

Nutrición

Código: 101821
Créditos ECTS: 6

Titulación	Tipo	Curso	Semestre
2500891 Enfermería	FB	1	2

Contacto

Nombre: Nina Granel Gimenez
Correo electrónico: Nina.Granel@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

José Rodríguez Álvarez
Miguel Jiménez Pera
Victor Jose Yuste Mateos
Jose Ramon Bayascas Ramirez
Maria Antonia Baltrons Soler
Antonia Arreciado Marañón

Prerequisitos

No aplicable

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 prácticum.

Competencias

- Analizar y sintetizar fenómenos complejos.
- Desarrollar estrategias de aprendizaje autónomo.
- Identificar, analizar y tomar la opción resolutive 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 las necesidades nutricionales de las personas sanas y/o afectadas por problemas de salud.
8. Identificar, analizar y tomar la opción resolutive más adecuada para dar respuesta a los problemas del ámbito profesional, de forma eficiente y eficaz.
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 en diferentes estados nutricionales (ciclo alimento-ayuno) ejercicio, diabetes

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

Módulo 1:

Los contenidos de este curso se imparten con clases teóricas y en paralelo se llevan a cabo talleres para discutir casos con el fin de movilizar los conocimientos necesarios en cada caso.

Módulo 2:

El estudiante participa en sesiones de aprendizaje basadas en problemas (IGP) a través de sesiones presenciales con un grupo de estudiantes (aulas en grupos de 20-25 estudiantes) y un maestro/tutor. Adquiere habilidades para abordar problemas, priorizar y buscar información, tomar decisiones y evaluar su actividad.

El papel del estudiante es activo porque es responsable del proceso de aprendizaje. El papel del maestro es facilitar y guiar este proceso en el que se contemplan tres etapas:

Primera sesión

Elegir un escenario o situación por consenso: A los estudiantes se les dan resúmenes de situaciones que necesitarán para trabajar a lo largo de la unidad. Ilustran algo que le sucede a una persona, grupo o comunidad en una situación real.

Exploración de la situación: Los estudiantes que utilizan la lluvia de ideas identifican el problema y los aspectos relevantes que están relacionados con él. También identifican los conocimientos previos que tienen de este problema y las áreas que necesitan estudiar más para comprenderlo y ser capaces de afrontarlo.

Mediante un razonamiento y análisis de los datos, se hace a los estudiantes preguntas para llegar a formular hipótesis; Identificar los objetivos y los resultados de aprendizaje a alcanzar. Con estos elementos, el Grupo debe guiar su plan de estudio para la segunda sesión. Acordó un plan de trabajo.

Segunda sesión

Los alumnos explican brevemente la literatura en el período de búsqueda, las fuentes y los recursos utilizados para estudiar. El grupo analiza las estrategias de búsqueda individuales y las fuentes de consulta utilizadas para evaluar críticamente la información recopilada (los autores 'reputación, métodos de investigación utilizados, métodos estadísticos aplicados ...). , donde se discutan todos los miembros del grupo, el plan de trabajo previsto debería tener la oportunidad de explicar la información que han estudiado. Con este intercambio, los estudiantes están haciendo una calificación para la evaluación crítica y la corrección de sus conocimientos previos, al mismo tiempo que desarrollan la capacidad de evaluar críticamente su razonamiento. Como resultado del debate, debe extraerse un resumen del conocimiento y la abstracción de los principios y conceptos que podrían aplicarse a otras situaciones análogas. La situación debe ser devuelta para evaluar y justificar la lista de hipótesis para revisar el plan de aprendizaje para ver si se aceptan, modifican o eliminan.

Tercera sesión

En esta se analiza la situación del problema trabajado y se hace una síntesis de aprendizaje y se trata de responder a las siguientes preguntas: ¿Qué se ha vuelto a aprender? ¿Qué objetivos se han logrado el problema trabajando? ¿Cómo se relaciona este aprendizaje con los objetivos? ¿Qué nuevos principios o conceptos se han discutido? ¿Qué se ha aprendido? ¿Qué se ha aprendido ayudará a entender diferentes problemas o situaciones en el futuro? ¿Qué áreas de aprendizaje se identificaron pero no funcionaron? Todas las preguntas que permiten identificar el conocimiento alcanzado y lo que aún permanece pendiente. Esta tercera sesión se termina con autoevaluación, evaluación por pares y evaluación de los profesores.

Actividades

Título	Horas	ECTS	Resultados de aprendizaje
Tipo: Dirigidas			
SEMINARIOS (SEM)	32	1,28	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10
TEORÍA (TE)	20	0,8	1, 4, 5, 6
Tipo: Autónomas			
ELABORACIÓN DE TRABAJOS / ESTUDIO PERSONAL / LECTURA DE ARTÍCULOS / INFORMES DE INTERÉS	89,5	3,58	1, 2, 4, 5, 6, 8

Evaluación

Sistema de evaluación

Este asignatura tiene una evaluación por módulos, cada uno de los cuales se le asigna un peso específico en la calificación final:

Módulo 1: Evaluación de las Unidades de la I- IV: (50% del valor de la nota final de la asignatura)

-La nota global de los apartados I-IV constituye el 50% de la nota final de la asignatura y se obtendrá de: La media de las notas obtenidas en 2 pequeñas pruebas escritas de evaluación continuada que se harán en el horario de los seminarios (30%) y la nota obtenida en la prueba escrita de carácter global (70%).

-Las dos pruebas de evaluación continuada, con un valor del 15% cada una, en las que se evaluará los problemas que se trabajan, presentan y discuten en cada seminario en formato de pruebas de ensayo y los contenidos teóricos correspondientes en formato de preguntas de ítems de selección múltiple.

-La prueba de síntesis, con un valor del 70% (Bioquímica), en la que se evaluará igualmente los problemas trabajado en los seminarios en forma de pruebas de ensayo y los contenidos teóricos correspondientes en formato de preguntas de ítems de selección múltiple.

Módulo 2: Evaluación de las Unidades de la V-VI: (50% del valor de la nota final de la asignatura)

La nota general de los apartados V-VI constituye el 50% de la nota final del curso y se obtiene de la calificación del seminario (40%) y presentación oral de trabajos (10%). Este módulo está integrado con la asignatura "Bases éticas, gestión y calidad de los servicios de enfermería". Los seminarios se llevarán a cabo aplicando el aprendizaje basado en problemas (ABP) que se realizará a través de la participación del estudiante en la resolución de los 4 casos trabajados y la asistencia en clase. En grupos pequeños, los estudiantes deben realizar una pequeña presentación oral.

Nota final:

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

Módulo 1: Las unidades I, II, III y IV

Módulo 2: 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 los seminarios del módulo 2 de ABP se considera no evaluable cuando el estudiante ha faltado a 3 o más 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 final de recuperación.

Actividades de evaluación

Título	Peso	Horas	ECTS	Resultados de aprendizaje
--------	------	-------	------	---------------------------

Asistencia y participación activa en clases y seminarios	40%	2	0,08	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10
Evaluaciones escritas mediante pruebas objetivas: preguntas de selección y pruebas de ensayo	50%	5	0,2	1, 2, 4, 5, 6
Presentación oral de trabajos	10%	1,5	0,06	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10

Bibliografía

Bibliografía específica

Unidades 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.

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; 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.

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>