P.& Kham, K. (2019). Clinical Sports Medicine. Vol 2. The medicine of exercise. 5th Edition. Mc Graw Hill. ISBN 9781760420512
  - ·Chover, A.M. (2011). ISBN: 978-84-9948-007-7. Medicina Ortomolecular. ECU. Alicante.
- ·Esparza-Ros, Francisco., Vaquero-Cristobal, Raquel., Marfell-Jones, M.(2019). Protocolo Internacional para la Valoración Antropométrica. Perfil restringido. UCAM Universidad Católica de Murcia.
- ·Gil, Angel (2010). Tratado de Nutrición. Tomo I. Bases Fisiológicas y Bioquímicas de la Nutrición.

Editorial Medica Panamericana, S.A. Madrid.

- ·Gil, Angel (2010). Tratado de Nutrición. Tomo V. Nutrición y enfermnedad.
- Editorial Medica Panamericana, S.A. Madrid.
- ·Gonzales, J., Sánchez. P., Mataix, J. (2006). *Nutrición en el deporte. Ayudas ergogénicas y dopaje*.
- ·Hernández Ramos, Felipe. (2015). Antienvejecimiento con Nutrición Ortomolecular. RBA Integral. Barcelona.
  - ·Jeukendrup A, Gleeson A. (2004). Sport Nutrition. 1ª Edición. Editorial Human Kinetics.
- ·Jeukendrup A, Gleeson A. (2019). *Sport Nutrition*. 3ª Edición. Champaign , IL. Human Kinetics.
- Mataix Verdu, José (2002). Nutrición y Alimentación Humana. Tomo I. Nutrientes y alimentos. Tomo II.Situaciones fisiológicas y patológicas. ERGON (Madrid).
- ·Marfell-Jones, M., Olds, T., Norton, K., y Carter, L. (2006). *Estándares Internacionales para la Valoración*

Antropométrica. Sociedad Internacional para el Avance de la Cineantropometría.

- McArdle, W.D., Katch, F.I., Katch, V.L. (2004). *Fundamentos de fisiología del ejercicio*. Madrid-McGraw-Hill/interamericana de España.
- McArdle, W.D., Katch, F.I., Katch, V.L. (2004). *Nutrición para el deporte y el ejercicio*. (Traducción del libro *Sports & Exercise Nutrition*).
- Seignalet, Jean. (2015). La Alimentación, la tercera medicina. (Traducción del libro Nutefgia/margarita Ribó Coll y José Manuel García Verdugo).RBA Integral). 1ª Edicion Barcelona: España.
- Williams MH. *Nutrición para la salud, la condición física y el deporte*. (2002). 1ª Edición. Editorial Paidotribo.
- Villa J, Córdova A, González J. (2000) Nutrición del Deportista. 1ª Edición. Editorial Gymnos..
- Wolinsky I. (1998). Nutrition in Excercise and Sport. 3<sup>a</sup> Edición. CRC Press.



Curso 2023/2024 1310202 - Dietética

Wolinsky, I., Driskell, J.A. (2004) Nutritional Ergogenic Aids. 1<sup>a</sup> Edición. CRC Press.

