

GRADO EN FARMACIA

Ficha Docente

DIETÉTICA

CURSO 2026-2027



FACULTAD DE FARMACIA
UNIVERSIDAD COMPLUTENSE DE MADRID

I.- IDENTIFICACIÓN

NOMBRE DE LA ASIGNATURA: Dietética

CARÁCTER: optativa

MATERIA: Materia Complementaria

MÓDULO: Itinerario Intracurricular Asistencial

CURSO: 4º

SEMESTRE: 7º o 9º semestre

CRÉDITOS: 3 ECTS

DEPARTAMENTO: Nutrición y Ciencia de los Alimentos

PROFESORES/AS RESPONSABLES:

Coordinador/a: Profa. Beatriz Beltrán de Miguel, Profesor Contratado Doctor
e-mail: beabel@ucm.es

Profesores/as:

Profª. Dra. Sara Bastida Codina, sbastida@ucm.es, Profesor Titular

Profª. Dra. Beatriz Beltrán de Miguel; beabel@ucm.es, Profesor Contratado Doctor

II.- OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

La Dietética es una especialidad científica que, aplicando los principios y conocimientos de la Nutrición, estudia cómo proporcionar a un individuo o colectivo los alimentos necesarios para alcanzar y mantener un óptimo estado de salud, teniendo en cuenta hábitos alimentarios y otros aspectos del estilo de vida.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar las bases de una alimentación saludable.
- Aplicar los conocimientos de las ciencias de los alimentos y de la Nutrición a la práctica dietética.
- Familiarizarse con ingredientes, raciones, recetas y preparaciones culinarias.
- Proporcionar al alumno la capacidad de juzgar y confeccionar dietas saludables dirigidas a individuos o colectivos en las distintas etapas de la vida y situaciones fisiológicas.
- Manejar las herramientas habituales en la programación y valoración de dietas.
- Conocer las pautas dietéticas para la prevención de las patologías más prevalentes en la población.
- Proporcionar las bases para llevar a cabo acciones de educación nutricional y emitir consejo dietético.

III.- CONOCIMIENTOS PREVIOS Y RECOMENDACIONES

CONOCIMIENTOS PREVIOS:

El alumno deberá poseer conocimientos previos de Nutrición y Bromatología, además de Fisiología y de Bioquímica. Dichos conocimientos forman parte del contenido curricular de los cursos precedentes y serán necesarios para un abordaje óptimo de la asignatura.

RECOMENDACIONES:

Se recomienda al estudiante además de revisar los conocimientos previos de Nutrición, Bromatología, Fisiología y Bioquímica, familiarizarse con el uso de tablas de composición de alimentos, guías alimentarias, etiquetado nutricional y fuentes bibliográficas científicas. Dado el carácter aplicado de la asignatura, se aconseja una participación activa en las clases prácticas y una actitud orientada a la resolución de casos relacionados con la valoración y planificación de dietas.

IV.- CONTENIDOS

CONTENIDOS ESPECÍFICOS DE LA ASIGNATURA:

En esta asignatura se describen los principios fundamentales de la Dietética, aplicando los conocimientos de las ciencias de la alimentación y de otras disciplinas para alcanzar y mantener un óptimo estado de salud. Se identifican las bases de una alimentación saludable, para juzgar y confeccionar dietas dirigidas a individuos o colectivos en las distintas etapas de la vida y situaciones fisiológicas. Para ello, se estudian los principales ingredientes, raciones, recetas y preparaciones culinarias, así como las herramientas para la programación y valoración de dietas, con el fin de llevar a cabo acciones de educación nutricional y emitir consejo dietético.

PROGRAMA TEÓRICO

Tema 1. La Dietética: Introducción. Objeto, bases y ámbito de actuación. Relación con otras disciplinas. Estándares de referencia dietética. Cálculo, interpretación, utilidad y limitaciones. Ingestas Recomendadas. Objetivos nutricionales. Guías dietéticas.

Tema 2. Dieta Saludable. Concepto y bases nutricionales. Índices de calidad de la dieta. Consejo dietético. Dieta mediterránea como ejemplo de dieta óptima.

Tema 3. Normas para la elaboración de una dieta básica. Diseño de dietas para individuos o grupos de población.

