

**FITXA IDENTIFICATIVA****Dades de l'Assignatura**

| | |
|----------------------|-------------|
| Codi | 36367 |
| Nom | Nutrició |
| Cicle | Grau |
| Crèdits ECTS | 6.0 |
| Curs acadèmic | 2024 - 2025 |

Titulació/titulacions

| Titulació | Centre | Curs | Període |
|--|--|-------------|---------------------|
| 1212 - Grau de Ciències Gastronòmiques | Facultat de Farmàcia i Ciències de l'Alimentació | 2 | Primer quadrimestre |

Matèries

| Titulació | Matèria | Caràcter |
|--|---------------------------|-----------------|
| 1212 - Grau de Ciències Gastronòmiques | 10 - Nutrició i dietètica | Obligatòria |

Coordinació

| Nom | Departament |
|--------------------------------|--|
| BARBA ORELLANA, FRANCISCO JOSE | 265 - Medicina Prev. i Salut Púb., C. Aliment., Toxic. i Med.Legal |
| CALVO LERMA, JOAQUIM | 265 - Medicina Prev. i Salut Púb., C. Aliment., Toxic. i Med.Legal |
| PALLARES BARRACHINA, NOELIA | 265 - Medicina Prev. i Salut Púb., C. Aliment., Toxic. i Med.Legal |

RESUM

En el present pla d'estudis de Grau en Ciències Gastronòmiques l'assignatura "NUTRICIÓ" és una assignatura bàsica de caràcter semestral. S'impartix en el primer semestre del segon curs. Consta de 6 crèdits ECTS. L'assignatura "NUTRICIÓ" està destinada a proporcionar coneixement sobre diferents conceptes relacionats amb la nutrició així com les necessitats nutricionals, com s'establixen les ingestes recomanades, els objectius nutricionals i les guies dietètiques. Així mateix, també s'estudien els diferents nutrients, la seua digestió, absorció, distribució i utilització per l'organisme, així com les seues fonts i les repercussions de la deficiència i/o excés sobre la salut. A més, entre els objectius de l'assignatura es troben:



Adquirir experiència en els mètodes d'avaluació de l'estat nutricional d'individus i col·lectivitats. Conèixer els distints mètodes de valoració del consum d'aliments a nivell individual, familiar i nacional". Així com aprofundir en els errors i mites de la nutrició i de l'alimentació.

CONEXEMENTS PREVIS

Relació amb altres assignatures de la mateixa titulació

No heu especificat les restriccions de matrícula amb altres assignatures del pla d'estudis.

Altres tipus de requisits

Es recomana haver cursat la matèria Fisiologia així com Química i Bioquímica

1212 - Grau de Ciències Gastronòmiques

- Conèixer els nutrients, la seua funció en l'organisme, la seua biodisponibilitat, les necessitats i recomanacions, i les bases de l'equilibri energètic i nutricional.
- Posseir i comprendre els coneixements de l'àrea en l'àmbit de les Ciències Gastronòmiques.

Per mitjà de la realització d'este curs, els estudiants hauran d'adquirir les següents capacitats i destreses:

- Conèixer les bases de l'equilibri energètic i nutricional i les bases d'una alimentació saludable per a poder establir una dieta equilibrada, variada i suficient, així com conèixer els diferents patrons i hàbits alimentaris.
- Conèixer l'alimentació i modificacions a realitzar en situacions especials, veient les adaptacions metabòliques i les necessitats alimentàries-nutricionals específiques.
- Conèixer els aspectes clau del funcionament dels principals sectors dins de la restauració col·lectiva i recomanacions que permeten exercir millor la seua funció alimentària i social en l'àmbit de la nutrició comunitària i de la salut pública.

DESCRIPCIÓ DE CONTINGUTS

1. INTRODUCCIÓ I CONCEPTES

Tema 1. ALIMENTACIÓ I NUTRICIÓ. Conceptes. Objectius. Matèries relacionades. Passat, present i futur. Fonts d'informació i bibliogràfiques. Paper del Graduat en Ciències Gastronòmiques com a professional de la Nutrició



2. NECESSITAT I RECOMANACIONS

Tema 2. NECESSITATS ENERGÈTIQUES. Metabolisme basal i gasto energètic: Factors determinants. Requeriments energètics de l'organisme humà i recomanacions. Mètodes de quantificació. Valor calòric dels aliments

Tema 3. RECOMANACIONS NUTRICIONALS. Ingestes dietètiques recomanades i de referència. Taules de composició dels aliments.

