

Curso académico 2025-2026

Identificación y características de la asignatura			
Asignatura	NUTRICIÓN HUMANA		
Materia	Nutrición		
Módulo			
Titulación	Grado en Enfermería		
Plan	479 (2011 mod 2014)	Código	46503
Período de impartición	2º semestre	Tipo/Carácter	BCE
Nivel/Ciclo	Grado	Curso	1º
Créditos ECTS	6		
Lengua en que se imparte	Castellano		
Profesora responsable	Pendiente asignar		
Profesor coordinador (si hay más de uno)			
Datos de contacto			

1. Situación y sentido de la asignatura

1.1. Contextualización

A lo largo de la asignatura se explican los aspectos básicos de la alimentación y la nutrición, los alimentos y su composición y se avanza hacia las aplicaciones de mayor interés en el ejercicio práctico del profesional de enfermería: pautas de alimentación saludable, evaluación del estado nutricional y dieta equilibrada en las distintas etapas del ciclo vital.

Los conocimientos de esta asignatura permiten alcanzar el máximo potencial de salud de individuos y comunidades, así como la prevención de la enfermedad, a través de la alimentación saludable, dentro de un estilo de vida saludable.

1.2. Relación con otras materias

Se basa en los conocimientos de materias como Estructura y función del cuerpo humano, Biología y Bioquímica. Se amplía con la asignatura Dietética y Dietoterapia ubicada en el segundo cuatrimestre del segundo curso de la titulación de grado en enfermería. Su aplicación se hace necesaria en los planes de cuidados de enfermería que se explican en diversas materias del curriculum de grado.

1.3. Prerrequisitos

Los alumnos matriculados en la asignatura de Nutrición Humana, pueden tener un mejor aprovechamiento si previamente han adquirido competencias específicas en las asignaturas del primer cuatrimestre y la capacidad de relacionar los contenidos de las mismas.

2. Competencias

2.1. Competencias generales

- C. T.1. Capacidad para trabajar en equipo
- C. T.2. Capacidad para aplicar el razonamiento crítico
- C. T.3. Capacidad de análisis y síntesis
- C. T.5. Capacidad para comunicarse adecuadamente de forma verbal y no verbal y establecer relaciones interpersonales
- C. T.7. Capacidad para aplicar los conocimientos en la práctica.
- C. T.8. Capacidad de resolución de problemas y toma de decisiones
- C. T.9. Capacidad para trabajar en base a criterios de calidad
- C. T.13. Capacidad de aprender

2.2. Competencias específicas

C.E. 6. 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.

C.E. 7. Identificar los nutrientes y los alimentos en que se encuentran.

C.E. 8. Identificar los problemas nutricionales de mayor prevalencia y seleccionar las recomendaciones dietéticas adecuadas.

C.E. 29. Conocer las alteraciones de salud del adulto, identificando las manifestaciones que aparecen en sus distintas fases.

C.E. 53. Individualizar el cuidado considerando la edad, el género, las diferencias culturales, el grupo étnico, las creencias y valores.

3. Resultados de aprendizaje

Objetivos:

- Conocer los fundamentos de la nutrición y la alimentación y su relación con el mantenimiento de la salud.
- Estudiar e identificar los grupos de alimentos y nutrientes, así como establecer los requerimientos energéticos y nutricionales de los individuos a lo largo de la vida.
- Evaluar el estado nutricional y comprender la importancia de una Intervención Nutricional adecuada.
- Sensibilizar sobre la importancia de la nutrición como una necesidad básica, y por tanto como un cuidado básico de enfermería.

