



UNIVERSIDAD DE CÓRDOBA

CENTRO UNIVERSITARIO FISIDEC EDUCACIÓN
SUPERIOR S.L.U.**GRADO EN FISIOTERAPIA**

CURSO 2024/25

**NUTRICIÓN Y DIETÉTICA EN
FISIOTERAPIA**

Datos de la asignatura

Denominación: NUTRICIÓN Y DIETÉTICA EN FISIOTERAPIA**Código:** 553037**Plan de estudios:** GRADO EN FISIOTERAPIA**Curso:** 3**Materia:****Carácter:** OBLIGATORIA**Duración:** SEGUNDO CUATRIMESTRE**Créditos ECTS:** 3.0**Horas de trabajo presencial:** 30**Porcentaje de presencialidad:** 40.0%**Horas de trabajo no presencial:** 45**Plataforma virtual:** <https://moodle.uco.es/>

Profesor coordinador

Nombre: GUZMÁN GARCÍA, RAFAEL**Departamento:** DEPARTAMENTOS CENTRO FISIOTERAPIA, INVESTIGACIÓN Y DEPORTE DE CÓRDOBA**Ubicación del despacho:** Sala de Profesores (Planta Primera)**E-Mail:** gerencia.fisidec@uco.es**Teléfono:** 957 37 36 20

Breve descripción de los contenidos

Durante el desarrollo de la asignatura los alumnos aprenderán todo lo necesario para poder ofertar cuidados nutricionales enfermeros de calidad, tanto en sujetos sanos como enfermos, a través del Consejo dietético y del manejo y supervisión de intervenciones dietoterapéuticas. Para ello, la asignatura se ha estructurado en 3 bloques dirigidos a: (i) establecer los principios básicos en nutrición; (ii) explicar la alimentación como fuente de salud y los distintos enfoques de dietas saludables, considerando las necesidades nutricionales según la etapa vital y (iii) abordar los aspectos nutricionales más relevantes en el ejercicio físico y en la rehabilitación en el contexto de la fisioterapia.

Conocimientos previos necesarios

Requisitos previos establecidos en el plan de estudios

No existen requisitos previos diferentes a los establecidos en el plan de Estudios del título.

Recomendaciones

En líneas generales, se recomienda tener una buena base de conocimientos relacionados con Bioquímica y Fisiología. Asimismo, una actitud científica, guiada por un pensamiento crítico y un aprendizaje reflexivo, ayudará a alcanzar las competencias establecidas.

Programa de la asignatura

1. Contenidos teóricos

BLOQUE I:

PRINCIPIOS BÁSICOS EN NUTRICIÓN

Tema 0: Recordando las bases bioquímicas de la nutrición.

Tema 1: Términos y conceptos básicos en nutrición.

Tema 2: Metabolismo energético. Cálculo de necesidades energéticas y su relación con la composición corporal. Fórmulas de estimación.

Tema 3: Agua. Estructura y propiedades. Funciones. Necesidades diarias de agua. Recomendaciones sobre el consumo de agua. Agua y salud pública.

Tema 4: Carbohidratos. Metabolismo, fuentes alimentarias, funciones y requerimientos nutricionales.

Tema 5: Proteínas. Metabolismo, fuentes alimentarias, funciones y requerimientos nutricionales.

Tema 6: Lípidos. Metabolismo, fuentes alimentarias, funciones y requerimientos nutricionales.

Tema 7: Fibra dietética. Metabolismo, fuentes alimentarias, funciones y requerimientos fisiología. Ingestas recomendadas. Carencias vitamínicas. Fuentes alimentarias.

Tema 8: Vitaminas. Fuentes alimentarias, funciones, requerimientos.

Tema 9: Minerales. Fuentes alimentarias, funciones, requerimientos.

Tema 10: Alcohol. Absorción, metabolismo y patologías relacionadas con el alcohol.

BLOQUE II: LA NUTRICIÓN COMO FUENTE DE SALUD. DIETA EQUILIBRADA Y ADAPTADA A LAS DISTINTAS NECESIDADES SEGÚN LA ETAPA VITAL

Tema 11: Concepto y características de una dieta saludable. Somatotipo. Principios y técnicas para seguir una dieta saludable.

Tema 12: Enfoques dietéticos en la sociedad actual. Dieta Mediterránea. Dieta Atlántica. Dieta Cetogénica. Dieta Vegetariana. Dieta Vegana.

Tema 13: Dieta saludable en el embarazo, lactancia y menopausia.

Tema 14: Dieta saludable en las primeras etapas de la vida: desde la infancia hasta la adolescencia.

Tema 15: Dieta saludable en el anciano.

BLOQUE III: ALIMENTACIÓN, ACTIVIDAD FÍSICA, FISIOTERAPIA Y REHABILITACIÓN

Tema 16: Alimentación y actividad física.

Tema 17: Alimentación, fisioterapia y rehabilitación.

2. Contenidos prácticos

Taller 1: Valoración y diagnóstico del estado nutricional.

Taller 2: Etiquetado de alimentos.

Taller 3: Dietas milagro.

Taller 4: Razonamiento crítico de documentales sobre Nutrición.

