

**FITXA IDENTIFICATIVA****Dades de l'Assignatura**

Codi	34371
Nom	Nutrició i dietètica
Cicle	Grau
Crèdits ECTS	6.0
Curs acadèmic	2017 - 2018

Titulació/titulacions

Titulació	Centre	Curs	Període
1200 - Grau d'Infermeria	Facultat d'Infermeria i Podologia	1	Segon quadrimestre

Matèries

Titulació	Matèria	Caràcter
1200 - Grau d'Infermeria	12 - Farmacología y dietética	Formació Bàsica

Coordinació

Nom	Departament
GABALDON CORONADO, MARIA JOSE	125 - Infermeria

RESUM

La matèria de Nutrició i Dietètica dins del currículum de grau, pertany al bloc de matèries bàsiques, formant part del conjunt de matèries d'aprofundiment. L'assignatura s'ubica en el primer any del Grau, en el segon semestre.

L'OMS (1966) va definir el professional d'infermeria com aquell capacitat i autoritzat per a assumir les responsabilitats que exigixen el foment de la salut, la prevenció de la malaltia i la prestació d'assistència a les persones malaltes.

La relació entre el binomi alimentació/salut-malaltia desperta gran interès des de diferents àmbits. Els estudis epidemiològics mostren, cada vegada amb major evidència l'estreta relació entre els hàbits alimentaris inadequats i les patologies cròniques degeneratives més prevalents en el nostre entorn, com són la malaltia cardiovascular, obesitat, diabetis mellitus, alguns tipus de càncers, malalties de l'aparell digestiva o l'osteoporosi. Per tant, a través de la dieta podem obtenir un doble objectiu, d'una banda la prevenció dels processos abans mencionats, a més d'aconseguir el màxim potencial de salut i per un altre costat com a ferramenta terapèutica per mitjà de les modificacions dietètiques que exigisca el procés patològic.



Els continguts de l'assignatura estaran organitzats en tres unitats temàtiques.

La primera contempla els principis que regixen l'alimentació i nutrició, desenrotllant entre altres, conceptes com a balanç energètic, nutrients i composició nutricional dels aliments, estos coneixements estan estretament relacionats amb altres assignatures bàsiques com a Fonaments de Biologia i Bioquímica i Fisiologia que s'impartiran en el primer quadrimestre.

En la segona unitat es revisen els requeriments nutricionals i l'alimentació en les distintes etapes del cicle vital, i s'analitzen els factors d'influència en el comportament alimentari i la valoració de l'estat nutricional. Estos continguts estan relacionats amb les assignatures de Salut de la dona, de la sexualitat i la reproducció; Infermeria en la salut infantil i adolescent i Infermeria en la salut gerontogeriàtrica que s'impartiran en 2n curs.

La unitat temàtica 3 tracta sobre l'alimentació en la prevenció i tractament de malalties més prevalents. Estos continguts estan relacionats amb les assignatures de Fisiopatologia (s'impartix simultàniament a esta assignatura) i amb Infermeria Mèdico -quirúrgica I i II que s'impartixen en segon i tercer curs, respectivament.

CONEIXEMENTS PREVIS

Relació amb altres assignatures de la mateixa titulació

No heu especificat les restriccions de matrícula amb altres assignatures del pla d'estudis.

Altres tipus de requisits

No es requerixen coneixements previs.

COMPETÈNCIES

1200 - Grau d'Infermeria

- Treballar en equip, entenent aquest com a unitat bàsica en què s'integren, estructuren i organitzen, de forma uni- o multidisciplinària i interdisciplinària, els professionals i altre personal de les organitzacions assistencials, com a forma d'assegurar la qualitat de l'atenció sanitària.
- Mantenir i actualitzar la competència professional, prestant una importància especial a l'aprenentatge de manera autònoma de nous coneixements i tècniques i a la motivació per la qualitat en l'atenció a la salut.
- Planificar i prestar cures d'infermeria dirigides a persones, família o grups, orientats als resultats en salut, i avaluar-ne l'impacte mitjançant guies de pràctica clínica i assistencial, que descriuen els processos pels quals es diagnostica, tracta o cuida un problema de salut.
- Promoure estils de vida saludables per part de la persona, la família i la comunitat, que fomenten l'autocura en el maneig de la salut.



