

Nutrició

Codi: 101821
Crèdits: 6

Titulació	Típus	Curs	Semestre
2500891 Infermeria	FB	1	2

Professor de contacte

Nom: Xènia Sist Viaplana
Correu electrònic: Xenia.Sist@uab.cat

Utilització d'idiomes a l'assignatura

Llengua vehicular majoritària: català (cat)
Grup íntegre en anglès: No
Grup íntegre en català: Sí
Grup íntegre en espanyol: No

Equip docent

Fernando Picatoste Ramón
Miguel Jiménez Pera
Xènia Sist Viaplana
Victor Jose Yuste Mateos
Jose Ramon Bayascas Ramirez
Maria Antonia Baltrons Soler
Carmen Bono Vosseler
Antonia Arreciado Marañón

Prerequisits

No hi ha prerequisits

Objectius

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 continguts s'apliquen cursen els pràcticums.

Competències

- Analitzar i sintetitzar fenòmens complexos.
- Desenvolupar estratègies d'aprenentatge autònom.
- Identificar, analitzar i prendre l'opció resolutiva més adequada per donar resposta als problemes de l'àmbit professional, de manera eficient i eficaç.
- 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.
- Protegir la salut i el benestar de les persones o grups atesos garantint la seva seguretat.
- Respectar el medi ambient i fomentar el desenvolupament sostenible.

Resultats d'aprenentatge

1. Analitzar i sintetitzar fenòmens complexos.
2. Desenvolupar estratègies d'aprenentatge autònom.
3. Determinar els problemes que es presenten amb més freqüència quan les persones amb problemes de salut no segueixen la dieta terapèutica planificada, proposant intervencions efectives per a l'adhesió a la dieta.
4. Dissenyar dietes adequades per a persones sanes i per a les patologies més freqüents.
5. Explicar principis dietètics implicats en les activitats d'infermeria adreçades a l'educació sanitària en l'alimentació.
6. Explicar principis nutricionals implicats en les activitats d'infermeria adreçades a l'educació sanitària en l'alimentació.
7. Identificar, analitzar i prendre l'opció resolutiva més adequada per donar resposta als problemes de l'àmbit professional, de manera eficient i eficaç.
8. Identificar les necessitats nutricionals de les persones sanes i/o afectades per problemes de salut.
9. Respectar l'entorn medi ambiental i fomentar el desenvolupament sostenible.
10. Seleccionar les recomanacions dietètiques adequades al tractament de les persones segons els problemes de salut.

Continguts

Continguts

Unitat I. Energia i nutrients

- Estructura i propietats dels nutrients. Requeriments i recomanacions generals
- Carbohidrats simples i complexos
- 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, diabetis, estrès....
- 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 cutanis

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:

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: estratègies.

Metodologia

Els continguts d'aquesta assignatura primer s'imparteixen amb classes teòriques 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 amb un grup d'estudiants i un/a professora/a tutor/a.

Activitats formatives

Títol	Hores	ECTS	Resultats d'aprenentatge
Tipus: Dirigides			
SEMINARIS ESPECIALITZATS (SESP)	32	1,28	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10
TEORIA (TE)	21	0,84	1, 4, 5, 6
Tipus: Autònomes			
ELABORACIÓ DE TREBALLS/ ESTUDI PERSONAL/ LECTURA D'ARTICLES / INFORMES D'INTERÈS	90	3,6	1, 2, 4, 5, 6, 7

Avaluació

Avaluació

Hi ha diferents mètodes d'avaluació: prova escrita, seminaris i avaluació del treball en grup durant els seminaris especialitzats amb l'ABP:

- **Seminaris especialitzats** (Unitats I-IV): Proves d'assaig sobre els problemes que es treballen, presenten i discuteixen en cada seminari (50%), amb inclusió dels continguts teòrics corresponents que poden preguntar-se amb el format d'ítems de selecció multiresposta (50%). **Prova escrita final** (Unitats I-IV). Prova d'assaig sobre els continguts teòrics i dels seminaris (pes 50%) i amb el format d'ítems de selecció multiresposta (50%). **La nota final conjunta d'aquesta part**, sobre 10 punts, constarà així de **2 components**: 1. **La mitjana** de les notes obtingudes en **2 proves** escrites d'avaluació continuada que es faran en horari de Seminaris (**30%**). 2. **La nota** obtinguda en la prova escrita de caràcter global (**70%**).

La nota global dels apartats Unitats I-IV constitueix el 50% de la nota final de l'assignatura.

L'avaluació del treball en grup es realitza durant Seminaris especialitzats: 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 amb un 5 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 la mitjana de les avaluacions de les dues parts A i B, si cadascuna de les parts està aprovada amb un 5 en l'escala 0-10.

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.

Definició de no avaluable : 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 avaluable 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.

Els estudiants que no hagin superat l'assignatura per mitjà de l'avaluació continuada es podran presentar a una prova de síntesi.

Activitats d'avaluació

Títol	Pes	Hores	ECTS	Resultats d'aprenentatge
Avaluació del treball en grup	50%	2	0,08	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10
Avaluació escrita mitjançant proves objectives: ítems de selecció i proves d'assaig	50%	5	0,2	1, 2, 4, 5, 6

Bibliografia

Bibliografia específica

Unitats I-II-III-IV

DEVLIN TM. Bioquímica. Libro de texto con aplicaciones clínicas. 4ª edición. Barcelona: Reverté; 2004.

BAYNES JW, DOMINICZAK MH. Bioquímica Médica. 3ª edición. Barcelona: Elsevier; 2011.

BIESALSKI HK, GRIMM P. Nutrición. Texto y atlas. Madrid: 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.

Agencia Española de Consumo, Seguridad Alimentaria y Nutrición. Madrid: Ministerio de Sanidad, Servicios sociales e Igualdad. <http://www.aesan.msssi.gob.es/aesan/web>

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. 2º ed. Modificada i augmentada. 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.

Sociedad Española de Dietetica y Ciencias de la Alimentación. Madrid:SEDCA <http://www.nutricion.org/>