Bibliografía

1. Bibliografía básica

Gil Hernández, A. et al. Tratado de nutrición. Tercera Edición. Panamericana, 2017.
Salas-Salvadó, J. Nutrición y dietética clínica. Tercera Edición. Elsevier Masson, 2014.
Rodota L., Castro MA. Nutrición Clínica y Dietoterapia. Panamericana, 2012.
De Luis Román, D. et al. Dietoterapia, nutrición clínica y metabolismo. Díaz de Santos, 2010.
Vidal García, E. Manual práctico de nutrición y dietoterapia. Monsa-Prayma, 2009.
Mataix Verdú J. Nutrición y alimentación humana. 2ª Edición. Ergon. Madrid, 2009.
Cervera, et al. Alimentación y Dietoterapia. 4ª Edición. McGraw-Hill Interamericana, 2004.
Martín Salinas, C. et al. Nutrición y Dietética. DAE (Grupo Paradigma), 2000.
Alimentación y nutrición. Manual teórico práctico. Díaz de Santos, 2005.
Bellido Guerrero, D. et al. Manual de nutrición y metabolismo. Díaz de Santos, 2006.
Brown, J. Nutrición en las diferentes etapas de la vida. 2ª Edición. Mc Graw-Hill, 2006.

2. Bibliografía complementaria

REVISTAS OPEN ACCESS:

Nutrición hospitalaria: <http://www.nutricionhospitalaria.org>

Nutrición clínica y Dietética Hospitalaria: <http://revista.nutricion.org/>

BLOGS DE NUTRICIÓN:

<https://www.fitnessrevolucionario.com>

www.midietacojea.com

<http://juanrevenga.com>

www.danzadefogones.com

www.dimequecomes.com

www.scientiablog.com

www.fitfoodmarket.es

www.juliobasulto.com

El otro lado del plato

www.elcomidista.elpais.com

Metodología

Adaptaciones metodológicas para alumnado a tiempo parcial y estudiantes con discapacidad y necesidades educativas especiales

Los alumnos a tiempo parcial seguirán el mismo sistema que el resto de los alumnos. El sistema de evaluación para los estudiantes con discapacidad y necesidades educativas especiales será adaptado al caso concreto.

Actividades presenciales

Actividad	Grupo completo	Grupo mediano	Total
<i>Actividades de evaluación</i>	2	-	2
<i>Actividades de experimentación práctica</i>	-	10	10
<i>Actividades de exposición de contenidos elaborados</i>	16	-	16
<i>Actividades de expresión escrita</i>	2	-	2
Total horas:	20	10	30

Actividades no presenciales

Actividad	Total
<i>Actividades de búsqueda de información</i>	2
<i>Actividades de procesamiento de la información</i>	35
<i>Actividades de resolución de ejercicios y problemas</i>	8
Total horas:	45

Resultados del proceso de aprendizaje

Conocimientos, competencias y habilidades

- CG1 Conocer y comprender la morfología, la fisiología, la patología y la conducta de las personas, tanto sanas como enfermas, en el medio natural y social.
- CG2 Conocer y comprender las ciencias, los modelos, las técnicas y los instrumentos sobre los que se fundamenta, articula y desarrolla la fisioterapia.
- CE21 Identificar los nutrientes en las diferentes grupos de alimentos, así como sus equivalencias
- CE22 Identificar las necesidades alimentarias según patrones de edades y etapas fisiológicas de desarrollo
- CE23 Conocer los hábitos alimenticios e identificar errores en su dieta habitual.
Interpretar los errores de la dieta en una población estándar y ser capaces de introducir cambios en la misma.

Métodos e instrumentos de evaluación

Competencias	Examen	Medios de ejecución práctica	Medios orales
CE21	X	X	X
CE22	X	X	X
CE23	X	X	X
CG1	X	X	X
CG2	X	X	X
Total (100%)	70%	20%	10%
Nota mínima (*)	5	5	5

(*)Nota mínima (sobre 10) necesaria para que el método de evaluación sea considerado en la calificación final de la asignatura. En todo caso, la calificación final para aprobar la asignatura debe ser igual o superior a 5,0.

Aclaraciones generales sobre los instrumentos de evaluación:

Los instrumentos de evaluación quedarán especificados en la planificación de la asignatura (publicada en Moodle)

Aclaraciones sobre la evaluación para el alumnado a tiempo parcial y necesidades educativas especiales:

Los alumnos a tiempo parcial seguirán el mismo sistema que el resto de los alumnos. El sistema de evaluación para los estudiantes con discapacidad y necesidades educativas especiales será adaptado al caso concreto.

Aclaraciones sobre la evaluación de la convocatoria extraordinaria y convocatoria extraordinaria de finalización de estudios:

Los distintos sistemas de evaluación según la convocatoria que corresponda quedarán especificados en la planificación de la asignatura (publicada en Moodle).

Criterios de calificación para la obtención de Matrícula de Honor:

Las Matrículas de Honor serán asignadas entre los alumnos que, cumpliendo todos los requisitos especificados en el artículo 30.3 del Reglamento de Régimen Académico de la UCO, hayan obtenido la calificación numérica más alta.

Objetivos de desarrollo sostenible

Hambre cero
 Salud y bienestar
 Reducción de las desigualdades
 Producción y consumo responsables

Otro profesorado

Nombre: CANTERO BALLESTEROS, LETICIA

Departamento: DEPARTAMENTOS CENTRO FISIOTERAPIA, INVESTIGACIÓN Y DEPORTE DE CÓRDOBA

Ubicación del despacho: Sala de Profesores (Planta Primera)

E-Mail: n32cabal@uco.es

Teléfono: 957 37 36 20

*Las estrategias metodológicas y el sistema de evaluación contempladas en esta Guía Docente responderán a los principios de igualdad y no discriminación y deberán ser adaptadas de acuerdo a las necesidades presentadas por estudiantes con discapacidad y necesidades educativas especiales en los casos que se requieran.
El estudiantado deberá ser informado de los riesgos y las medidas que les afectan, en especial las que puedan tener consecuencias graves o muy graves (artículo 6 de la Política de Seguridad, Salud y Bienestar; BOUCO 23-02-23).*
