

Guia docent de l'assignatura "Nutrició"

2011/2012

Codi: 101821

Crèdits ECTS: 6

Titulació	Pla	Tipus	Curs	Semestre
2500891 Infermeria	830 Graduat en Infermeria	FB	1	2

Contacte

Nom : Maria Dolores Juanola Pagés

Email : MariaDolores.Juanola@uab.cat

Utilització d'idiomes

Llengua vehicular majoritària: català (cat)

Algun grup íntegre en anglès: No

Algun grup íntegre en català: Sí

Algun grup íntegre en espanyol: No

Prerequisits

No hi ha prerequisits

Objectius i contextualització

Objectius

Aquesta assignatura pretén formar al/la estudiant en les competències que necessiten les infermeres per poder oferir serveis assistencials de manera eficient i efectiva. Aporta els coneixements necessaris de bioquímica, nutrició i alimentació per poder ajudar a les persones a gestionar la necessitat d'alimentar-se consensuant i pactant l'alimentació equilibrada o la dieta terapèutica que necessiten segons la situació de salut, l'edat, el gènere, els factors socials i culturals.

També aporta els coneixements bàsics sobre les dietes terapèutiques perquè la infermera pugui cuidar i facilitar els processos d'aprenentatge de les persones amb problemes de salut.

Els coneixements d'aquesta assignatura es construeixen sobre les bases aportades per l'Estructura del Cos Humà, Funció del Cos Humà i Cultura, Societat i Salut.

Els continguts teòrics d'aquesta assignatura s'imparteixen durant el segon semestre de primer curs i s'integren amb l'assignatura de bases ètiques, gestió i qualitat de les cures infermeres mitjançant casos/problemes relacionats amb la necessitat d'alimentar-se. Aquesta necessitat es continua treballant amb les Bases Metodològiques de la Infermeria de segon curs.

Al mateix temps aquesta assignatura serveix de base teòrica per altres assignatures de cursos superiors com són: Farmacologia, Cures Infermeres a l'Adult I i II, Cures Infermeres Durant el Procés d'Envellir, Cures Infermeres a la Infància, Adolescència i a la Dona i Cures Infermeres en Situacions Complexes.

Els coneixements obtinguts es seleccionen per aplicar durant els Pràcticums.

Objectius

- Explicar els principis nutricionals implicats en les cures infermeres.
- Descriure els nutrients, el seu metabolisme, les seves funcions.

- Explicar els principis dietètics implicats en els processos d'educació per a la salut de les persones.
- Seleccionar les recomanacions dietètiques adequades per al tractament de les persones segons cada problema de salut.
- Identificar les necessitats nutricionals de les persones amb salut o amb problemes de salut.
- Identificar les malalties desencadenades per bacteris i la seva relació amb altres factors socio-ambientals.
- Dissenyar dietes pertinents a les persones amb salut.
- Determinar els problemes que es presenten amb més freqüència quan les persones amb perfil de risc cardiovascular no segueixen la dieta. Proposar les intervencions més efectives pel seu seguiment i adhesió al tractament.
- Determinar les dades necessàries per recollir informació sobre l'alimentació d'un dia d'una persona adulta.
- Elaborar els criteris d'alimentació saludable.
- Analitzar els factors biopsicosocials que influeixen en l'alimentació de les persones.
- Identificar les manifestacions que orienten cap a un desequilibri de l'alimentació.
- Definir els objectius per consensuar amb la persona atesa.
- Determinar alternatives per poder alimentar-se de manera saludable segons les característiques i possibilitats de cada persona, tot considerant els factors biopsicosocials.
- Determinar alternatives per poder fer una dieta terapèutica segons les característiques i possibilitats de cada persona, tot considerant els factors biopsicosocials.
- Determinar els criteris necessaris per avaluar l'adhesió a la dieta.
- Determinar pautes personals d'elaboració i de preparació d'aliments que suposin un estalvi pel medi ambient.
- Buscar informació, seleccionar-la i estudiar-la per a la discussió grupal

Competències i resultats d'aprenentatge

1469:E01 - Oferir una atenció sanitària tècnica i professional adequada a les necessitats de salut de les persones ateses, d'acord amb l'estat de desenvolupament dels coneixements científics de cada moment i amb els nivells de qualitat i seguretat que s'estableixen a les normes legals i deontològiques aplicables.

1469:E01.18 - Explicar principis dietètics implicats en les activitats d'infermeria adreçades a l'educació sanitària en l'alimentació.

1469:E01.19 - Explicar principis nutricionals implicats en les activitats d'infermeria adreçades a l'educació sanitària en l'alimentació.

1469:E10 - Protegir la salut i el benestar de les persones o grups atesos i garantir-ne la seguretat.

1469:E10.05 - Dissenyar dietes adequades per a persones sanes i per a les patologies més freqüents.

1469:G02 - Desenvolupar estratègies d'aprenentatge autònom.

1469:G02.00 - Desenvolupar estratègies d'aprenentatge autònom.

1469:T01 - Analitzar i sintetitzar fenòmens complexos.