#### Complementaria:

- ·Alvero, JR., Cabañas, MD., Herrero, A., Martínez, L., Moreno, C., y Porta, J. (2010). Protocolo de valoración de la composición corporal para el reconocimiento médico deportivo. Documento de Consenso del Grupo Español de Cineantropometría (GREC) de la Federación Española de Medicina del Deporte (FEMEDE). AMD. 139, pp. 330-344.
- ·Aranceta, J., Aranda, P., Barrinuevo, M.M. y Boatella, J. (1993). Nutrición y dietética. Aspectos sanitarios. Tomo 1. Madrid, España. Consejo General de Colegios Oficiales y Farmacéuticos.
- ·Aranceta, J., Aranda, P., Barrinuevo, M.M. y Boatella, J. (1993). Nutrición y dietética. Aspectos sanitarios. Tomo 2. Madrid, España. Consejo General de Colegios Oficiales y Farmacéuticos.
  - ·Arasa, M. (2005). Manual de nutrición deportiva. Badalona, España: Paidotribo.
- ·Astrand, PO. y Rodahl, K. (1986). Fisiología del trabajo físico. Bases fisiológicas del ejercicio. Buenos Aires, Argentina: Médica Panamericana.
  - ·Balzi, J. (2012). Manual de estrategias en educación alimentaria. Corpus.
- ·Barbany, JR. (1990). Fundamentos de fisiología del ejercicio físico y del entrenamiento. Barcelona, España: Barcanova.
- ·Barbany, M. (2009). Alimentación y deporte. Recomendaciones nutricionales. Barcelona, España: Esteve.
- ·Barbany, JR. (2002). Alimentación para el deporte y la salud. Barcelona, España: Martínez Roca.
  - ·Basulto, J. (2014). Comer y correr. Barcelona, España: Penguin Random House.
  - ·Brouns, F. (2001). Necesidades nutricionales de los atletas. Barcelona, España: Paidotribo.
- ·Cervera, P., Clapés, J. y Rigolfas, R. (1999). Alimentación y Dietoterapia (3º Ed.). Barcelona, España: Mc-Graw Hill.
  - ·Córdova, A. (1997). La fatiga muscular en el rendimiento deportivo. Madrid, España: Síntesis.
- ·Estrategia para la Nutrición, Actividad Física y Prevención de la Obesidad (NAOS). (2005). Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (AECOSAN).
- ·FEMEDE. (2019). Suplementos Nutricionales para el deportista. Ayudas ergogenicas en el deporte. Documento de Consenso de la Federación Española de Medicina del Deporte. Archivos de medicina del deporte 36, supl(1), pp. 7-83.
- ·FESNAD. (2011). Importancia del agua en la hidratación de la población española: documento FESNAD 2010. Nutrición hospitalaria. 26, (1), pp. 27-36.
- ·Generalitat Valenciana. Conselleria de Sanitat. Guía de los menus en los comedores escolares.
- ·González, I. (2011). ¿Qué es una dieta sana?. Soluciones útiles para combatir el dolor y la fatiga. San Sebastián, España: Nutergia.
- ·Hernández, F. (2015). Antienvejecimiento con nutrición ortomolecular. La auténtica terapia "antiaging". Barcelona, España: RBA.
- ·Hernández, F. (2012). Que tus alimentos sean tu medicina. El poder terapéutico de la alimentación inteligente. Barcelona, España: RBA Integral.
  - ·Iglesias, C. y Gómez, C. (2004). Actualización en nutrición. Madrid, España: Sanitaria 2000.
  - Lagarde, C. (2009). Entender la Nutrición Celular Activa. Cómo potenciar su Salud de manera



Curso 2023/2024 1310202 - Dietética

natural. San Sebastián, España: Nutergia.

- ·Martinez, A. (1997). La fatiga muscular en el rendimiento deportivo. Madrid, España: Síntesis.
- ·Martínez, L. (2016). Vegetarianos con ciencia. Madrid, España: Acropress.
- ·Martínez, JM., Urdampilleta, A., Guerrero, J., y Barrios, V. (2011). El somatotipo-morfología en los deportistas. ¿Cómo se calcula? ¿Cuáles son las referencias internacionales para comparar con nuestros deportistas?. Lecturas: educación física y deportes. Revista digital. 159, pp. 1-17.
- ·Maughan, RJ. y Gleeson, M. (2004). The Biochemical Bases of Sports Performance. Oxford, England: Oxford University Press.
- ·Palacios, N., Franco, L., Manonelles, P., Manuz, B., y Villegas, JA. (2008). Consenso sobre bebidas para el deportista. Composición y pautas de reposición de líquidos. Documento de consenso de la federación española de medicina del deporte. Archivos de medicina del deporte. 25, (126), pp. 245-258.
- ·Pérez, R. (2009). Promoción y educación para la salud. Tendencias innovadoras. Madrid, España: Díaz de Santos.
- ·Sáenz, G., Abella, C. y Manso, J. (2006). Aspectos metodológicos y fisiológicos del trabajo de hipertrofia muscular. Madrid, España: Wanceulen.
- ·Salas, L.E. (2003). Educación alimentaria manual indispensable en educación para la salud. (1º Ed.). Madrid, España: Trillas.
- ·Sociedad Española de Nutrición Comunitaria. SENC. (2004). Guía de la alimentación saludable.
- ·Urdampilleta, A., Martínez, JM., Julia, S., y Álvarez, J. (2013). Protocolo de hidratación antes, durante y después de la actividad físico-deportiva. Motricidad. European Journal of Human movement. 31, pp. 57-76.
- ·Urdampilleta, A., Martínez, JM., y López, R. (2013). Valoración bioquímica del entrenamiento: herramienta para el dietista-nutricionista deportivo. Revista española de nutrición humana y dietética. 17, (12), pp. 73-83.
- ·Urdampilleta, A., Martínez, JM., López, R., y Mielgo, J. (2014). Parámetros bioquímicos básicos, hematológicos y hormonales para el control de la salud y el estado nutricional en los deportistas. Revista española de nutrición humana y dietética. 18, (3), pp. 155-171.