Tema 4. OBJECTIUS NUTRICIONALS I GUIES DIETÈTIQUES. Característiques. Procés d'elaboració, implementació i avaluació. Models nacionals i internacionals.

3. ENERGIA I NUTRIENTS

Tema 5. VALOR ENERGÈTIC DELS NUTRIENTS. Mètodes de quantificació del valor energètic d'un aliment.

Tema 6. LÍPIDS. Classificació nutricional. Funcions i utilització per l'organisme. Fonts dietètiques. Tipus d'àcids grassos. Components de l'insaponificable. Necessitats i recomanacions. Patologia relacionada.

Tema 7. PROTEÏNES. Classificació nutricional. Funcions i utilització per l'organisme. Fonts dietètiques. Avaluació de la qualitat nutricional de les proteïnes. Tipus d'aminoàcids. Necessitats i recomanacions. Patologia relacionada.

Tema 8. HIDRATS DE CARBONI. Classificació nutricional. Funcions i utilització per l'organisme. Fonts dietètiques. Necessitats i recomanacions. Patologia relacionada.

Tema 9. AIGUA I ELECTRÒLITS. Importància nutricional de l'aigua. Funcions, necessitats, recomanacions i fonts.

Tema 10. VITAMINES HIDROSOLUBLES. Vitamina C i vitamines del complex B. Funcions. Utilització. Fonts dietètiques i recomanacions. Patologia relacionada.

Tema 11. VITAMINES LIPOSOLUBLES. Funcions. Utilització. Fonts dietètiques i recomanacions. Patologia relacionada.

Tema 12. MINERALS. Introducció. Funcions. Utilització. Fonts dietètiques i recomanacions. Patologia relacionada.

Tema 13. OLIGOELEMENTS. Introducció. Funcions. Utilització. Fonts dietètiques i recomanacions. Patologia relacionada.

4. ALTRES COMPONENTS ALIMENTARIS

Tema 14. FIBRA DIETÈTICA. Concepte. Components i classificació. Funcions biològiques. Necessitats i recomanacions. Fonts dietètiques. Patologia relacionada

Tema 15. COMPONENTS BIOLÒGICAMENT ACTIUS DELS ALIMENTS. Concepte i classificació. Fonts. Efectes biològics.

Tema 16. ALCOHOL ETÍLIC. Absorció, metabolisme i efectes. Recomanacions. Fonts i repercussió alimentària.

**VOLUM DE TREBALL**

| ACTIVITAT | Hores | % Presencial |
|--------------------------------|---------------|--------------|
| Classes de teoria | 45,00 | 100 |
| Pràctiques en laboratori | 10,00 | 100 |
| Pràctiques en aula informàtica | 5,00 | 100 |
| Estudi i treball autònom | 90,00 | 0 |
| TOTAL | 150,00 | |

METODOLOGIA DOCENT

Quant a la metodologia empleada per al desenrotllament de l'assignatura, l'estructura serà la següent:

a) Classes de teoria: Es duran a terme en sessions setmanals d'una hora de duració. En total seran necessàries 40 sessions d'una hora per a cobrir esta faceta docent. S'utilitzaran presentacions en ordinador i altres mitjans innovadors que pogueren ser rellevants. Puntualment s'utilitzarà pissarra. Es durà a terme el plantejament de problemes resolts i sense resoldre. Plantejament de casos pràctics de consulta nutricional. Consulta bibliogràfica de llibres disponibles en biblioteca. Es disposarà a l'inici de cada tema de l'esquema o resum del mateix.

b) Sessions pràctiques de laboratori: Són d'assistència obligatòria. Durant la sessions es disposarà d'un guió de les sessions "Cuadern de pràctiques", amb una xicoteta introducció teòrica de les mateixes i el protocol detallat a realitzar. Durant cada sessió l'alumne haurà d'omplir el quadern de pràctiques d'acord amb les indicacions.

