FICHA IDENTIFICATIVA

Datos de la Asignatura

Código	34371
Nombre	Nutrición y dietética
Ciclo	Grado
Créditos ECTS	6.0
Curso académico	2017 - 2018

Titulación(es)

Titulación	Centro	Curso	Periodo
1200 - Grado de Enfermería	Facultad de Enfermería y Podología	1	Segundo cuatrimestre

Materias

Titulación	Materia	Caracter
1200 - Grado de Enfermería	12 - Farmacología y dietética	Formación Básica

Coordinación

Nombre	Departamento
GABALDON CORONADO, MARIA JOSE	125 - Enfermería

RESUMEN

La materia de Nutrición y Dietética dentro del currículo de grado, pertenece al bloque de materias básicas, formando parte del conjunto de materias de profundización. La asignatura se ubica en el primer año del Grado, en el segundo semestre.

La OMS (1966) definió al profesional de enfermería como aquel capacitado y autorizado para asumir las responsabilidades que exigen el fomento de la salud, la prevención de la enfermedad y la prestación de asistencia a las personas enfermas.

La relación entre el binomio alimentación/salud-enfermedad despierta gran interés desde diferentes ámbitos. Los estudios epidemiológicos muestran, cada vez con mayor evidencia la estrecha relación entre los hábitos alimentarios inadecuados y las patologías crónico degenerativas más prevalentes en nuestro entorno, como son la enfermedad cardiovascular, obesidad, diabetes mellitus, algunos tipos de cánceres, enfermedades del aparato digestivo o la osteoporosis. Por tanto, a través de la dieta podemos obtener un doble objetivo, por una parte la prevención de los procesos antes mencionados, además de alcanzar el máximo potencial de salud y por otro lado como herramienta terapéutica mediante las modificaciones dietéticas que exija el proceso patológico.

Los contenidos de la asignatura estarán organizados en tres unidades temáticas.

La primera contempla los principios que rigen la alimentación y nutrición, desarrollando entre otros, conceptos como balance energético, nutrientes y composición nutricional de los alimentos, estos conocimientos están estrechamente relacionados con otros asignaturas básicas como Fundamentos de Biología y Bioquímica y Fisiología que se impartirán en el primer cuatrimestre.

En la segunda unidad se revisan los requerimientos nutricionales y la alimentación en las distintas etapas del ciclo vital, y se analizan los factores de influencia en el comportamiento alimentario y la valoración del estado nutricional. Estos contenidos están relacionados con las asignaturas de Salud de la mujer, de la sexualidad y la reproducción; Enfermería en la salud infantil y adolescente y Enfermería en la salud gerontogeriátrica que se impartirán en 2º curso.

La unidad temática 3 trata sobre la alimentación en la prevención y tratamiento de enfermedades más prevalentes. Estos contenidos están relacionados con las asignaturas de Fisiopatología (se imparte simultáneamente a esta asignatura) y con Enfermería Médico-quirúrgica I y II que se imparten en segundo y tercer curso, respectivamente.

CONOCIMIENTOS PREVIOS

Relación con otras asignaturas de la misma titulación

No se han especificado restricciones de matrícula con otras asignaturas del plan de estudios.

Otros tipos de requisitos

No se requieren conocimientos previos

COMPETENCIAS

1200 - Grado de Enfermería

- Trabajar en equipo, entendiendo éste como unidad básica en la que se integran, estructuran y organizan, de forma uni o multidisciplinar e interdisciplinar, los y las profesionales y demás personal de las organizaciones asistenciales, como forma de asegurar la calidad de la atención sanitaria.
- Mantener y actualizar la competencia profesional, prestando especial importancia al aprendizaje de manera autónoma de nuevos conocimientos y técnicas y a la motivación por la calidad en la atención a la salud.
- Planificar y prestar cuidados de enfermería dirigidos a las personas, familia o grupos, orientados a los resultados en salud evaluando su impacto, a través de guías de práctica clínica y asistencial, que describen los procesos por los cuales se diagnostica, trata o cuida un problema de salud.
- Promover estilos de vida saludables por parte de la persona, la familia y la comunidad, que fomenten el autocuidado en el manejo de la salud.

