



Universitat de Lleida  
Centre de Formació Contínua

Senior  
UdL

# GUIA DOCENT

## NUTRICIÓ I DIETÈTICA

### Informació general de l'assignatura

<b>Denominació</b>	NUTRICIÓ I DIETÈTICA
<b>Nombre de crèdits ECTS</b>	3 ECTS
<b>Coordinació</b>	M <sup>a</sup> TERESA PIQUÉ FERRÉ
<b>Departament/s</b>	TECNOLOGIA DELS ALIMENTS
<b>Idioma d'impartició</b>	CATALÀ
<b>Professorat</b>	BARAHONA VIÑES, ANTONIETA PIQUÉ FERRÉ, M <sup>a</sup> TERESA

## Objectius acadèmics de l'assignatura

1. Diferenciar els conceptes d'alimentació, nutrició i dietètica.
2. Conèixer la composició i el valor nutritiu dels diferents aliments.
3. Fer l'avaluació de l'estat nutricional i elaborar la dieta personalitzada.
4. Definir la dieta equilibrada i conèixer la dieta mediterrània i dietes alternatives.
5. Conèixer la relació entre alimentació i malaltia.
6. Introduir en el coneixement dels aliments funcionals, de l'etiquetatge nutricional i de les funcions dels additius en els aliments.

## Continguts fonamentals de l'assignatura

1. Tema 1. Introducció.
2. Tema 2. Aliment. Classificació i components.
3. Tema 3. Macronutrients.
4. Tema 4. Micronutrients.
5. Tema 5. Valor nutritiu i estat nutricional.
6. Tema 6. La dieta.
7. Tema 7. Alimentació i salut.
8. Tema 8. Aliments funcionals i etiquetatge nutricional.

## Eixos metodològics de l'assignatura

Les activitats d'aprenentatge presencials es dediquen a les sessions de teoria, les activitats dirigides, els seminaris i les sessions de pràcticum. Les activitats no presencials es dediquen a la preparació dels treballs i del dossier de pràcticum i a l'estudi de l'assignatura.

## Sistema d'avaluació

Assistència i participació activa: 40%

Realització d'un treball individual: 30%

Pràctiques d'aula (pràcticum): 30%

## Bibliografia i recursos d'informació

ASTIASARAN, I., I MARTÍNEZ, J. A. (1999) *Alimentos. Composición y propiedades*. Aravaca (Madrid): Editorial MacGraw Hill Interamericana de España SL.

CERVERA, P., CLAPÉS, J., I RIGOLFAS, R. (2005) *Alimentación y Dietoterapia*. Aravaca (Madrid): Editorial MacGraw Hill Interamericana de España SL.

KUKLINSKI, C. (2003) *Nutrición y bromatología*. Barcelona: Editorial Omega.

### Recursos on-line

*Departament de Salut (Generalitat de Catalunya)*

<http://salutweb.gencat.cat/ca/inici/>

*ICCONSum.org*

<http://www.icconsum.org/>