

Nutrición

Código: 101821
Créditos ECTS: 6

Titulación	Tipo	Curso	Semestre
2500891 Enfermería	FB	1	2

Contacto

Nombre: Xènia Sist Viaplana
Correo electrónico: Xenia.Sist@uab.cat

Uso de idiomas

Lengua vehicular mayoritaria: catalán (cat)
Algún grupo íntegramente en inglés: No
Algún grupo íntegramente en catalán: Sí
Algún grupo íntegramente en español: No

Equipo docente

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

Prerequisitos

Ninguno.

Objetivos y contextualización

Esta asignatura pretende formar al estudiante en las competencias que necesitan las enfermeras para poder ofrecer servicios asistenciales de manera eficiente y efectiva. Aporta los conocimientos necesarios de bioquímica, nutrición y alimentación para poder ayudar a las personas a gestionar la necesidad de alimentarse, consensuando y pactando la alimentación equilibrada o la dieta terapéutica pertinente según la situación de salud, edad, género y factores sociales y culturales.

También aporta los conocimientos básicos sobre las dietas terapéuticas para que la enfermera pueda cuidar y facilitar los procesos de aprendizaje de las personas con problemas de salud.

Los conocimientos de esta asignatura se construyen sobre las bases aportadas por la Estructura del Cuerpo Humano, Función del Cuerpo Humano y Cultura, Sociedad y Salud.

Los contenidos teóricos de esta asignatura se imparten durante el segundo semestre del primer curso y se integran con la asignatura de Bases Éticas, Gestión y Calidad de los Cuidados Enfermeros mediante casos/problemas relacionados con la necesidad de alimentarse. Esta necesidad se sigue trabajando con las Bases Metodológicas de la Enfermería de segundo curso.

Al mismo tiempo esta asignatura sirve de base teórica para otras asignaturas de cursos superiores como Farmacología, Cuidados Enfermeros en el Adulto I y II, Cuidados Enfermeros durante el Proceso de Envejecimiento, Cuidados Enfermeros en la Infancia, Adolescencia y en la Mujer y Cuidados Enfermeros en Situaciones Complejas. Los contenidos se aplican durante los prácticos.

Competencias

- Analizar y sintetizar fenómenos complejos.
- Desarrollar estrategias de aprendizaje autónomo.
- Identificar, analizar y tomar la opción resolutoria más adecuada para dar respuesta a los problemas del ámbito profesional, de forma eficiente y eficaz.
- Prestar una atención sanitaria técnica y profesional adecuada a las necesidades de salud de las personas que atienden, de acuerdo con el estado de desarrollo de los conocimientos científicos de cada momento y con los niveles de calidad y seguridad que se establecen en las normas legales y deontológicas aplicables.
- Proteger la salud y el bienestar de las personas o grupos atendidos, garantizando su seguridad.
- Respetar el entorno medio ambiental y fomentar el desarrollo sostenible.

Resultados de aprendizaje

1. Analizar y sintetizar fenómenos complejos.
2. Desarrollar estrategias de aprendizaje autónomo.
3. Determinar los problemas que se presentan con más frecuencia cuando las personas con problemas de salud no siguen la dieta terapéutica planificada, proponiendo intervenciones efectivas para la adhesión a la dieta.
4. Diseñar dietas adecuadas en personas sanas y en las patologías más prevalentes.
5. Explicar principios dietéticos implicados en las actividades enfermeras dirigidas a educación sanitaria en la alimentación.
6. Explicar principios nutricionales implicados en las actividades enfermeras dirigidas a educación sanitaria en la alimentación.
7. Identificar, analizar y tomar la opción resolutoria más adecuada para dar respuesta a los problemas del ámbito profesional, de forma eficiente y eficaz.
8. Identificar las necesidades nutricionales de las personas sanas y/o afectadas por problemas de salud.
9. Respetar el entorno medio ambiental y fomentar el desarrollo sostenible.
10. Seleccionar las recomendaciones dietéticas adecuadas al tratamiento de las personas según los problemas de salud.

Contenido

Unidad I. Energía y nutrientes

- Estructura y propiedades de los nutrientes. Requisitos y recomendaciones generales.
 - Carbohidratos simples y complejos
 - Lípidos: grasas saturadas e insaturadas; lípidos esenciales
 - Proteínas y aminoácidos
 - Vitaminas

- Minerales y oligoelementos
- Agua
- Fibra vegetal
- Homeostasis de la energía
 - Bioquímica de las transferencias de energía
 - Gasto energético
 - Requisitos energéticos individuales
 - Valor calórico de los nutrientes

Unidad II. Digestión, absorción y metabolismo de los nutrientes

- Carbohidratos
- Lípidos. Transporte de lípidos en la sangre
- Proteínas y otros compuestos nitrogenados. Balance nitrogenado
- Interrelaciones metabólicas entre órganos durante el ciclo alimento-ayuno. Regulación hormonal
- Homeostasis calórica y glucémica en el ayuno
- Interrelaciones metabólicas en diferentes estados nutricionales, hormonales y patológicos: ejercicio, diabetes, estrés, etc.
- Dianas terapéuticas para la corrección de los desequilibrios nutricionales

Unidad III. Valoración del estado nutricional

- Antropometría. Índice de masa corporal, perímetros de cintura y cadera, pliegues cutáneos

Unidad IV. Grupos de alimentos: composición, características e importancia para la salud.