c) Seminaris: De realització i assistència obligatòria per als alumnes que estiguen matriculats. Hauran de preparar-se en grups de 4 o 5 estudiants, cada un dels quals presentarà un tema que es desenrotllarà durant el seminari (treball escrit i presentació oral de 20 minuts) . Les exposicions es realitzaran en dos jornades de seminaris. El treball haurà d'entregar-se al tutor en format electrònic i en paper i haurà de constar dels documents següents:

c.1) El treball de la presentació haurà de tindre una extensió compresa entre 10 i 20 folis, i una bibliografia recomanada que permeta, si l'estudiant així ho desitja aprofundir més en el tema.

c.2) Presentació prevista en Power Point.

c.3) Els treballs s'exposaran públicament durant els seminaris. En l'exposició hauran de participar activament tots els membres del grup. Al finalitzar s'entaularà una discussió en què participaran tots els assistents al seminari.

En resum, les tècniques docents inclouen:

Sessions teòriques que inclouen resolució de casos pràctics



Sessions pràctiques de laboratori

Sessions pràctiques d'informàtica

Elaboració, exposició i debat de temes d'actualitat (Seminaris coordinats)

Tutories especialitzades

Audiovisual: vídeos científics i programes d'actualitat Altres (especificar) :

Assistència a Conferències i Jornades especialitzades impartides per professionals.

Assistència a tallers específics organitzats per distintes Associacions

AVALUACIÓ

La realització de pràctiques, seminaris i tutories és **OBLIGATÒRIA** per a superar l'assignatura.

La proporció de les diferents activitats avaluable sobre la nota final establida serà: prova teòrica-pràctica (70%), avaluació contínua (activitats en classe i tests en línia (5%), seminaris no coordinats (10%) i pràctiques (memòria-fitxes) (15%).

Es requereix una nota mínima de 5 sobre 10 en cada una de les activitats docents avaluades per a poder compensar amb la nota de les restants.

L'assignatura se supera quan s'adquireixen les competències específiques de matèria (nota global mínima 5/10) .

REFERÈNCIES

Bàsiques

- Referencia b1: Gil-Hernández, A. (2017) Tratado de nutrición (5 Tomos): T1. Bases Fisiológicas y Bioquímicas de la Nutrición, T2. Composición y calidad nutritiva de los alimentos, T3. Nutrición Humana y en el estado de salud, T4. Nutrición Clínica, T5. Nutrición y Enfermedad. (3ª ED). Editorial Médica Panamericana.
- Referencia b2: Barba, F.J., Saraiva, J.M.A., Cravotto, G., Lorenzo, J.M. (2019). Innovative thermal and non-thermal processing, bioaccessibility and bioavailability of nutrients and bioactive compounds. 1st Edition. Woodhead Publishing. Elsevier. ISBN: 9780128141748.
- Referencia b3: CESNID (2008). Tablas de composición de alimentos por medidas caseras de consumo habitual en España. Ed McGraw-Hill, Madrid.
- Referencia b4: Mataix Verdu J (2009). Nutrición y alimentación humana (2 tomos). Ed. Ergen. Madrid.
- Referencia b5: Barba, F.J., Mariutti, L.R.B., Bragagnolo, N., Mercadante, A.Z., Barbosa-Cánovas, G.V., Orlén, V. (2017). Bioaccessibility of bioactive compounds from fruits and vegetables after thermal and nonthermal processing. Trends in Food Science and Technology Volume 67, September 2017, Pages 195-206.



Complementàries

- Referencia c1: Cervera P, Clapés J, Rigolfas R (2004). Alimentación y dietoterapia (Nutrición aplicada en la salud y la enfermedad). 4ª edición, Ed. Interamericana McGraw-Hill. México
- Referencia c2: Martínez, J.A. (2000). "Fundamentos Teórico-Prácticos de Nutrición y Dietética", McGraw-Hill. Madrid, España.
- Referencia c3: Serra L., Aranceta J. Nutrición y Salud Pública. 2ª Ed. Masson, Barcelona. (2006).