

GUÍA DOCENTE 2025-2026

NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

1. Denominación de la asignatura

Nutrición y Dietética

Titulación

Grado en Ciencias Gastronómicas

Código

UBU: 9051; ULE: 0108017; UVa: 48211

2. Materia o módulo a la que pertenece la asignatura

Ciencias de los Alimentos, Nutrición y Salud

3. Departamento(s) responsable(s) de la asignatura

Departamento de Biotecnología y Ciencia de los Alimentos (UBU).

Departamento de Higiene y Tecnología de los Alimentos (ULE).

Departamento de Pediatría, Inmunología, Obstetricia y Ginecología, Nutrición y Bromatología, Psiquiatría e Historia de la Ciencia (UVa).

4a. Profesor/a que imparte la docencia (Si fuese impartido por más de uno/a incluir todos/as)

UBU: Profesor por determinar, Sara R. Alonso de la Torre (contacto) y M^a Mar Cavia Camarero (contacto).

ULE: Ángel Alegría González y Carlos Alonso Calleja.

UVa: Profesor por determinar. Beatriz de Mateo Silleras y Paz Redondo del Río (contacto).

4b. Coordinador/a de la asignatura

Ángel Alegría González (ULE).

5. Curso y semestre en el que se imparte la asignatura

Segundo curso; Cuarto semestre

6. Tipo de asignatura (básica, obligatoria u optativa)

Obligatoria

7. Requisitos de formación previos para cursar la asignatura

Los de acceso al Grado.

8. Número de créditos ECTS de la asignatura

6 créditos ECTS

9. Resultados de aprendizaje (competencias, habilidades y conocimientos) que debe adquirir el/la estudiante de la asignatura

COMPETENCIAS TRANSVERSALES

*CT1. Compromiso ético.

*CT2. Trabajo en equipos de carácter multidisciplinar.

CT3. Autonomía y regulación del propio aprendizaje.

*CT4. Capacidad de organización y planificación.

CT5. Razonamiento crítico.

CT6. Capacidad de análisis y síntesis.

CT7. Iniciativa y espíritu emprendedor.

CT8. Capacidad de gestión de la información.

CT9. Capacidad de utilizar las nuevas tecnologías de la información y comunicación en el ámbito de estudio.

CT10. Conocimiento de las herramientas informáticas relativas al ámbito de estudio.

*CT11. Desarrollo de los valores profesionales, actitudes y comportamientos propios de la profesión en entorno culinarios y gastronómicos.

GRANDES COMPETENCIAS

GC1. Competencia para el desarrollo y presentación de preparaciones culinarias y diversas experiencias gastronómicas.

GC4. Competencia para la asesoría gastronómica.

GC6. Competencia para la divulgación y promoción gastronómica.

SUBCOMPETENCIAS

*SC3. Ser capaz de aplicar los procesos utilizados en la cocina para, a partir de los diferentes grupos de alimentos, obtener preparaciones culinarias variadas, saludables y sostenibles y con buenas propiedades organolépticas.

SC10. Participar en el diseño e implementación de proyectos de asesoría en el ámbito gastronómico, actuando de manera sistemática, profesional y rigurosa.

*SC12. Desarrollar actividades de divulgación y promoción que demuestren los resultados de los trabajos realizados utilizando diferentes herramientas y soportes de promoción gastronómica.

CONOCIMIENTOS

*Cn8. Nutrientes, su función en el organismo, las necesidades y las recomendaciones y las bases del equilibrio nutricional.

Cn40. Diversos tipos de fuentes de información en ámbitos relacionados con el sector Gastronómico.

HABILIDADES

Hb9. Aplicar las bases de la nutrición en la elaboración y diseño de ofertas gastronómicas equilibradas, saludables y sostenibles.

Hb30. Utilizar y aplicar de manera óptima las tecnologías de la información y comunicación relacionadas con la gastronomía y alimentación para posicionar y distinguir su actividad frente a otros profesionales de la gastronomía.

RESULTADOS ESPECÍFICOS DE APRENDIZAJE

R1. Conocer el papel de los nutrientes y otros componentes alimentarios y su interés en la gastronomía.

R2. Conocer las bases de la alimentación equilibrada, saludable y sostenible y aplicarlas en el ámbito de la gastronomía.

R3. Aplicar los conocimientos anteriores sobre las raciones de los alimentos para conseguir un menú equilibrado.

R4. Analizar de forma crítica la información de carácter divulgativo sobre temas de nutrición y dietética.

***Sostenibilización curricular.**

10.1. Objetivos docentes

O1. Relacionar el papel de los nutrientes y otros componentes de los alimentos con su aplicación gastronómica.

O2. Identificar las bases de la alimentación equilibrada, saludable y sostenible y aplicarlas en el ámbito de la gastronomía.

O3. Aplicar las bases de la nutrición y la dietética para conseguir el equilibrio en los menús.

O4. Divulgar información sobre nutrición y dietética basada en la evidencia científica.