- Desenvolupar accions d'educació per a la salut utilitzant les estratègies adequades a les persones, famílies i comunitats, i posar a l'abast de la població i en un llenguatge comprensible la informació científica i les recomanacions que se'n deriven.
- Conèixer i aplicar tècniques i instruments de comunicació des d'una perspectiva no sexista, tant en la relació interpersonal com en les dinàmiques de grup.
- Conèixer, valorar críticament i saber utilitzar les fonts d'informació clínica, biomèdica i sanitària, per obtenir, organitzar, interpretar i comunicar la informació científica i epidemiològica.
- Ser capaç de formular hipòtesis, recollir i valorar de forma crítica la informació per a la resolució de problemes aplicant, entre d'altres, l'enfocament de gènere.
- Conèixer i valorar les necessitats nutricionals de les persones sanes i amb problemes de salut al llarg del cicle vital i segons l'activitat física, per promoure i reforçar pautes de conducta alimentària saludable. Identificar els nutrients i els aliments en què es troben. Identificar els problemes nutricionals de més prevalença en dones i homes i seleccionar les recomanacions dietètiques adequades.

RESULTATS DE L'APRENTATGE

1. Coneixerà els principis teòrics en els quals es dona suport l'alimentació i nutrició com a ciències.
2. Identificarà i classificarà els aliments consumits en el nostre mitjà exposant les seues característiques nutricionals i característiques dels mètodes de processament.
3. Coneixerà les normes a seguir en la manipulació, conservació i processat dels aliments.
4. Coneixerà i valorarà els requeriments nutricionals del ser humà en les diferents etapes del cicle vital.
5. Planificarà una alimentació equilibrada coneixent les necessitats nutricionals bàsiques, així com els factors que puguin modificar-les: edat, sexe, activitat física, presència de malaltia, cultura, religió, etc.
6. Utilitzarà i interpretarà els diferents paràmetres emprats en la valoració de l'estat nutricional.
7. Coneixerà les bases preventives de les malalties nutricionals que afecten al nostre mitjà i sabrà elaborar i planificar dietes adequades.
8. Valorarà les complicacions més importants derivades del tractament dietètic i definirà les cures d'infermeria.
9. Valorarà i identificarà problemes nutricionals i alimentaris i elaborarà plans d'alimentació a partir de supòsits clínics.
10. Coneixerà els diferents sistemes d'informació sanitària nutricional.
11. Sabrà cercar, seleccionar i analitzar la informació relacionada amb temes de dietètica i nutrició.



12. Demostrarà habilitat per a parlar en públic argumentant el seu posicionament respecte a un tema concret.

13. Establirà una comunicació adequada amb el pacient/família per a valorar el seu grau d'acceptació-col·laboració, així com per a orientar-li sobre el seu tractament.

DESCRIPCIÓ DE CONTINGUTS

1. Principis de nutrició i alimentació

Tema 1. Introducció a l'estudi de la nutrició i dietètica.

Tema 2. Necessitats energètiques.

Tema 3. Macronutrients: Hidrats de Carboni, Lípids i Proteïnes.

Tema 4. Micronutrients i Aigua: Vitamines, minerals.

Tema 5. Els aliments. Conceptes i classificació. Aliments funcionals. Additius alimentaris.

Tema 6. Cereals, derivats i tubèrculs.

Tema 7. Fruïtes i verdures.

Tema 8. Llet i derivats lactis.

Tema 9. Olis, greixos i fruïtes seques.

Tema 10. Carns, peix, ous i llegums.

Tema 11. Miscel·lània i alcohol.

Tema 12. Comportament alimentari.

2. Nutrició i alimentació en les distintes etapes del cicle vital

Tema 13. Valoració de l'estat nutricional.

Tema 14. Alimentació de l'adult sa.