1469:T01.00 - Analitzar i sintetitzar fenòmens complexos.

1469:T03 - Identificar, analitzar i prendre l'opció resolutiva més adequada per donar resposta als

problemes de l'àmbit professional, de manera eficient i eficaç.

1469:T03.00 - Identificar, analitzar i prendre l'opció resolutiva més adequada per donar resposta als problemes de l'àmbit professional, de manera eficient i eficaç.

1469:T09 - Respectar el medi ambient i fomentar el desenvolupament sostenible

1469:T09.00 - Respectar el medi ambient i fomentar el desenvolupament sostenible

Continguts

Continguts

Unitat I. Energia i nutrients

- Estructura i propietats dels nutrients. Requeriments i recomanacions generals
- Carbohidrats simples i complexes
- Lípids: greixos saturats i insaturats; lípids essencials
- Proteïnes i aminoàcids
- Vitamines
- Minerals i oligoelements
- Aigua
- Fibra vegetal
- Homeòstasi de l'energia
- Bioquímica de les transferències d'energia
- Despesa energètica
- Requeriments energètics individuals
- Valor calòric dels nutrients

Unitat II. Digestió, absorció i metabolisme dels nutrients

- Carbohidrats
- Lípids. Transport de lípids en la sang
- Proteïnes i altres compostos nitrogenats. Balanç nitrogenat
- Interrelacions metabòliques entre òrgans durant el cicle aliment-dejú. Regulació hormonal
- Homeòstasi calòrica i glucídica en el dejú
- Interrelacions metabòliques en diferents estats nutricionals, hormonals i patològics: exercici, embaràs, lactància, obesitat, diabetis, estrès, ingesta d'alcohol.
- Diances terapèutiques per a la correcció dels desequilibris nutricionals

Unitat III. Valoració de l'estat nutricional

- Antropometria. Índex de massa corporal, perímetres de cintura i maluc, plecs cutànis

Unitat IV. Grups d'aliments: composició, característiques i importància per a la salut

- Aliments rics en proteïnes i lípids

- Grup de la llet i derivats
- Grup de les carns, peixos i ous
 - Aliments rics en carbohidrats i fibra
- Grup dels cereals, tubercles i llegums.
- Grup de les fruites, verdures i hortalisses
 - Altres aliments
- Grup miscel·lània: alcohol, additius, contaminants

Unitat V. Alimentació saludable

- Característiques de l'equilibri nutricional.
- L'equilibri alimentari qualitatiu i quantitatiu. Taules de composició d'aliments. Racions d'aliments. Comportament alimentari. Valoració de l'alimentació.
- La necessitat d'una alimentació saludable en cada etapa de la vida. Factors biològics, psicològics, socials i culturals que influeixen en el comportament alimentari. Valoració i recomanacions.

Unitat VI Dietes terapèutiques

- Introducció a la dietoteràpia.
- Cada dieta s'estructura de la següent manera:

Objectius. Característiques de la dieta. Valoració de necessitats, identificació dels problemes. Formulació d'objectius. Proposar i justificar les intervencions educatives per la persona assistida i la família. Confeccionar la dieta amb la persona. Realització d'una dieta. Problemàtica de l'acompliment de les dietes terapèutiques. Avaluació. Continuitat assistencial de la persona atesa per mantenir l'adherència a la dieta.

- La necessitat d'alimentació de les persones amb problemes de salut més prevalents i/o d'alt impacte
- Manipulació i reglamentació dels aliments: problemes més prevalents
- Conservació dels aliments: objectius, tractaments, envasos alimentaris. Medi ambient sostenible.

Metodologia

Els continguts d'aquesta assignatura primer s'imparteixen amb classes magistrals participatives i paral·lelament es fan seminaris de discussió de casos per tal de mobilitzar els coneixements necessaris segons cada cas.

Posteriorment, l'estudiant participa en sessions d'aprenentatge basat en problemes (ABP) mitjançant sessions presencials.

Activitats formatives

Activitat	Hores	ECTS	Resultats d'aprenentatge
Tipus: Dirigides			
1 Classes teòriques	18	0.72	1469:E01.18 , 1469:E01.19 , 1469:E10.05

2 Seminaris amb metodologia centrada en l'estudiant. De discussió de problemes i casos	10	0.4	1469:E01.18 , 1469:E01.19 , 1469:E10.05
3 Aprenentatge basat en problemes	24	0.96	1469:E10.05 , 1469:T01.00 , 1469:T03.00 , 1469:T09.00 , 1469:G02.00
4 Activitats autònomes Estratègies de cerca i bases de dades bibliogràfiques. Estudi i realització d'esquemes, síntesi i resums de les evidències trobades. Lectura crítica	90	3.6	1469:E01.18 , 1469:T03.00 , 1469:E01.19 , 1469:E10.05 , 1469:T01.00 , 1469:G02.00

Avaluació

Avaluació

Hi ha diferents mètodes d'avaluació: prova escrita, seminaris i avaluació formativa durant l'ABP.