- Alimentos ricos en proteínas y lípidos. Grupo de la leche y derivados. Grupo de las carnes, pescados y huevos
- Alimentos ricos en carbohidratos y fibra. Grupo de los cereales, tubérculos y legumbres. Grupo de las frutas, verduras y hortalizas
- Otros alimentos. Grupo miscelánea: alcohol, aditivos, contaminantes

Unidad V. Alimentación saludable

- Características del equilibrio nutricional.
- El equilibrio alimenticio cualitativo y cuantitativo. Tablas de composición de alimentos. Raciones de alimentos. Comportamiento alimenticio. Valoración de la alimentación.
- La necesidad de una alimentación saludable en cada etapa de la vida. Factores biológicos, psicológicos, sociales y culturales que influyen en el comportamiento alimenticio. Valoración y recomendaciones.

Unidad VI. Dietas terapéuticas

- Introducción a la dietoterapia.
- Cada dieta se estructura de la siguiente manera:

Características de la dieta. Valoración de necesidades, identificación de los problemas. Formulación de objetivos. Propuesta y justificación de las intervenciones educativas para la persona asistida y la familia. Confección de la dieta con la persona. Realización de una dieta. Problemática del cumplimiento de las dietas terapéuticas. Evaluación. Continuidad asistencial de la persona atendida para mantener la adherencia a la dieta.

- La necesidad de alimentación de las personas con problemas de salud más prevalentes y/o de alto impacto.

- Manipulación y reglamentación de los alimentos: problemas más prevalentes.
- Conservación de los alimentos: objetivos, tratamientos, envases alimenticios. Medio ambiente sostenible: estrategias.

Metodología

Los contenidos de esta asignatura se imparten en clases teóricas participativas y paralelamente se organizan seminarios de discusión de casos con el fin de movilizar los conocimientos necesarios según cada situación.

Posteriormente, el estudiante participa en sesiones de aprendizaje basado en problemas (ABP) mediante sesiones presenciales con un grupo de estudiantes y un profesor tutor.

Actividades

Título	Horas	ECTS	Resultados de aprendizaje
Tipo: Dirigidas			
SEMINARIOS ESPECIALIZADOS (SESP)	32	1,28	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10
TEORÍA (TE)	21	0,84	1, 4, 5, 6
Tipo: Autónomas			
ELABORACIÓN DE TRABAJOS / ESTUDIO PERSONAL / LECTURA DE ARTÍCULOS / INFORMES DE INTERÉS	90	3,6	1, 2, 4, 5, 6, 7

Evaluación

Existen diferentes métodos de evaluación: prueba escrita, seminarios y evaluación del trabajo en grupo durante los seminarios especializados con ABP:

- **Seminarios especializados (unidades I-IV):** Pruebas de ensayo sobre los problemas que se trabajan, presentan y discuten en cada seminario (50%), con inclusión de los contenidos teóricos correspondientes en formato de preguntas de selección multirrespuesta (50%). Prueba escrita final (unidades I-IV). Prueba de ensayo sobre los contenidos teóricos y de los seminarios (peso 50%), en formato de preguntas de selección multirrespuesta (50%). La nota final conjunta de esta parte, sobre 10 puntos, constará así de 2 componentes: 1. La media de las notas obtenidas en 2 pequeñas pruebas escritas de evaluación continuada que se harán en el horario de los seminarios (30%). 2. La nota obtenida en la prueba escrita de carácter global (70%).

La nota global de los apartados I-IV constituye el 50% de la nota final de la asignatura.

La evaluación del trabajo en grupo se realiza durante seminarios especializados: ABP (unidades V y VI).

Trabajos que el estudiante tiene que entregar:

ABP: Hipótesis, palabras claves/descriptores, objetivos a alcanzar y plan de trabajo.

Propuesta de alimentación saludable para personas con salud.

Propuesta de dietas terapéuticas para personas con diferentes problemas de salud.

Nota final:

Para aprobar la asignatura hay que tener aprobadas con un 5 cada una de las partes:

A) Las unidades I, II, III y IV

B) Las unidades V y VI

La nota final resulta de la media de las evaluaciones de las dos partes A y B, siempre y cuando cada una de las partes esté aprobada con un 5 en la escala de 0-10.

Revisión de pruebas: Los resultados de las evaluaciones se publican en la web, así como el día y la hora que el estudiante puede revisar las pruebas de evaluación con el profesorado.

Definición de no evaluable: Cuando el estudiante no se ha presentado a una de las modalidades de evaluación expuestas. Para las unidades V y VI con método ABP: se considera no evaluable cuando el estudiante ha faltado al 30% de las sesiones de ABP.

Estudiantes con situaciones particulares: Ante eventuales casos particulares se establece una comisión evaluadora configurada a tal efecto.

Los estudiantes que no hayan superado la asignatura mediante la evaluación continuada se podrán presentar a una prueba de síntesis.

Actividades de evaluación

Título	Peso	Horas	ECTS	Resultados de aprendizaje
Evaluación del trabajo en grupo	50%	2	0,08	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10
Evaluación escrita mediante pruebas objetivas: preguntas de selección y pruebas de ensayo	50%	5	0,2	1, 2, 4, 5, 6

Bibliografía

Bibliografía específica

Unidades 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.

Unidades 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. Guía de Práctica Clínica. Proceso d'Infermería. Diagnòstic. Planificació. Avaluació. Barcelona: Fundació Jordi Gol i Gurina; 2000.

Campo M.A. Et al. Guía de Práctica Clínica. Proceso d'Infermería. 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 y aumentada. 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 Dietética y Ciencias de la Alimentación. Madrid:SEDCA <http://www.nutricion.org/>