



Guía docente				
Datos Identificativos				2015/16
Asignatura (*)	NUTRICIÓN Y FISIOTERAPIA		Código	651G01026
Titulación	Grao en Fisioterapia			
Descriptorios				
Ciclo	Periodo	Curso	Tipo	Créditos
Grado	1º cuatrimestre	Tercero	Optativa	6
Idioma	CastellanoGallego			
Modalidad docente	Presencial			
Prerrequisitos				
Departamento	Fisioterapia			
Coordinador/a	Carballo Costa, Lidia	Correo electrónico	lidia.carballo@udc.es	
Profesorado	Carballo Costa, Lidia	Correo electrónico	lidia.carballo@udc.es	
Web				
Descripción general	Cursando esta materia, o alumnado adquirirá os coñecementos precisos sobre os nutrientes básicos e como inflúen, a través da alimentación, nos procesos de saúde e enfermidade.			

Competencias del título	
Código	Competencias del título
A1	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.
A3	Conocer y comprender los métodos, procedimientos y actuaciones fisioterapéuticas, encaminados tanto a la terapéutica propiamente dicha a aplicar en la clínica para la reeducación o recuperación funcional, como a la realización de actividades dirigidas a la promoción y mantenimiento de la salud.
A11	Proporcionar una atención de fisioterapia eficaz, otorgando una asistencia integral a los pacientes.
A12	Intervenir en los ámbitos de promoción, prevención, protección y recuperación de la salud.
B2	Ciencias clínicas.
B6	Proporcionar una atención eficaz e integral.
B7	Intervenir en promoción de salud y prevención de la enfermedad.
B9	Incorporar la investigación científica y la práctica basada en la evidencia como cultura profesional.
B11	Mantener actualizados los conocimientos, habilidades y actitudes.
B15	Mantener una actitud de aprendizaje y mejora.
B19	Mostrar su orientación al paciente/usuario.
C1	Expresarse correctamente, tanto de forma oral como escrita, en las lenguas oficiales de la comunidad autónoma.
C3	Utilizar las herramientas básicas de las tecnologías de la información y las comunicaciones (TIC) necesarias para el ejercicio de su profesión y para el aprendizaje a lo largo de su vida.

Resultados de aprendizaje			
Resultados de aprendizaje			Competencias del título
Coñecer as bases científicas da nutrición humana.	A1	B2	
Coñecer e describir os macronutrientes, a súa función, dixestión, absorción e o seu metabolismo básico.	A1	B2	
Coñecer os requerimentos e as fontes de obtención dos macronutrientes.	A1	B2	
Coñecer e describir os micronutrientes, a súa función, dixestión, absorción e o seu metabolismo básico.	A1	B2	
Coñecer os requerimentos e as fontes de obtención dos micronutrientes.	A1	B2	
		B6	
		B7	



Coñecer o papel dos macronutrintes e micronutrintes na prevención e manexo da saúde e a enfermidade.	A1 A3	B2 B6 B7 B9	
Coñecer os alimentos funcionais e as axudas ergoxénicas e a súa función.	A1 A3	B2 B6 B7 B11 B15	
Coñecer e describir a síndrome metabólica e a súa implicación en procesos susceptibles de tratamento de fisioterapia	A1 A3 A11 A12	B6 B7	
Coñecer e describir o papel da alimentación na inflamación en procesos susceptibles de tratamento de fisioterapia.	A1 A3 A11 A12	B2 B6	
Coñecer os principios básicos da inmunidade, o papel que nela ten o sistema dixestivo e a influencia da alimentación sobre os procesos autoinmunes susceptibles de tratamento de fisioterapia.	A1 A3 A11 A12	B2 B6	
Coñecer o papel do fisioterapeuta como axente na promoción da saúde.	A3 A12	B6 B7 B11 B19	
Expresarse correctamente, tanto de forma oral coma escrita, nas linguas oficiais da comunidade autónoma.			C1
Utilizar as ferramentas básicas das tecnoloxías da información e as comunicacións (TIC) necesarias para o exercicio da súa profesión e para a aprendizaxe ao longo da súa vida.			C3