#### **Enlaces web recomendados**

·AECOSAN. Agencia Española de Consumo, Seguridad Alimentaria y Nutrición. Recuperado el 6 de septiembre de 2017 de

http://www.aecosan.msssi.gob.es/AECOSAN/web/home/aecosan inicio.htm

- ·American College of Sports Medicine. Recuperado el 6 de septiembre de 2017 de http://www.acsm.org/
- ·Asociación Española de Deportes Colectivos. Recuperado el 6 de septiembre de 2017 de http://asesdeco.com/
- ·Blasco, R. (2014). Bebidas de reposición en el deporte: el antes, durante y después. Recuperado el 15 de febrero de 2017 de
- https://raquelblascor.wordpress.com/2014/07/01/bebidas-de-reposicion-en-el-deporte-el-antes-durante-y-despues/
  - ·Carreras Populares. Recuperado el 6 de septiembre de 2017 de



Curso 2023/2024 1310202 - Dietética

http://www.carreraspopulares.com

·Colegio Oficial de Licenciados en Educación Física y en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte en la Comunidad Valencia. Recuperado el 6 de septiembre de 2017 de http://colefcafecv.com/revista-actividad-fisica/

- ·Dietowin. Recuperado el 6 de septiembre de 2017 de http://www.dietowin.es/
- ·Easy diet. Recuperado el 6 de septiembre de 2017 de http://www.easydiet
- ·Efdeportes. Recuperado el 6 de septiembre de 2017 de http://www.efdeportes.com/
- ·European Food Safety Authority. EFSA. Recuperado el 6 de septiembre de 2017 de http://www.efsa.europa.eu/
- ·El blog de Aitor Sánchez. Recuperado el 6 de septiembre del 2017 de https://www.midietacojea.com/aitor-sanchez/
- ·El blog del Dr. Villegas. Recuperado el 6 de septiembre de 2017 de http://http://dieta-paleolitica.blogspot.com/
- ·El blog de Sergio Espinar. Recuperado el 6 de septiembre de 2017 de http://sergioespinar.com/
  - ·El comidista. Recuperado el 6 de septiembre de 2017 de https://elcomidista.elpais.com/
  - ·Fat secret. Recuperado el 6 de septiembre de 2017 de http://www.fatsecret
- ·FEMEDE. Federación Española de Medicina del Deporte. Recuperado el 6 de septiembre de 2017 de http://www.femede.es
- ·FESNAD. Federación Española de Sociedades de Nutrición, Alimentación y Dietética. (2016). Recuperado el 27 de diciembre de 2016 de
- http://www.fesnad.org/?seccion=dinamico&subSeccion=bloque&idS=5&idSS=10
  - ·HSN Blog. Recuperado el 6 de septiembre de 2017 de
- https://www.hsnstore.com/blog/autores/sientetegood/
  - ·Laboratorios nutergia. Recuperado el 6 de septiembre de 2017 de http://www.nutergia.es
  - ·Laboratorios vitae. Recuperado el 6 de septiembre de 2017 de http://www.vitae.es
  - · Mysportscience.com (blog): info@mysportscience.com. El blog de Asker Jeukendrup.
  - ·My Fitness pal. Recuperado el 6 de septiembre de 2017 de http://www.myfitnesspal
- ·NAOS. Estrategia para la Nutrición, Actividad física y prevención de la obesidad. Recuperado el 6 de septiembre de 2017 de
- http://www.aecosan.msssi.gob.es/AECOSAN/web/nutricion/seccion/estrategia naos.htm
- ·OMS. Organización mundial de la salud. Recuperado el 6 de septiembre de 2017 de http://www.who.int/es/
- ·Sociedad Española de Nutrición. Recuperado el 6 de septiembre de 2017 de http://www.sennutricion.org
  - ·Sport training. Recuperado el 6 de septiembre de 2017 de http://www.altorendimiento.com