Resultados de aprendizaje:

Al finalizar esta materia, el estudiante será capaz de:

- Comprender conceptos básicos respecto a la nutrición y su repercusión en la salud en individuos y colectividades.
- Identificar los alimentos, sus propiedades fisiológicas, nutricionales, funcionales y tecnológicas en el marco de la calidad y seguridad alimentarias.
- Determinar necesidades energéticas y nutricionales del individuo a lo largo del ciclo vital.
- Manejar tablas de recomendaciones de ingestas nutricionales, objetivos nutricionales, guías alimentarias y tablas de composición de alimentos.
- Evaluar el estado nutricional en función de parámetros antropométricos, bioquímicos y dietéticos de individuos y colectividades.
- Manejar la dieta de forma que se adecue a las distintas situaciones fisiológicas a lo largo del ciclo vital.
- Actuar como agente de cambio para lograr un hábito alimentario más saludable en la población.
- Participar en la toma de decisiones en cuanto a intervención Nutricional en individuos y colectividades.
- Transmitir los fundamentos básicos de la nutrición humana y desarrollar conocimientos, habilidades y actitudes encaminados a complementar la formación básica para el ejercicio profesional de la enfermería

4. Contenidos

4.1. Bloque teórico

BLOQUE I. PRINCIPIOS DE NUTRICIÓN

Tema 1. Conceptos fundamentales de alimentación y nutrición.

Tema 2. Necesidades energéticas y utilización de nutrientes

Tema 3. Alimentación saludable

Tema 4. Las proteínas en la alimentación. Requerimientos nutricionales e implicación en la salud.

Tema 5. Los lípidos en la alimentación. Requerimientos nutricionales e implicación en la salud.

Tema 6. Hidratos de carbono y fibra dietética en la alimentación. Requerimientos nutricionales e implicación en la salud.

Tema 7. Vitaminas, minerales y agua en la alimentación. Requerimientos nutricionales e implicación en la salud.

Tema 8. Evaluación del estado nutricional.

Tema 9. Grupos de alimentos

Tema 10. Otros alimentos.

Tema 11. Conceptos básicos en el diseño de una dieta.

BLOQUE II. ALIMENTACIÓN EN LAS DIFERENTES ETAPAS DEL CICLO VITAL

Tema 12. Nutrición de la mujer durante la gestación y la lactancia.

Tema 13. Nutrición en la infancia y adolescencia.

Tema 14. Nutrición y envejecimiento.

Tema 15. Nutrición, actividad física y deporte.

BLOQUE III. INTRODUCCIÓN EN NUTRICIÓN Y ENFERMEDAD: CONCEPTOS GENERALES

Tema 16. Conceptos básicos de nutrición, sobrepeso y obesidad.

Tema 17. Conceptos básicos de nutrición y diabetes.

Tema 18. Conceptos básicos de nutrición y trastornos del comportamiento alimentario.

Tema 19. Conceptos básicos de reacciones adversas a los alimentos.

Bibliografía básica

- Blanco E. Manual de nutrición y alimentación. León: Eolas Ediciones; 2020.
- Brown JE, y col. Nutrición en las diferentes etapas de la vida. (5.ª ed.). Ed. McGraw-Hill Interamericana, México D.F; 2014.
- Cao Torija, M.J. Enfermería, nutrición y dietética. Ed. Masson; 2006.
- Cervera P., Clapés J., Rigolfas R. Alimentación y dietoterapia. Interamericana. 2004.