Contenidos	
Tema	Subtema
Tema 1. Conceptos básicos en nutrición. Pirámides de alimentación.	Concepto de pirámide de alimentación. Historia das pirámides de alimentación. Evolución das pirámides de alimentación. Conceptos erróneos. Pirámide da dieta mediterránea. Alimentación saudable en persoas sans.
Tema 2. Macronutrintes. Repercusión no sistema musculoesquelético.	Hidratos de carbono. Lípidos. Proteínas. Repercusión do consumo de macronutrintes no sistema musculo esquelético.
Tema 3. Micronutrintes. Repercusión no sistema musculoesquelético.	Vitaminas. Minerais e oligoelementos. Repercusión do consumo de micronutrintes no sistema musculoesquelético.
Tema 4. Outros nutrintes, aditivos e contaminantes.	Fitoquímicos secundarios. Alcohol. Aditivos. Prebióticos e probióticos.



Tema 5. Efectos da alimentación sobre a inmunidade. Repercusión en procesos susceptibles de tratamento de fisioterapia.	Inmunidade. Conceptos e nocións básicas. Sistema dixestivo e inmunidade. Permeabilidade intestinal. Efectos da alimentación en enfermidades autoinmunes. Inmunonutrición.
Tema 6. Inflamación e nutrición. Control da inflamación a través da alimentación en procesos susceptibles de tratamento de fisioterapia.	Concepto de inflamación. Relación inflamación-inmunidade. Relación entre a inflamación e alimentación. Ácidos graxos e inflamación.
Tema 7. Alimentación na actividade física e deportiva.	Requerimentos nutricionais para a actividade física e deportiva. Alimentación para a prevención de lesións deportivas. Axudas ergoxénicas.
Tema 8. Optimización da recuperación funcional a través da nutrición nos distintos procesos de fisioterapia.	Alimentación en patoloxía tendinosa e ligamentaria. Alimentación en patoloxía muscular. Alimentación en patoloxía ósea.
Tema 9. Alimentación en patoloxías susceptibles de tratamento de fisioterapia.	Alimentación en patoloxía cardio-respiratoria. Alimentación en patoloxía neurolóxica e neurodexenerativa. Alimentación na diabete e outras patoloxías metabólicas. Alimentación en patoloxía reumatolóxica.
Tema 10. Alimentación na saúde da muller.	

Planificación				
Metodoloxías / pruebas	Competencias	Horas presenciales	Horas no presenciales / traballo autónomo	Horas totales
Análisis de fontes documentales	B11 B15 C1 C3	3	9	12
Prácticas de laboratorio	A1 A3 A11 A12	13	13	26
Prueba objetiva	A1 A3 A11 A12 B2 B11 B15	1	10	11
Sesión magistral	A1 A3 B2 B11 B15 B19	15	30	45
Estudio de casos	A1 A3 A11 A12 B2 B6 B7 B9 B19 C1	5	10	15
Presentación oral	C1 C3	1	3	4
Trabaios tutelados	A1 A3 A11 A12 B2 B6 B7 B9 B11 B15 B19 C1 C3	7	28	35
Actividades iniciais	B11 B15 B19	1	0	1
Atención personalizada		1	0	1

(\*Los datos que aparecen en la tabla de planificación són de carácter orientativo, considerando la heterogeneidad de los alumnos)

Metodoloxías	
Metodoloxías	Descrición
Análisis de fontes documentales	Utilizaranse documentos audiovisuais e/ou bibliográficos (fragmentos de reportaxes documentais ou películas, noticias de actualidade, paneis gráficos, artigos, textos lexislativos, etc.) relevantes para a temática da materia con actividades especificamente deseñadas para a análise dos mesmos.
Prácticas de laboratorio	Metodoloxía que permite que os estudantes aprendan efectivamente a través da realización de actividades de carácter práctico, tales como demostracións, exercicios, experimentos e investigacións.
Prueba objetiva	Proba escrita composta por preguntas tipo test, cunha única resposta válida.



