Universidad Europea del Atlántico

GUÍA DOCENTE 2026-2027

DATOS GENERALES DE LA ASIGNATURA

ASIGNATURA:	Nutrición y Dietética
PLAN DE ESTUDIOS:	Grado en Ciencia y Tecnología de los Alimentos
FACULTAD:	Facultad de Ciencias de la Salud
CARÁCTER DE LA ASIGNATURA:	Optativa
ECTS:	6
CURSO:	Cuarto
SEMESTRE:	Primero
IDIOMA EN QUE SE IMPARTE:	Castellano
PROFESORADO:	Dra. Sandra Sumalla Cano
DIRECCIÓN DE CORREO ELECTRÓNICO:	sandra.sumalla@uneatlantico.es

DATOS ESPECÍFICOS DE LA ASIGNATURA

REQUISITOS PREVIOS:

No aplica.

CONTENIDOS:

- Tema 1. Aspectos generales

  1.1. Introducción a la dietética: conceptos y bases

  1.2. Los alimentos como fuentes de energía y nutrientes

  1.3. Requerimientos nutricionales e ingestas recomendadas

- Tema 2. Regulación del balance energético

  2.1. Concepto de balance energético

2.2. Control de la ingesta

2.3. Otros mecanismos de regulación de la ingesta

- Tema 3. Nutrición e Inmunidad

  3.1. Generalidades del sistema inmunitario

  3.2. Probióticos, prebióticos y simbióticos

  3.3. Interacción nutrientes y microbiota intestinal

  3.4. Obesidad, inflamación y sistema inmunitario

  3.5. Estilo de vida y sistema inmune

- Tema 4. Alimentación saludable y ración alimentaria

  4.1. Grupos de alimentos

  4.2. Las tablas de composición de alimentos

  4.3. Raciones de alimentos

  4.4. Guías alimentarias: estructura general

  4.5. Aspectos básicos del diseño de pautas dietéticas y objetivos generales para la población general

  4.6. Consejo dietético

- Tema 5. Planificación de menús

  5.1. Concepto y tipos de menús

  5.2. Menús individuales

  5.3. Menús para colectividades

PROGRAMA PRÁCTICO:

- Raciones y Medidas Caseras de Alimentos
- Elaboración de Menús

COMPETENCIAS

COMPETENCIAS GENERALES:

Que los estudiantes sean capaces de:

- CG1 - Organizar y planificar adecuadamente el trabajo personal, analizando y sintetizando de forma operativa todos los conocimientos necesarios para el ejercicio profesional del científico y tecnólogo de los alimentos.

- CG2 - Aplicar sus conocimientos, la comprensión de estos y sus capacidades de resolución de problemas en el ámbito de la ciencia y la tecnología de los alimentos, mediante argumentos o procedimientos elaborados y sustentados por ellos mismos.
- CG3 - Desenvolverse en situaciones complejas o que requieran el desarrollo de nuevas soluciones tanto en el ámbito académico como laboral o profesional en el campo de la ciencia y tecnología de los alimentos.
- CG4 - Identificar sus propias necesidades formativas en el área de la ciencia y tecnología de los alimentos y de organizar su propio aprendizaje con un alto grado de autonomía en todo tipo de contextos que puedan surgir en el estudio de la ciencia y la tecnología de los alimentos.
- CG5 - Liderar proyectos colectivos en el sector de la ciencia y la tecnología de los alimentos valorando las opiniones e intereses de los diferentes integrantes del grupo.
- CG6 - Perseguir estándares de calidad en el ámbito de la ciencia y tecnología de los alimentos basados, principalmente, en un aprendizaje continuo e innovador.
- CG7 - Aplicar un razonamiento crítico y asumir y reflexionar sobre las críticas efectuadas hacia el propio ejercicio de la profesión de graduado en ciencia y tecnología de los alimentos.
- CG8 - Adoptar responsabilidades sobre los diversos compromisos y obligaciones éticas consustanciales a la función profesional como graduado en ciencia y tecnología de los alimentos considerando, especialmente, los principios democráticos en la relación con los demás.

COMPETENCIAS PROPIAS DE LA ASIGNATURA:

Que los alumnos sean capaces de:

- CO. Profundizar en las bases del balance energético, así como adquirir conocimientos sobre alimentación saludable.
- CO. Conocer la influencia de la nutrición en el sistema inmunitario sistémico e intestinal.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE:

En esta asignatura se espera que los alumnos alcancen los siguientes resultados de aprendizaje:

- Entender las bases del equilibrio energético y nutricional y sus mecanismos de regulación.
- Relacionar la nutrición con la respuesta inmunitaria innata y adaptativa.
- Describir que procesos metabólicos se desencadenan debido a un defecto del balance nutricional causado por un ayuno prolongado.

- Identificar las bases de una alimentación saludable (suficiente, equilibrada, variada y adaptada).