10.2. Unidades docentes (bloques de contenidos)

PROGRAMA CLASES TEÓRICAS

Bloque 1. Bases de la Nutrición y La Dietética.

Tema 1. Introducción a la nutrición y dietética. Conceptos. (2 h). ULE

Tema 2. Requerimientos, necesidades, objetivos y recomendaciones de energía y nutrientes Tablas de composición de alimentos. (4 h + 1AI). ULE

Bloque 2. Nutrientes.

Tema 3. Hidratos de carbono. (3 h). ULE

Tema 4. Fibra. (2 h). ULE

Tema 5. Proteínas. (2 h). ULE

Tema 6. Lípidos. (3 h). UVa

Tema 7. Agua y electrolitos (2 h). UVa

Tema 8. Minerales. (3 h). UVa

Tema 9. Vitaminas. (3 h). UBU

Tema 10. Alcohol. (1 h). UBU

Tema 11. Otros componentes de interés nutricional. (2 h). UBU

Bloque 3. Alimentación equilibrada.

Tema 12. Guías Alimentarias. (2 h +1 AI). UVa

Tema 13. Dieta equilibrada, saludable y sostenible. (3 h). UVa

Tema 14. Etiquetado nutricional y declaraciones nutricionales y de salud. (4 h + 1 AI). UBU

Tema 15. Formas alternativas y especiales de alimentación. (2 h + 1 AI) UBU

AI: Clases de aprendizaje dirigido interactivo.

PROGRAMA DE CLASES PRÁCTICAS Y SEMINARIOS

PRÁCTICAS DE COCINA

P1. Pesos, medidas y tamaños de ración. Cambios con el cocinado. (4 h)

SEMINARIOS

1. Manejo de tablas de ingestas recomendadas de energía y nutrientes. Cálculo de necesidades de energía. (4 h)

2. Guías alimentarias. (2 h)

3. Manejo de tablas de composición de alimentos y bases de datos nutricionales. (4 h)

4. Calidad y sostenibilidad de la dieta. (4 h).

10.3. Acceso a la Bibliografía Recomendada desde Leganto

UBU: https://leganto.ubu.es/leganto/public/34BUC_UBU/lists?courseCode=9051&auth=SAML

ULE: https://buc-ule.alma.exlibrisgroup.com/leganto/public/34buc_ule/lists/10421441580005772?auth=saml

UVA: https://buc-uva.alma.exlibrisgroup.com/leganto/public/34BUC_UVA/lists/8596747290005774?auth=SAML

10. Metodología de enseñanza y aprendizaje y su relación con los resultados de aprendizaje que debe adquirir el/la estudiante

MD1. Sesiones expositivas y/o explicativas (en directo o por videoconferencia).

MD3. Aula invertida.

MD8. Aprendizaje basado en problemas.

MD13. Lectura y análisis crítico de documentos

AD1. Clases magistrales

AD3. Clases de aprendizaje dirigido-interactivo

AD4. Seminarios

AD11. Prácticas de cocina

AD13. Trabajo autónomo

Metodología/Actividades docentes	Resultados de aprendizaje relacionados	Horas presenciales	Horas de trabajo individual	Total de horas
MD1. AD1.	Cn8. Cn40. Hb9. Hb30. R1. R2.	38		38
MD3. AD3.	Cn8. Cn40. Hb9. Hb30. R1. R2.	4		4
MD8. AD4.	Cn8. Cn40. Hb9. Hb30. R1. R2. R3. R4.	14		14
MD8. AD11.	Cn40. Hb9. Hb30. R2. R3. R4.	4		4
MD13. AD13.	Cn8. Cn40. Hb9. Hb30. R1. R2. R3. R4.	0	90	60
Total		60	90	150

11. Sistemas de evaluación

Procedimiento	% Peso en primera convocatoria	% Peso en segunda convocatoria
SE3. Informes (prácticas, casos, proyectos).	25	25
SE7. Prueba escrita u oral de preguntas cortas.	50	50
SE8. Prueba escrita tipo test.	10	10
SE9. Prueba escrita de problemas y/o supuestos prácticos.	15	15
Total	100	100

Para aprobar la asignatura es necesario obtener una puntuación mínima de 5,0 puntos sobre 10 en la suma ponderada de las pruebas SE7 y SE8 (parte teórica de la asignatura), pudiendo hacer la media a partir de un 4 sobre 10 en una de estas dos pruebas. En el resto de las pruebas (SE3 y SE9) es necesario obtener una puntuación de 5,0 para poder aprobar la asignatura (SE9 es el examen práctico de la asignatura).

Se aplicarán las medidas antiplagio de acuerdo con la normativa vigente.

En caso de que algún estudiante no acuda a una o varias prácticas o seminarios deberá entregar los ejercicios correspondientes (SE3) y hacer un examen de prácticas en día del examen final.

12. Calendarios y horarios

Los aprobados para el título por las respectivas universidades.

13. Idioma en el que se imparte

Español.