Sesión magistral	Exposición oral complementada co uso de medios audiovisuais e a introdución de algunhas preguntas dirixidas aos estudantes, coa finalidade de transmitir coñecementos e facilitar a aprendizaxe.
Estudio de casos	Metodoloxía onde o suxeito se enfrenta ante a descrición dunha situación específica que suscita un problema que ten que ser comprendido, valorado e resolto por un grupo de persoas, a través dun proceso de discusión. O alumno sitúase ante un problema concreto (caso), que lle describe unha situación real da vida profesional, e debe ser capaz de analizar unha serie de feitos, referentes a un campo particular do coñecemento ou da acción, para chegar a unha decisión razoada a través dun proceso de discusión en pequenos grupos de traballo.
Presentación oral	O alumnado terá que realizar como mínimo (pero poderán ser máis en función dos traballos que se vaian propoñendo en clase) unha presentación oral en clase, para expoñer os resultados do traballo tutelado que realice durante o curso.
Trabajos tutelados	O alumnado realizará un traballo de revisión bibliográfica, en principio individual, sobre un tema proposto en clase. O traballo contará coa titorización da profesora para a súa elaboración, destinando tempo presencial das horas de docencia interactiva para a adquisición das destrezas precisas para poder levalo a cabo. O traballo comporase como mínimo dunha introdución, un apartado de material e métodos, resultados, discusión, conclusións e bibliografía.
Actividades iniciais	Actividades que se levan a cabo antes de iniciar calquera proceso de ensino-aprendizaxe a fin de coñecer as competencias, intereses e/ou motivacións que posúe o alumnado para o logro dos obxectivos que se queren alcanzar, vinculados a un programa formativo. Con ela preténdese obter información relevante que permita articular a docencia para favorecer aprendizaxes eficaces e significativos, que partan dos saberes previos do alumnado. O primeiro día de clase volveranse a tratar os aspectos contidos na guía docente. Do mesmo xeito, antes da realización de calquera dos traballos e actividades propostas aportarase a información precisa.

## Atención personalizada

Metodoloxías	Descrición
Trabajos tutelados	O alumnado será titorizado durante o proceso de aprendizaxe e resolveranse as dúbidas que xurdan durante o mesmo. A titorización será grupal durante as sesións maxistrais e a aprendizaxe colaborativa. Esta atención grupal estará complementada coa atención individual durante as titorías, xa sexan estas presenciais ou virtuais.

## Evaluación

Metodoloxías	Competencias	Descrición	Calificación
Prácticas de laboratorio	A1 A3 A11 A12	Valorarase a asistencia, a puntualidade, a actitude e a colaboración cos compañeiros, así como a contribución a un clima adecuado durante a clase. Os coñecementos adquiridos nas prácticas de laboratorio avaliaranse mediante preguntas incluídas na proba escrita no caso do alumnado que se avalie deste xeito, e a través do estudo de casos non caso do alumnado que se avalie de xeito continuado.	0
Estudio de casos	A1 A3 A11 A12 B2 B6 B7 B9 B19 C1	Metodoloxía onde o suxeito se enfrenta ante a descrición dunha situación específica que suscita un problema que ten que ser comprendido, valorado e resolto por un grupo de persoas, a través dun proceso de discusión. O alumno sitúase ante un problema concreto (caso), que lle describe unha situación real da vida profesional, e debe ser capaz de analizar unha serie de feitos, referentes a un campo particular do coñecemento ou da acción, para chegar a unha decisión razoada a través dun proceso de discusión en pequenos grupos de traballo. As prácticas de laboratorio e parte das interactivas serán avaliadas deste xeito.	10
Presentación oral	C1 C3	O alumnado terá que realizar como mínimo unha presentación oral en clase, para expoñer os resultados do traballo tutelado que realice durante o curso.	10