Tema 15. Alimentació i activitat física.

Tema 16. Alimentació en el cicle vital de la dona.

Tema 17. Alimentació pediàtrica i de l'adolescent.



Tema 18. Alimentació de l'ancià/a

3. Dietoteràpia

Tema 19: Dietoteràpia. Introducció. Alimentació hospitalària. Factors que condicionen el codi de dietes. Característiques del centre hospitalari. Atenció nutricional del pacient hospitalitzat. Dietes modificades en energia. Hidrats de carboni, proteïnes, lípids i minerals.

Tema 20: Nutrició enteral i parenteral. Definició. Objectius. Indicacions i contraindicacions. Vies d'accés. Característiques nutricionals de les fórmules. Complicacions

VOLUM DE TREBALL

ACTIVITAT	Hores	% Presencial
Classes de teoria	50,00	100
Pràctiques en aula	8,00	100
Tutories reglades	2,00	100
Assistència a esdeveniments i activitats externes	2,00	0
Elaboració de treballs en grup	10,00	0
Estudi i treball autònom	50,00	0
Lectures de material complementari	3,00	0
Preparació de classes de teoria	10,00	0
Preparació de classes pràctiques i de problemes	10,00	0
Resolució de qüestionaris on-line	5,00	0
TOTAL	150,00	

METODOLOGIA DOCENT

- Bloc de coneixements teòrics: Classe magistral de 50 minuts en les quals s'exposaran els coneixements bàsics sobre cada tema, combinades amb alguna classe dialogada o realització d'exercicis.

- Classes pràctiques: Aplicació de coneixements teòrics i adquisició d'habilitats.

Resolució de problema: Valoració, identificació de problemes nutricionals i alimentaris i elaboració de plans d'alimentació i/o consell dietètic. Caràcter individual.

Resolució de problema: Valoració, identificació de problemes nutricionals i alimentaris i elaboració de plans d'alimentació i/o consell dietètic. Caràcter grupal amb preparació de material per a l'exposició oral.

- Informàtica. Valoració de la ingesta d'aliments i valoració nutricional de plats i/o menús

- Seminari: Adquirir habilitat i destresa en el mesurament de paràmetres antropomètrics.

En la plataforma d'Aula Virtual s'incorporaran:

- Documents amb els esquemes que es desenvoluparan en l'aula.

- Articles i textos per a treballs de grup i comentaris.



- Exercicis a resoldre pels estudiants.
- Guies d'activitats pràctiques.

Paginas Web d'interès:

www.eufic.org. Consell europeu d'informació sobre l'alimentació
www.seh-lelha.org. Societat espanyola de Hipertensió.
www.seedo.es. Societat espanyola per a l'estudi de l'Obesitat
www.sediabetes.org. Societat espanyola de diabetis.
www.nutricioncomunitaria.org. Societat espanyola de nutrició comunitària.
www.fisterra.com. Atenció primària en la xarxa.

- Metodologia emprada en activitat no presencial:
Fòrums en plataforma aula virtual sobre temes d'interès específics i que tinguen relació amb l'assignatura.

AVALUACIÓ

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

Examen final amb 60 preguntes d'elecció múltiple amb 5 opcions de resposta. Cada 5 respostes errònies, restarà un encert. La nota mínima per a superar la prova serà de 5 sobre 10. En aquesta, prova s'avaluaran els continguts teòric-pràctics de la matèria.

-2º bloc (20% de la nota global)

Les classes pràctiques són d'assistència obligatòria i la seua realització condició necessària per a aprovar l'assignatura. Aquest bloc avaluarà les diferents activitats pràctiques individuals i grupals plantejades, en les classes pràctiques, seminari i altres activitats d'aula. Resolució de casos (10%). Seminari i altres activitats pràctiques (10%)

REFERÈNCIES

Bàsiques

- 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 alimentarias para la Población Española. SENC. Sociedad Española Nutrición Comunitaria. 2001.
- Mataix J. Nutrición y alimentación humana. Ergón. Madrid. 2002.



Complementàries

- 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.