Tema 4. Pautas dietéticas adecuadas para los diferentes grupos de población. Adaptación dietética a situaciones especiales. Consejo dietético.

Tema 5. Dietética basada en la evidencia científica. Pautas dietéticas para la prevención y control de las patologías más prevalentes en la sociedad actual.

Tema 6. Dieta familiar y para colectividades. Pautas para la elaboración de dietas para colectivos. Promoción de la salud desde los comedores colectivos.

PROGRAMA DE CLASES PRÁCTICAS

Las prácticas comprenderán contenidos relativos a:

- Familiarización con ingredientes, recetas y preparaciones culinarias.
- Identificación de tamaños de ración, porción y equivalencias
- Manejo del etiquetado nutricional de alimentos como herramienta para el consejo dietético.
- Diseño de dietas adaptadas a diferentes individuos y grupos de población basado en la evidencia científica.

V.- BIBLIOGRAFÍA

1. Portillo, M. P., Navas-Carretero, S., Abete Goñi, I., & Martínez, J. A. (2021). Fundamentos de nutrición y dietética: bases metodológicas y aplicaciones (1.^a ed., reimpresión digital, noviembre 2021). Editorial Médica Panamericana.
2. [Moreiras Tuni, O., Carbajal Azcona, A., Cabrera Forneiro, L., & Cuadrado Vives, C. \(2022\). Tablas de composición de alimentos: guía de prácticas \(20.^a ed. revisada y ampliada\). Ediciones Pirámide.
<https://ucm.on.worldcat.org/oclc/1350410745>](https://ucm.on.worldcat.org/oclc/1350410745)
3. [Beltrán, B., Carbajal, A., Cuadrado, C., García-Diz, L., Goñi, I., & Sierra, J. L. \(2013\). Innovadieta: recursos en Internet para formación y prácticas de Dietética y Nutrición. Universidad Complutense de Madrid.
<https://www.ucm.es/innovadieta/>](https://www.ucm.es/innovadieta/)
4. [British Dietetic Association. \(2019\). Manual of dietetic practice \(J. Gandy, Ed.; 6th ed.\). John Wiley & Sons; British Dietetic Association.
<https://ucm.on.worldcat.org/oclc/1050141228>](https://ucm.on.worldcat.org/oclc/1050141228)

VI.- RESULTADOS DEL PROCESO DE FORMACIÓN Y APRENDIZAJE

CONOCIMIENTOS Y CONTENIDOS

K03 Saber aplicar el método científico y adquirir habilidades en el manejo de la legislación, fuentes de información, bibliografía, elaboración de protocolos y demás aspectos que se consideran necesarios para el diseño y evaluación crítica de ensayos preclínicos y clínicos.

K05 Adquirir conocimientos necesarios para poder prestar consejo terapéutico en farmacoterapia y dietoterapia, así como consejo nutricional y alimentario a los usuarios de los establecimientos en los que presten servicio.

K34 Conocer los fundamentos de la salud pública e intervenir en las actividades de promoción de la salud, prevención de la enfermedad en los ámbitos individual y colectivo y contribuir a la educación sanitaria, reconociendo los determinantes de salud en la población, tanto los genéticos como los dependientes del sexo y estilo de vida, demográficos, ambientales, sociales, económicos, psicológicos y culturales.

K36 Conocer los principios éticos y deontológicos y actuar según las disposiciones legislativas, reglamentarias y administrativas que rigen el ejercicio profesional colaborando con otros profesionales de la salud y adquiriendo habilidades de trabajo en equipo.

HABILIDADES Y DESTREZAS

S06 Promover las capacidades de trabajo y colaboración en equipos multidisciplinares y las relacionadas con otros profesionales sanitarios.

S19 Prestar consejo terapéutico en farmacoterapia y dietoterapia, así como consejo nutricional y alimentario a los usuarios de los establecimientos en los que presten servicio.

S28 Utilizar correctamente las técnicas de recuperación de información relativas a fuentes de información primarias y secundarias (incluyendo bases de datos con el uso de ordenador).