Seminaris (Unitats I-IV)

Proves escrites sobre els problemes que es treballen, presenten i discuteixen en cada seminari, amb inclusió dels continguts teòrics corresponents. Els resultats i criteris d'avaluació de cada prova són comentats en cada seminari.

Prova escrita final (Unitats I-IV)

Prova final sobre els continguts teòrics i dels seminaris amb el format d'una part de test multirresposta i l'altra de problemes i de qüestions conceptuals (50% de la nota cada part)

Revisió de proves:

Els resultats de les avaluacions es publiquen al Web així com el dia i l'hora que l'estudiant pot fer la revisió de les proves d'avaluació amb el professorat.

Avaluació de l'ABP (Unitats V i VI)

Evidències que l'estudiant ha de lliurar:

ABP: Hipòtesis, paraules claus/descriptors, objectius a assolir i pla de treball

Proposta d'alimentació saludable per a persones amb salut.

Proposta de dietes terapèutiques per a persones amb diferents problemes de salut

Nota final:

- Per aprovar l'assignatura cal tenir aprovades cada una de les parts:

- A) Per una part les unitats I,II,III i IV
- B) Per l'altre part les unitats V i VI

- S'obté amb el sumatori de les avaluacions de les dues parts A i B

Definició de no presentat :

Quan l'estudiant no s'ha presentat a una de les modalitats d'avaluació exposades.

Per a les unitats V i VI amb mètode ABP: es considera no presentat quan l'estudiant ha faltat al 30% de les sessions d'ABP.

Estudiants amb situacions particulars:

Davant d'eventuals casos particulars s'estableix una comissió avaluadora configurada a tal efecte

Activitats d'avaluació

Activitat	Pes	Hores	ECTS	Resultats d'aprenentatge
1 Prova escrita (Unitats I-IV)	A partir d'un 20%	3	0.12	1469:E01.18 , 1469:E01.19 , 1469:E10.05 , 1469:T01.00
2 Avaluació dels seminaris (Unitats I-IV)	Fins un 40%	2	0.08	1469:E01.18 , 1469:T01.00 , 1469:E01.19 , 1469:E10.05 , 1469:G02.00
3 Aprenentatge basat en problemes (Unitats V i VI)	50%	3	0.12	1469:E01.18 , 1469:T03.00 , 1469:T09.00 , 1469:T01.00 , 1469:E01.19 , 1469:E10.05 , 1469:G02.00

Bibliografia

Bibliografia específica

Unitats I-II-III-IV

- DEVLIN T.M. Bioquímica. Libro de texto con aplicaciones clínicas. 4ª edición. Reverté, 2004
- BAYNES J.W., DOMINICZAK M.H. Bioquímica Médica. 2ª edición. Elsevier, 2006
- BIESALSKI H.K., GRIMM P. Nutrición. Texto y atlas. Editorial Médica Panamericana, 2007

Unitats V-VI

- Acosta Delgado D., et al. Guías alimentarias para la población española: recomendaciones para una dieta saludable. Madrid: Sociedad Española de Nutrición Comunitaria, 2001.
- Astiasarán I. Alimentos . Composición y propiedades . Madrid: McGraw-Hill Interamericana de España, 2000.
- Campo M.A. Fernández C. Guia de Pràctica Clínica. Procés d'Infermeria. Diagnòstic. Planificació. Avaluació. Barcelona: Fundació Jordi Gol i Gurina, 2000.
- Campo M.A. Et al. Guia de Pràctica Clínica. Procés d'Infermeria. Valoració. Barcelona: Fundació Jordi Gol i Gurina, 2000.
- Centre d'Ensenyament Superior de Nutrició i Dietètica. Tablas de composición de alimentos del CESNID / Taules de composició d'aliments del CESNID.

2a ed. Barcelona: Edicions Universitat de Barcelona, 2004

- Cervera P., Clapés J., Rigolfas R. Alimentación y dietoterapia : nutrición aplicada en la salud y la enfermedad. Madrid : McGraw-Hill-Interamericana, 2005

- OMS. Dieta, nutrición y prevención de enfermedades crónicas . Ginebra: Organización Mundial de la Salud, 2003.
- Mataix Verdú J. Nutrición y alimentación humana. Madrid: Ergon, 2002.
- Mataix Verdú J. Nutrición y alimentación humana v. II Situaciones fisiológicas y patológicas. Madrid: Ergón, 2009.
- Matraix Verdú J. Nutrición para educadores. Madrid : Díaz de Santos, 2005
- Muñoz M., Aranceta J., García-Jalón I. Nutrición aplicada y dietoterapia . Pamplona: EUNSA, 2004.
- Muñoz Hornillos M., Aranceta Bartrina J., Guijarro García J.L. Libro Blanco de la Alimentación de los Mayores. Madrid : Editorial Médica Panamericana, 2005.
- Salas-Salvador J. et al. Nutrición y dietética clínica. Barcelona: Doyma, 2000.
- Serra Majem L., Aranceta Bartrina J. Nutrición y salud pública: métodos, bases científicas y aplicaciones. Barcelona: Masson, 2006.