Trabajaos tutelados	A1 A3 A11 A12 B2 B6 B7 B9 B11 B15 B19 C1 C3	O alumnado realizará un traballo de revisión bibliográfica, en principio individual, sobre un tema proposto en clase. O traballo contará coa titorización da profesora para a súa elaboración, destinando tempo presencial das horas de docencia interactiva para a adquisición das destrezas precisas para poder levalo a cabo. O traballo comporase como mínimo dunha introducción, un apartado de material e métodos, resultados, discusión, conclusións e bibliografía.	55
Análise de fontes documentais	B11 B15 C1 C3	Elaborarase un pequeno comentario crítico que conteña os elementos máis relevantes que o alumno extrae da análise de documentos audiovisuais (documentais) ou textuais.	15
Proba obxectiva	A1 A3 A11 A12 B2 B11 B15	Proba escrita tipo test cunha soa resposta válida, onde descontarán as respostas incorrectas. Esta proba soamente se aplicará naqueles casos nos que a avaliación continúa do alumnado, composta polas notas dos traballos que se lle irán requirindo ao longo do curso e un mínimo de asistencia e participación na clase, non supere a nota mínima dun cinco (5.0). Neste caso, a proba obxectiva consistirá o 80% á que haberá que sumar un 20% do traballo tutelado.	0
Sesión magistral	A1 A3 B2 B11 B15 B19	Valorarase a asistencia activa, a puntualidade, a actitude proactiva e a colaboración cos compañeiros, así como a contribución a un clima adecuado de aprendizaxe durante a clase. Aleatoriamente, solicitarase do alumnado que asista una pequena síntese dunhas liñas sobre os puntos máis importantes expostos en clase.	10

### Observacións avaliación

A avaliación será de tipo continuado e a través de traballos de clase, sempre que estes superen os mínimos requirimentos (superen un 5 na avaliación dos mesmos) que se plantexen. De non cumprir estes requirimentos, comunicáraselle ao alumnado afectado este non cumprimento a mediados de decembro e a necesidade de ser avaliado mediante proba obxectiva.

O traballo tutelado será o 55% da nota final.

A análise de fontes documentais será o 15% da nota final.

A presentación oral será o 10% da nota final.

A avaliación continúa será o outro 20%, que incluírá o traballo e actividades a realizar durante a docencia práctica, a interactiva e nas sesións maxistrais.

Esíxese un mínimo do 80% de asistencia a clase para poder optar á avaliación continúa e a través dos traballos. De non cumprirse, a proba escrita contará o 80% da nota final, xunto co 20% da nota do traballo tutelado.

A planificación das entregas do/s traballo/s escrito/s será comunicada ao longo das 2 primeiras semanas de clase.

### Fuentes de información

<b>Básica</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bellido Guerrero (2006). Manual de nutrición y metabolismo. Díaz de Santos</li> <li>- Biesalski (2007). Nutrición: texto y atlas. Buenos Aires; Madrid: Médica Panamericana</li> <li>- Clark, Nancy (2006). La guía de nutrición deportiva. Badalona: Paidotribo</li> <li>- Gil Hernández, Ángel (2010). Tratado de nutrición. Madrid: Médica Panamericana</li> <li>- Lim, Roach (2010). Lo esencial en metabolismo y nutrición. Barcelona: Elsevier</li> <li>- Marcos, Ascensión (2011). Inmunonutrición. Madrid: Médica Panamericana</li> <li>- Peckenpaugh, Nancy (2010). Nutrition essentials and diet therapy. Saint Louis: Saunders Elsevier</li> <li>- Seignalet, Jean (2004). La alimentación: la 3ª medicina. Barcelona: RBA</li> <li>- Serrano-Ríos (2008). Nutrición y alimentación: nuevas perspectivas. Madrid: McGraw-Hill</li> <li>- Tojo Sierra, Rafael; Leis Trabazo, Rosaura (2009). La dieta atlántica. Santiago de Compostela: Universidade de Santiago</li> <li>- Vázquez, Clotilde; De Cos, A. I.; López-Nomdedeu, C (2005). Alimentación y nutrición. Manual teórico-práctico. Madrid: Díaz de Santos</li> <li>- Willett (2001). Eat, drink and be healthy. New York: Free press</li> </ul>
---------------	---



Complementaría	Proporcionarase xunto cos temas correspondentes
----------------	---

## Recomendacións

### Asignaturas que se recomenda haber cursado previamente

FISIOLOGÍA/651G01003

### Asignaturas que se recomenda cursar simultaneamente

FISIOTERAPIA MANUAL Y OSTEOPÁTICA II/651G01019

### Asignaturas que continúan el temario

### Otros comentarios

(\*) La Guía Docente es el documento donde se visualiza la propuesta académica de la UDC. Este documento es público y no se puede modificar, salvo cosas excepcionales bajo la revisión del órgano competente de acuerdo a la normativa vigente que establece el proceso de elaboración de guías