S30 Estructurar, desarrollar y resumir un trabajo sobre un aspecto específico de la profesión. Presentarlo y defenderlo públicamente. Comunicar resultados y conclusiones de manera clara y efectiva, tanto de forma oral como escrita, a un público especializado o no especializado.

S31 Habilidad de trabajar en un contexto internacional y conocimiento de una segunda lengua.

COMPETENCIAS

C01 Analizar, sintetizar y organizar información en el contexto farmacéutico, con capacidad de crítica y autocrítica. Tanto en la propia lengua como en lengua inglesa.

C03 Mostrar iniciativa y espíritu emprendedor en el ámbito farmacéutico.

C07 Llevar a cabo los principios éticos y deontológicos según las disposiciones legislativas, reglamentarias y administrativas que rigen el ejercicio profesional, comprendiendo las implicaciones éticas de la salud en un contexto social en transformación.

C14 Tomar decisiones en base a los principios y la metodología científica aplicada a las ciencias farmacéuticas, incluyendo la historia y función social de la Farmacia.

VII.- HORAS DE TRABAJO POR ACTIVIDAD FORMATIVA

Actividades formativas	Horas totales	Horas presenciales	Horas virtuales síncronas	Horas virtuales asíncronas
Lección magistral	8	8		
Seminarios	0	0		
Prácticas laboratorio/ trabajo de campo	20	20		
Aprendizaje virtual	5			
Tutorías individuales o colectivas	2		2	
Estudio autónomo	38			38
Examen	2	2		

VIII.- METODOLOGÍA

Las clases magistrales se impartirán al grupo completo y en ellas se darán a conocer al alumno los contenidos fundamentales de la asignatura. Al comienzo de cada tema se expondrá claramente el programa y los objetivos principales del mismo. Al final del tema se hará un breve resumen de los conceptos más relevantes. Se tratará de interrelacionar todos los conceptos planteados en la asignatura y de aplicarlos a la planificación dietética, individual o colectiva.

Para facilitar la labor de seguimiento por parte del alumno de las clases magistrales se le proporcionará el material docente necesario, a través del campus Virtual.

Las clases prácticas en el laboratorio están orientadas a la aplicación de los conocimientos teóricos adquiridos en la planificación dietética y el consejo dietético.

El profesor podrá programar tutorías con grupos reducidos de alumnos sobre cuestiones planteadas en clase. También estarán disponibles tutorías individuales que se realizarán de forma presencial en los horarios indicados por cada profesor y, excepcionalmente, de modo virtual.

Se propondrán trabajos a lo largo del curso de forma obligatoria, donde el alumno pondrá en práctica los conocimientos adquiridos a lo largo de la asignatura, así como sus habilidades en la obtención de información. Se utilizará el Campus Virtual para permitir una comunicación fluida entre profesores y alumnos y como instrumento para poner a disposición de los alumnos parte del material que se utilizará en las clases tanto teóricas como prácticas. También podrá utilizarse como foro en el que se presenten algunos temas complementarios cuyo contenido, aunque importante en el conjunto de la materia, no se considere oportuno presentarlo en las clases presenciales.

IX.- EVALUACIÓN

En el proceso de evaluación, se evaluarán tanto los contenidos teóricos como los prácticos. Los contenidos teóricos tendrán un valor máximo del 50% del total de la nota del alumno, mientras que el 50% restante, corresponderá a la calificación de las prácticas. Para superar la asignatura será necesario obtener una nota de 5 o superior en las dos partes, teoría y prácticas.

Con el objetivo de potenciar la adquisición de las competencias y capacidades del alumnado, los profesores, en los casos que lo estimen oportuno, podrán ofrecer una evaluación continua, en la que hasta un 20% de la puntuación correspondiente a los contenidos teóricos, puedan ser alcanzados a través de pruebas objetivas u otras actividades dirigidas.

En relación con las posibles actividades fraudulentas se informa de lo siguiente:

Tanto la suplantación de identidad como la copia, acción o actividad fraudulenta durante un examen podrá conllevar la apertura del correspondiente expediente informativo y, en su caso, sancionador, ante la Inspección de Servicios de la UCM.

Aprobado en el Consejo de Departamento de Nutrición y Ciencia de los Alimentos de 05 de junio de 2026.