METODOLOGÍAS DOCENTES Y ACTIVIDADES FORMATIVAS

METODOLOGÍAS DOCENTES:

En esta asignatura se ponen en práctica diferentes metodologías docentes con el objetivo de que los alumnos puedan obtener los resultados de aprendizaje definidos anteriormente:

- Método Expositivo
- Resolución de Ejercicios
- Aprendizaje Cooperativo / Trabajo en Grupo
- Trabajo Autónomo

ACTIVIDADES FORMATIVAS:

A partir de las metodologías docentes especificadas anteriormente, en esta asignatura, el alumno participará en las siguientes actividades formativas:

Actividades formativas		Horas
Actividades dirigidas	Clases de teoría	20
	Clases prácticas	14
	Seminarios y talleres	10
Actividades supervisadas	Supervisión de actividades	6
	Tutorías (individual / en grupo)	2
	Presentación de trabajos	2
Actividades autónomas	Preparación de clases	16
	Estudio personal y lecturas	30
	Elaboración de trabajos	30
	Trabajo individual en campus virtual	16
Actividades de evaluación	Actividades de evaluación	4

El primer día de clase la profesora proporcionará información más detallada al respecto.

En cumplimiento con las medidas institucionales de garantía de la calidad académica y trazabilidad de la autoría, se destinará un mínimo del 10 % de las horas lectivas de la asignatura a la realización, supervisión y seguimiento de trabajos,

actividades prácticas u otras actividades evaluables que requieran evidencias del proceso de aprendizaje del estudiantado.

SISTEMA DE EVALUACIÓN

CONVOCATORIA ORDINARIA:

En la convocatoria ordinaria de esta asignatura se aplican los siguientes instrumentos de evaluación:

Actividades de evaluación		Ponderación
Evaluación continua	1 Cuaderno de prácticas	10%
	Entregas de Ejercicios/Portafolios	5%
	Elaboración y/o Exposición de 1 Trabajo	10%
	1 Prueba Parcial	25%
Evaluación final	1 Prueba Teórico/Práctica	50%

La calificación del instrumento de la evaluación final (tanto de la convocatoria ordinaria como de la extraordinaria, según corresponda) **no podrá ser inferior, en ningún caso, a 4,0 puntos** (escala 0 a 10) para aprobar la asignatura y consecuentemente poder realizar el cálculo de porcentajes en la calificación final.

La asistencia y la superación de las prácticas son obligatorias y necesarias para poder aprobar la asignatura. En caso de no haberse superado se perderá el derecho a la convocatoria ordinaria y extraordinaria.

CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA:

La convocatoria extraordinaria tendrá lugar durante el mes de julio (consúltese el calendario académico fijado por la universidad). Esta consistirá en la realización de una Prueba Teórico/Práctica con un valor del 50% de la nota final de la asignatura. El resto de la nota se complementará con la calificación obtenida en la evaluación continua de la convocatoria ordinaria.

RÉGIMEN DE USO DE INTELIGENCIA ARTIFICIAL EN LAS ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

Esta asignatura se rige por el Protocolo de Medidas para Garantizar la Calidad y la Integridad Académicas de UNEATLANTICO, en lo relativo al uso de herramientas de inteligencia artificial en actividades académicas y evaluativas.

Para cada actividad de evaluación, el régimen de uso de IA aplicable y el sistema de trazabilidad de autoría requerido se especificarán expresamente en el enunciado correspondiente a dicha actividad.

El incumplimiento de las condiciones establecidas en el enunciado de la actividad de evaluación dará lugar a la aplicación del régimen de sanciones previsto en el Reglamento Académico del Alumno.

BIBLIOGRAFÍA Y RECURSOS DE REFERENCIA GENERALES

BIBLIOGRAFÍA BÁSICA:

Las siguientes referencias son de consulta obligatoria:

- Herrero, G. Nutrición y Dietética. Santander: Universidad Europea del Atlántico. 2015.

BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA:

Las siguientes referencias no se consideran de consulta obligatoria, pero su lectura es muy recomendable para aquellos estudiantes que quieran profundizar en los temas que se abordan en la asignatura.

- Ruiz, MD. Guía para estudios dietéticos. Álbum fotográfico de alimentos. Granada: Ed. Universidad de Granada. 2011.
- Ruiz, MD et al. Guía fotográfica de porciones de alimentos consumidos en España. Fundación Iberoamericana de Nutrición. 2019.
- Gil A. Tratado de Nutrición. 4ª edición. Vol. II. Madrid: Editorial Médica Panamericana. 2024.
- Gil A. Tratado de Nutrición. 4ª edición. Vol. IV. Madrid: Editorial Médica Panamericana. 2024.
- Munteanu C, Schwartz B. The relationship between nutrition and the immune system. Front Nutr. 2022 Dec 8;9:1082500. doi: 10.3389/fnut.2022.1082500.
- Méndez López LF, González Llerena JL, Vázquez Rodríguez JA, Medellín Guerrero AB, González Martínez BE, Solís Pérez E, López-Cabanillas Lomelí M. Dietary Modulation of the Immune System. Nutrients. 2024 Dec 18;16(24):4363. doi: 10.3390/nu16244363
- Salas-Salvadó, J. Nutrición y dietética clínica. 5ª edición. Barcelona: Editorial Elsevier. 2025.
- Raymond JL y Morrow K (eds). 16ª edición. Krause. Mahan. Dietoterapia. Madrid: Elsevier. 2025.

WEBS DE REFERENCIA:

- Red BEDCA, AESAN [Internet]. Base de Datos Española de Composición de Alimentos. Madrid, 2006. [citado 09 de julio de 2018] Disponible en: http://www.bedca.net/

- Food and Nutrition Information Center [Internet]. USDA Food Composition Databases. Beltsville (MD): National Agricultural Library (US); [citado 09 de julio de 2018]. Disponible en: https://ndb.nal.usda.gov/ndb/search/list

OTRAS FUENTES DE CONSULTA:

-