Curso 2023/2024 1310202 - Dietética

#### Adenda a la Guía Docente de la asignatura

Dada la excepcional situación provocada por la situación de crisis sanitaria ocasionada por la COVID-19 y teniendo en cuenta las medidas de seguridad relativas al desarrollo de la actividad educativa en el ámbito docente universitario vigentes, se procede a presentar las modificaciones oportunas en la guía docente para garantizar que los alumnos alcancen los resultados de aprendizaje de la asignatura.

<u>Situación 1: Docencia sin limitación de aforo</u> (cuando el número de estudiantes matriculados es inferior al aforo permitido del aula, según las medidas de seguridad establecidas).

En este caso no se establece ningún cambio en la guía docente.

<u>Situación 2: Docencia con limitación de aforo</u> (cuando el número de estudiantes matriculados es superior al aforo permitido del aula, según las medidas de seguridad establecidas).

En este caso se establecen las siguientes modificaciones:

#### 1. Actividades formativas de trabajo presencial:

Todas las actividades previstas a realizar en un aula en este apartado de la guía docente , se realizarán a través de la simultaneidad de docencia presencial en el aula y docencia virtual síncrona. Los estudiantes podrán atender las clases personalmente o a través de las herramientas telemáticas facilitadas por la universidad (videoconferencia). En todo caso, los estudiantes que reciben la enseñanza presencialmente y aquéllos que la reciben por videoconferencia deberán rotarse periódicamente.

En el caso concreto de esta asignatura, estas videoconferencias se realizarán a través de:

X	Microsoft Teams		
	Kaltura		



Curso 2023/2024 1310202 - Dietética

#### Situación 3: Confinamiento por un nuevo estado de alarma.

En este caso se establecen las siguientes modificaciones:

#### 1. Actividades formativas de trabajo presencial:

Todas las actividades previstas a realizar en un aula en este apartado de la guía docente, así como las tutorías personalizadas y grupales, se realizarán a través de las herramientas telemáticas facilitadas por la universidad (videoconferencia). En el caso concreto de esta asignatura, a través de:

J	,			
X	Microsoft Teams			
	Kaltura			
Aclarac	ciones sobre las sesiones práctica	ıs:		



Curso 2023/2024 1310202 - Dietética

# 2. Sistema de evaluación de la adquisición de las competencias y sistema de calificaciones

**MODALIDAD PRESENCIAL** 

Observaciones al sistema de evaluación:

Er	n cuanto a los sistemas de ev	aluación:		
	χ No se van a realizar	modificaciones	en los instrumentos de eval	uación. En el caso
	de no poder realizar	las pruebas de	evaluación de forma preser	ncial, se harán vía
	telemática a través del	campus UCVnet		
	Se van a realizar las s asignatura a la docenc	•	aciones para adaptar la evalua	ación de la
	Según la guía doc	ente	Adaptacio	ón
-	Según la guía doc Instrumento de evaluación	ente % otorgado	Adaptacion Descripción de cambios propuestos	<b>ón</b> Plataforma que se empleará
-	Instrumento de		Descripción de cambios	Plataforma que se
- EI	Instrumento de	% otorgado	Descripción de cambios propuestos	Plataforma que se empleará