- Flores A., Sánchez I., Molina D. Necesidad de Alimentación: Notas sobre las 14 Necesidades de Virginia Henderson: Volume 2. (1ed.). Ed. CreateSpace Independent Publishing Platform. 2017.
- Gil Hernández A. Tratado de Nutrición 3ª Edición. Ed. Acción Médica. 2017
- López MA. Dietética y nutrición. 3ª ed. Málaga : Editorial ICB; 2018.
- Maham LK y otros. Nutrición y Dietoterapia de Krause. 14ª ed. Interamericana. McGraw-Hill.
- Manual Práctico de Nutrición y Salud. Kellogg's. 2012.
- Martin C., Díaz J. Enfermería 21. Nutrición y dietética. Ed. DAE. 2019
- Martín-Romo J, Martín-Romo M. Atención de enfermería en nutrición y dietética. 2ª ed. Málaga: Editorial ICB; 2016.
- Mataix Verdu J. Nutrición y alimentación humana. (Tomo I y II). Ed. Ergón. 2009
- Planas M., Pérez- Portaballa, C. Fisiopatología aplicada a la Nutrición. Ediciones Mayo. 2006.
- Salas-Salvadó. Nutrición y dietética clínica. 4ª edición. Ed. Elsevier. 2019
- Salinas CP, Díaz J. Nutrición y Dietética. DAE. 2012
- Vázquez C., de Cos A.I., Lopez-Nomdedeu, C. Alimentación y Nutrición. Díaz de Santos. 2005.
- Villarino M y Bayón M. Manual Cto. De Enfermería. Nutrición y dietética. 6ª Edición. Madrid; 2017

Bibliografía complementaria

- Ruth A. Roth. Nutrición y dietoterapia. 9ª edición. Mc.Graw Hill; 2009
- Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición. https://www.aesan.gob.es/AECOSAN/web/home/aecosan_inicio.htm
- Agencia española de seguridad alimentaria. Hábitos saludables de alimentación y actividad física. Estrategia NAOS. Madrid: Ministerio de Sanidad y Consumo, 2006.
- Consejo europeo de información sobre la alimentación. www.eufic.org.
- Instituto de Investigación de Endocrinología y Nutrición Clínica, Universidad de Valladolid. www.ienva.org.
- Sociedad Española de Dietética y Ciencias de la Alimentación. <https://nutricion.org/>
- Sociedad Española de endocrinología y nutrición. <https://www.seen.es/portal>
- Sociedad Española de Nutrición Comunitaria (SENC). Guía alimentación saludables. SENC. 2018.
- Sociedad española de nutrición comunitaria. www.nutricioncomunitaria.org.

4.2. Bloque Práctico

El objetivo de estas prácticas es la ampliación y aplicación de los conceptos teóricos adquiridos en las clases teóricas de una forma práctica que permita la integración y relación de dichos contenidos

Las prácticas, seminarios y otras actividades de interés de asistencia obligatoria serán repartidas a lo largo del curso. Dichas prácticas comprenderán los siguientes aspectos:

- Manejo de tablas de recomendaciones de ingestas nutricionales, objetivos nutricionales, guías alimentarias y de composición de alimentos.
- Antropometría.
- Valoración del estado nutricional mediante encuestas dietéticas y métodos de screening.
- Pautas básicas en el diseño de dietas.
- Promoción de la vida saludable.
- Aplicación de la metodología enfermera en el área de la nutrición.

5. Principios metodológicos y métodos docentes

5.1. Actividades en modalidad presencial

Docencia presencial justificada en que los grupos de clase encajan en las aulas disponibles y las competencias asociadas exigen presencialidad.

Métodos:

- **Clases expositivas** dirigidas a introducir y tratar los temas teóricos mediante la presentación, análisis y reflexión de los contenidos fundamentales.

Prácticas de aula, seminarios guiados, aula invertida dedicados al trabajo Colaborativo, al aprendizaje basado en problemas. Permitirán la capacitación para la valoración del estado nutricional, la elaboración de dietas e intervenciones nutricionales y la aplicación de los conocimientos adquiridos en la planificación de una alimentación saludable. Asistencia obligatoria. Con el objetivo de que el estudiante adquiera competencias vinculadas con la población y con la comunidad, algunos seminarios y prácticas de aula se podría desarrollar fuera de las dependencias de la Escuela.

5.2. Actividades en modalidad no presencial

Docencia no presencial justificada en que las competencias asociadas pueden adquirirse de manera no presencial.

