

Nutrició

Codi: 101821
Crèdits: 6

Titulació	Típus	Curs	Semestre
2500891 Infermeria	FB	1	2

Professor/a de contacte

Nom: Nina Granel Gimenez
Correu electrònic: Nina.Granel@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
Victor Jose Yuste Mateos
Jose Ramon Bayascas Ramirez
Maria Antonia Baltrons Soler
Antonia Arceciado Marañón

Prerequisits

No aplicable

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

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

Mòdul 1:

Els continguts d'aquesta assignatura 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.

Mòdul 2:

L'estudiant participa en sessions d'aprenentatge basat en problemes (ABP) mitjançant sessions presencials amb un grup d'estudiants (aules en grups de 20-25 estudiants) i un/a professora/a tutor/a. Mitjançant aquesta situació/problema, l'estudiant adquireix habilitats per afrontar problemes, prioritzar i cercar informació, prendre decisions i avaluar la seva activitat. El rol de l'estudiant és actiu perquè és el responsable del procés del seu aprenentatge. El rol del professor/a és el de facilitador i guia d'aquest procés en el qual s'hi contemplen tres etapes:

P r i m e r a s e s s i ó
Elecció d'un escenari o situació per consens: Es lliura als estudiants els resums de les situacions que s'hauran de treballar al llarg de la unitat. Aquestes il·lustren quelcom que li passa a una persona, a un grup o a una comunitat en una situació real. Exploració de la situació: els estudiants mitjançant una pluja d'idees identifiquen quin és el problema i els aspectes rellevants que hi estan relacionats. També, identifiquen el coneixement previ que tenen d'aquest problema i les àrees que necessiten estudiar més a fons per acabar de comprendre'l i poder-lo afrontar. Per mitjà d'un raonament i anàlisi de les dades, els estudiants es fan preguntes per arribar a formular hipòtesis; identifiquen els objectius i els resultats d'aprenentatge a assolir. Amb aquests elements el grup que ha de guiar el seu pla d'estudi per la segona sessió. consensua un pla de treball.

S e g o n a s e s s i ó
Els estudiants expliquen breument la en el període cerca bibliogràfica, les fonts i els recursos utilitzats d'estudi. El grup discuteix les estratègies individuals de cerca i les fonts de consulta utilitzades per valorar críticament la informació recollida (la reputació dels autors, els mètodes d'investigació utilitzats, els mètodes estadístics aplicats...), on tots els components del grup Es discuteix el pla de treball planificat han de tenir l'oportunitat d'explicar la informació que han estudiat. Amb aquesta posada en comú, els estudiants s'estan capacitant per a l'avaluació crítica i correcció del seu coneixement previ, alhora, que desenvolupa l'habilitat d'avaluar críticament el seu raonament del problema. Com a resultat de la discussió han d'extreure un resum de coneixements i abstracció dels principis i els conceptes que puguin ser aplicats a altres situacions anàlogues. La situació ha de ser tornada a avaluar per i justificar la llista d'hipòtesis per revisar el pla d'aprenentatge veure si són acceptades, modificades o eliminades.

T e r c e r a s e s s i ó
En aquesta es fa una anàlisi de la situació problema treballada i es fa una síntesi de l'aprenentatge i Es tracta de contestar les següents preguntes: Què és el que s'ha après de nou? Quins objectius s'han assolit treballant el problema? Com es relaciona aquest aprenentatge amb els objectius? Quins principis o conceptes nous s'han discutit? Quins s'han après? Què del que s'ha après ajudarà a entendre diferents problemes o situacions en el futur? Quines àrees d'aprenentatge es van identificar però no es van treballar? Preguntes totes elles que permeten identificar el coneixement assolit i el que encara resta pendent. Es finalitza aquesta tercera sessió amb l'autoavaluació, l'avaluació entre iguals i la del professor/a.

Activitats formatives

Títol	Hores	ECTS	Resultats d'aprenentatge
Tipus: Dirigides			
SEMINARIS (SEM)	32	1,28	1, 2, 3, 4, 5, 6,

TEORIA (TE)	20	0,8	1, 4, 5, 6
Tipus: Autònomes			
ELABORACIÓ DE TREBALLS/ ESTUDI PERSONAL/ LECTURA D'ARTICLES / INFORMES D'INTERÈS	89,5	3,58	1, 2, 4, 5, 6, 8

Avaluació

Sistema d'avaluació

Aquesta assignatura té una avaluació per mòduls, cada un dels quals té assignat un pes específic en la qualificació final:

Mòdul 1: 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'obtindrà de: La mitjana de las 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. La data d'examen quedarà determinada pel calendari d'exàmens de la UAB del curs vigent.

Mòdul 2: 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 (40%) i presentació oral de treballs (10%). Aquest mòdul està integrant amb l'assignatura "Bases Ètiques, Gestió i Qualitat dels Serveis d'Infermeria". Els seminaris es realitzaran aplicant l'aprenentatge basat en problemes (ABP) que es realitzarà a través de la participació de l'alumne en la resolució dels 4 casos treballats y l'assistència a classe. En grups petits els alumnes hauran de realitzar una petita presentació oral.

Nota final:

Per aprovar l'assignatura s'ha de tenir aprovades amb un 5 cada mòdul:

Mòdul 1: Les unitats I, II, III y IV

Mòdul 2: Les unitats V y VI

La nota final resulta de la mitjana de les avaluacions dels 2 mòduls, 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 els seminaris del mòdul 2 d'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
Assistència i participació activa a classe i seminaris	40%	2	0,08	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10
Avaluacions escrites mitjançant proves objectives: ítems de selecció i proves d'assaig	50%	5	0,2	1, 2, 4, 5, 6
Presentació oral de treballs	10%	1,5	0,06	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'Infermeria. Diagnòstic. Planificació. Avaluació. Barcelona: Fundació Jordi Gol i Gurina; 2000.

Campo M.A. Et al. Guia de Práctica Clínica. Proceso 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 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>