- Desarrollar acciones de educación para la salud utilizando las estrategias adecuadas a las personas, familias y comunidades, poniendo al alcance de la población y en un lenguaje comprensible la información científica y las recomendaciones que se deriven.
- Conocer y aplicar técnicas e instrumentos de comunicación desde una perspectiva no sexista, tanto en la relación interpersonal como en las dinámicas de grupo.
- Conocer, valorar críticamente y saber utilizar las fuentes de información clínica, biomédica y sanitaria, para obtener, organizar, interpretar y comunicar la información científica y epidemiológica.
- Ser capaz de formular hipótesis, recolectar y valorar de forma crítica la información para la resolución de problemas aplicando, entre otros, el enfoque de género.
- Conocer y valorar las necesidades nutricionales de las personas sanas y con problemas de salud a lo largo del ciclo vital y según la actividad física, para promover y reforzar pautas de conducta alimentaria saludable. Identificar los nutrientes y los alimentos en que se encuentran. Identificar los problemas nutricionales de mayor prevalencia en mujeres y hombres y seleccionar las recomendaciones dietéticas adecuadas.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE

1. Conocerá los principios teóricos en los que se apoya la alimentación y nutrición como ciencias.

2. Identificará y clasificará los alimentos consumidos en nuestro medio exponiendo sus características nutricionales y características de los métodos de procesamiento.

3. Conocerá las normas a seguir en la manipulación, conservación y procesado de los alimentos.

4. Conocerá y valorará los requerimientos nutricionales del ser humano en las distintas etapas del ciclo vital.

5. Planificará una alimentación equilibrada conociendo las necesidades nutricionales básicas, así como los factores que puedan modificarlas: edad, sexo, actividad física, presencia de enfermedad, cultura, religión, etc.

6. Utilizará e interpretará los distintos parámetros empleados en la valoración del estado nutricional.

7. Conocerá las bases preventivas de las enfermedades nutricionales que afectan a nuestro medio y sabrá elaborar y planificar dietas adecuadas.

8. Valorará las complicaciones más importantes derivadas del tratamiento dietético y definirá los cuidados de enfermería.

9. Valorará e identificará problemas nutricionales y alimentarios y elaborará planes de alimentación a partir de supuestos clínicos.

10. Conocerá los distintos sistemas de información sanitaria nutricional.

11. Sabrá buscar, seleccionar y analizar la información relacionada con temas de dietética y nutrición.

12. Demostrará habilidad para hablar en público argumentando su posicionamiento respecto a un tema concreto.

13. Establecerá una comunicación adecuada con el paciente/familia para valorar su grado de aceptación-colaboración, así como para orientarle acerca de su tratamiento.

DESCRIPCIÓN DE CONTENIDOS

1. Principios de nutrición y alimentación

Tema 1. Introducción al estudio de la nutrición y dietética.

Tema 2. Necesidades energéticas.

Tema 3. Macronutrientes: Hidratos de Carbono, Lípidos y Proteínas.

Tema 4. Micronutrientes y Agua: Vitaminas, minerales.

Tema 5. Los alimentos. Conceptos y clasificación. Alimentos funcionales. Aditivos alimentarios.

Tema 6. Cereales, derivados y tubérculos.

Tema 7. Frutas y verduras.

Tema 8. Leche y derivados lácteos.

Tema 9. Aceites, grasas y frutos secos.

Tema 10. Carnes, pescado, huevos y legumbres.

Tema 11. Miscelánea y alcohol.

Tema 12. Comportamiento alimentario.

2. Nutrición y alimentación en las distintas etapas del ciclo vital.

Tema 13. Valoración del estado nutricional.

Tema 14. Alimentación del adulto sano.

Tema 15. Alimentación y actividad física.

Tema 16. Alimentación en el ciclo vital de la mujer.

Tema 17. Alimentación pediátrica y del adolescente.

Tema 18. Alimentación del anciano/a

3. Dietoterapia

Tema 19: Dietoterapia. Introducción. Alimentación hospitalaria. Factores que condicionan el código de dietas. Características del centro hospitalario. Cuidado nutricional del paciente hospitalizado. Dietas modificadas en energía. hidratos de carbono, proteínas, lípidos y minerales.

