

**Nutrició**

Codi: 101821  
Crèdits: 6

Titulació	Típus	Curs	Semestre
2500891 Infermeria	FB	1	2

**Professor/a 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**

José Rodríguez Álvarez  
Miguel Jiménez Pera  
Xènia Sist Viaplana  
Victor Jose Yuste Mateos  
Jose Ramon Bayascas Ramirez  
Rosa García Sierra  
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 les necessitats nutricionals de les persones sanes i/o afectades per problemes de salut.
8. Identificar, analitzar i prendre l'opció resolutiva més adequada per donar resposta als problemes de l'àmbit professional, de manera eficient i eficaç.
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 en diferents estats nutricionals (cicle aliment-dejú), exercici, diabetis.

#### 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
<b>Tipus: Dirigides</b>			
SEMINARIS (SEM)	32	1,28	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10
TEORIA (TE)	21	0,84	1, 4, 5, 6
<b>Tipus: Autònomes</b>			
ELABORACIÓ DE TREBALLS/ ESTUDI PERSONAL/ LECTURA D'ARTICLES / INFORMES D'INTERÈS	90	3,6	1, 2, 4, 5, 6, 8

## Avaluació

L'avaluació de la assignatura es realitzarà a través de Assistència i participació activa a les classes i seminaris per les unitats del I-IV (50% de la nota final) i Avaluació mitjançant casos pràctics i resolució de problemes per les unitats del V- VI (50% de la nota final):

### A) Avaluació de les Unitats de la I- IV: (50% del valor de la nota final de l'assignatura)

La nota global dels apartats I-IV constitueix el 50% de la nota final de l'assignatura i s'obté de: La mitjana de les notes obtingudes en 2 petites proves escrites d'avaluació continuada que es faran en l'horari dels seminaris (30%) i la nota obtinguda en la prova escrita de caràcter global (70%).

-Les dues proves d'avaluació continuada, amb un valor del 15% cada una, en les que s'avaluaran els problemes que es treballin, presentant i discutint en cada seminari en format de proves d'assaig i les continguts teòrics corresponents en format de preguntes de ítems de selecció múltiple.

-La prova de síntesi, amb un valor del 70% (Bioquímica), en la que s'avaluaran igualment els problemes treballats en els seminaris en forma de proves d'assaig i els continguts teòrics corresponents en format de preguntes de ítems de selecció múltiple.

### B) Avaluació de les Unitats de la V-VI: (50% del valor de la nota final de l'assignatura)

La nota global dels apartats V-VI constitueixen el 50% de la nota final de l'assignatura i s'obté de la nota dels Seminaris. L'avaluació del ABP es realitzarà a través de la participació de l'alumne en la resolució dels 4 casos treballats y l'assistència.

**Nota final:**

Per aprovar l'assignatura s'ha de tenir aprovades amb un 5 cada una de les parts:

A) Les unitats I, II, III y IV

B) Les unitats V y VI

La nota final resulta de la mitjana de les avaluacions de les dues parts A i B, sempre i quan cada una de les parts estigui aprovada amb un 5 a l'escala del 0-10.

Revisió de proves: Els resultats de les avaluacions es publicaran a la web, així com el dia i l'hora en que l'estudiant pot revisar les proves d'avaluació amb el professorat.

Definició de no avaluable: Quan l'alumne no s'ha presentat a una de les modalitats d'avaluació exposades. Per les unitats V i VI amb el mètode ABP: es considera no avaluable quan l'estudiant ha faltat a 3 o més sessions de ABP.

Estudiant amb situacions particulars: Davant eventuais casos particulars s'estableix una comissió avaluadora configurada per tal efecte.

Els estudiants que no hagin superat l'assignatura mitjançant l'avaluació continuada es podran presentar a una prova final de recuperació.

## Activitats d'avaluació

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

## Bibliografia

### Bibliografia específica

#### Unitats I-II-III-IV

Feduchi. Bioquímica. Conceptos esenciales. 2015. 2ª edición. Editorial Médica Panamericana

Angel Gil. Tratado de Nutrición Tomo 1. Bases fisiológicas y bioquímicas de la nutrición. 2017. 2ª edición. Editorial Médica Panamericana

Baynes J, Dominiczak MH. Bioquímica Médica. 2015. Editorial Elsevier.

Biesalski HK, Grimm P. Nutrición. Texto y atlas. 2007. Editorial Médica Panamericana.

#### 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; 2011.

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. Diagnóstico. Planificación. Evaluación. Barcelona: Fundació Jordi Gol i Gurina; 2000.

Campo M.A. Et al. Guía de Práctica Clínica. Proceso d'Infermería. Valoración. 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.

Mataix 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/>

Sociedad Española de Nutrición Comunitaria. SENC: <http://www.nutricioncomunitaria.org/es/senc>