- Estudio y trabajo autónomo individual y grupal para el análisis y comprensión de la asignatura.
 - Plataforma virtual Campus Uva.
- Consultas a los documentos que se incorporan como son:

- Proyecto docente.
- Material complementario para la realización de prácticas y seminarios
- Bibliografía y/o bases de datos relacionados con la materia
- Artículos y textos para trabajos de grupo.
- Ejercicios y tareas a resolver y entregar por los estudiantes.

El contenido didáctico estará disponible para los alumnos a través de la Plataforma virtual Campus Uva.

5.4. Tutorías.

Método: Se asesorará y/o dirigirá a los alumnos durante todo el proceso de enseñanza del aprendizaje de manera que se les facilite la consecución de los objetivos y el alcance de las competencias.

Día y hora: De lunes a viernes, en horario de mañana, de manera presencial en la Escuela de enfermería, previa petición a través del correo electrónico facilitado.

Tiempo máximo de respuesta 1 semana.

6. Tabla de dedicación del estudiante a la asignatura

ACTIVIDADES PRESENCIALES	HORAS	ACTIVIDADES NO PRESENCIALES	HORAS
Clases teórico-prácticas (T/M)	42	Estudio y trabajo autónomo individual	67,5
Clases prácticas de aula (A)		Estudio y trabajo autónomo grupal	22,5
Laboratorios (L)	12		
Seminarios (S)	3		
Prácticas externas, clínicas o de campo			
Tutorías			
Evaluación	3		
Total presencial	60	Total no presencial	90
		Total	150

7. Sistema y características de la evaluación

INSTRUMENTO/PROCEDIMIENTO		PESO EN LA NOTA FINAL	OBSERVACIONES
Examen final (convocatorias ordinaria y extraordinaria)	Test: 80%	65%	Se debe obtener una nota igual o superior a 5.0 (en base 10) en examen final, para sumar la calificación del resto de criterios.
	Pregunta(s) corta(s): 20% Se valorará la capacidad de integración y relación de conceptos		
Tareas y entregas individuales	Entrega de tareas a través del Campus virtual UVA en formato y tiempo establecido	15%	Se debe obtener una nota igual o superior a 5.0 en el apartado de prácticas para sumar la calificación del examen.
Trabajo en grupo		20%	La asistencia a las sesiones prácticas es obligatoria.

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN
• Convocatoria ordinaria: Evaluación continua (35%)-Evaluación final (65%) • Convocatoria extraordinaria: Evaluación continua (35%)-Evaluación final (65%)

Las notas de las otras tareas evaluables se conservan tanto para la convocatoria ordinaria como extraordinaria.

Las calificaciones se aplicarán con arreglo al RD 1125/2003 de 5 de septiembre, por el que se establece el sistema europeo de créditos y el sistema de calificaciones en las titulaciones universitarias de carácter oficial y validez en todo el territorio nacional.

8. Consideraciones finales

Para superar la asignatura, es obligatorio asistir a las prácticas y a los seminarios

La participación en la convocatoria extraordinaria no quedará sujeta a la asistencia a clase ni a la presencia en pruebas anteriores, salvo en los casos de prácticas externas, laboratorios u otras actividades cuya evaluación no fuera posible sin la previa realización de las mencionadas pruebas. Así mismo, podrán abarcar todo el contenido de la asignatura salvo aquellos aspectos o competencias que por su naturaleza resulten de imposible evaluación mediante esta convocatoria.

La difusión, distribución o divulgación de materiales docentes, especialmente en servicios dedicados a compartir apuntes, atenta contra el derecho fundamental a la protección de datos, el derecho a la propia imagen y los derechos de propiedad intelectual. De la misma forma, la grabación de las clases, y en especial compartirlo en redes sociales. Tales usos están prohibidos y podrían generar responsabilidad disciplinaria, administrativa y civil a la persona infractora.

Las actividades y trabajos que realice el estudiantado deben estar libres de plagio y exentos de la utilización de herramientas de Inteligencia Artificial no declarada. Su uso podría suponer el suspenso en la asignatura. El profesorado supervisará especialmente estas prácticas fraudulentas.