Tema 20: Nutrición enteral y parenteral. Definición. Objetivos. Indicaciones y contraindicaciones. Vías de acceso. Características nutricionales de las fórmulas. Complicaciones.

VOLUMEN DE TRABAJO

ACTIVIDAD	Horas	% Presencial
Clases de teoría	50,00	100
Prácticas en aula	8,00	100
Tutorías regladas	2,00	100
Asistencia a eventos y actividades externas	2,00	0
Elaboración de trabajos en grupo	10,00	0
Estudio y trabajo autónomo	50,00	0
Lecturas de material complementario	3,00	0
Preparación de clases de teoría	10,00	0
Preparación de clases prácticas y de problemas	10,00	0
Resolución de cuestionarios on-line	5,00	0
TOTAL	**150,00**	

METODOLOGÍA DOCENTE

- Bloque de conocimientos teóricos: Clase magistral de 50 minutos en las que se expondrán los conocimientos básicos sobre cada tema, combinadas con alguna clase dialogada o realización de ejercicios.

- Clases prácticas: Aplicación de conocimientos teóricos y adquisición de habilidades.

  - Resolución de problema: Valoración, identificación de problemas nutricionales y alimentarios y elaboración de planes de alimentación y/o consejo dietético. Carácter individual.
  - Resolución de problema: Valoración, identificación de problemas nutricionales y alimentarios y elaboración de planes de alimentación y/o consejo dietético. Carácter grupal con preparación de material para la exposición oral.

-Informática. Valoración de la ingesta de alimentos y valoración nutricional de platos y/o menús

-Seminario: Adquirir habilidad y destreza en la medición de parámetros antropométricos.

En la plataforma de Aula Virtual se incorporarán:

- Documentos con los esquemas que se desarrollarán en el aula.

- Artículos y textos para trabajos de grupo y comentarios.

- Ejercicios a resolver por los estudiantes.

- Guías de actividades prácticas.

Paginas Web de interés:

www.eufic.org. Consejo europeo de información sobre la alimentación

www.seh-lelha.org. Sociedad española de Hipertensión.

www.seedo.es. Sociedad española para el estudio de la Obesidad

www.sediabetes.org. Sociedad española de diabetes.

www.nutricioncomunitaria.org. Sociedad española de nutrición comunitaria.

www.fisterra.com. Atención primaria en la red.

- Metodología empleada en actividad no presencial:

  - Foros en plataforma aula virtual sobre temas de interés específicos y que tengan relación con la asignatura.

EVALUACIÓN

-1er bloque (80% de la nota global)

Examen final con 60 preguntas de elección múltiple con 5 opciones de respuesta. Cada 5 respuestas erróneas, restará un acierto. La nota mínima para superar la prueba será de 5 sobre 10. En esta, prueba se evaluarán los contenidos teórico-prácticos de la materia.

-2º bloque (20% de la nota global)

Las clases prácticas son de asistencia obligatoria y su realización condición necesaria para aprobar la asignatura. Este bloque evaluará las diferentes actividades prácticas individuales y grupales planteadas, en las clases prácticas, seminario y otras actividades de aula. Resolución de casos (10%). Seminario y otras actividades prácticas (10%)

REFERENCIAS

Básicas

- Martín Salinas C, Motilla Valeriano T, Díaz Gómez J, Martínez Montero p. Nutrición y Dietética. DAE SL. Madrid. 2000.
- Cervera y cols: Alimentación y Dietética. Interamericana. Madrid. 2004
- Guías alimentarías para la Población Española. SENC. Sociedad Española Nutrición Comunitaria. 2001.
- Mataix J. Nutrición y alimentación humana. Ergón. Madrid. 2002.

Complementarias

- Muñoz M, Aranceta J, García-Jalón. Nutrición aplicada y dietoterapia. Ed. EUNSA. Pamplona 1999.
- Salas-Salvadó J, Bonada i Sanjaune A, Trallero Casañas, R, Saló i Solá M. Nutrición y Dietética clínica. Doyma. Barcelona. 2000.
- Moreiras O, Carvajal A, Cabrera L. Tablas de composición de alimentos. Pirámide. Madrid. 2004
- March L. La cocina mediterránea. Ed Alianza.
- Ortega S. 1080 recetas. Ed. Alianza.