DATOS DE LA ASIGNATURA

Denominación: NUTRICIÓN Y DIETÉTICA
Código: 100006
Plan de estudios: GRADUADO EN ENFERMERÍA **Curso:** 1
Denominación del módulo al que pertenece: FORMACIÓN BÁSICA COMÚN
Materia: FARMACOLOGÍA, NUTRICIÓN Y DIETÉTICA
Carácter: BASICA **Duración:** SEGUNDO CUATRIMESTRE
Créditos ECTS: 6 **Horas de trabajo presencial:** 60
Porcentaje de presencialidad: 40% **Horas de trabajo no presencial:** 90
Plataforma virtual: Moodle

DATOS DEL PROFESORADO

Nombre: CAÑONES CASTELLO, MARIA ESTRELLA
Centro: Facultad de Medicina y Enfermería
Departamento: ENFERMERÍA
Área: ENFERMERÍA
Ubicación del despacho: Facultad de Medicina y Enfermería
e-Mail: en1cancm@uco.es **Teléfono:** 957-218096

Nombre: LOPEZ-PARDO MARTINEZ, MERCEDES
Centro: Facultad de Medicina y Enfermería
Departamento: ENFERMERÍA
Área: ENFERMERÍA
Ubicación del despacho: Facultad de Medicina y Enfermería
e-Mail: en1lomam@uco.es **Teléfono:** 957-218096

Nombre: MOLINA RECIO, GUILLERMO
Centro: Facultad de Medicina y Enfermería
Departamento: ENFERMERÍA
Área: ENFERMERÍA
Ubicación del despacho: Facultad de Medicina y Enfermería
e-Mail: en1moreg@uco.es **Teléfono:** 957-218096

DATOS ESPECÍFICOS DE LA ASIGNATURA

REQUISITOS Y RECOMENDACIONES

Requisitos previos establecidos en el plan de estudios

No existen requisitos previos establecidos en el plan de Estudios

Recomendaciones

En líneas generales, se recomienda tener una buena base de conocimientos relacionados con Bioquímica y Fisiología.

Asimismo, una actitud científica, guiada por un pensamiento crítico y un aprendizaje reflexivo, ayudarán a alcanzar las competencias establecidas y serán evaluadas muy positivamente.

COMPETENCIAS

CB1	Que los estudiantes hayan demostrado poseer y comprender conocimientos en un área de estudio que parte de la base de la educación secundaria general, y se suele encontrar a un nivel que, si bien se apoya en libros de texto avanzado, incluye también algunos aspectos que implican conocimientos procedentes de la vanguardia de su campo de estudio.
CB2	Que los estudiantes sepan aplicar sus conocimientos a su trabajo o vocación de una forma profesional y posean las competencias que suelen demostrarse por medio de la elaboración y defensa de argumentos y la resolución de problemas dentro de su área de estudio.
CB3	Que los estudiantes tengan la capacidad de reunir e interpretar datos relevantes (normalmente dentro de su área de estudio) para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas relevantes de índole social, científica o ética.
CB4	Que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado.
CB5	Que los estudiantes hayan desarrollado aquellas habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía.
CU2	Conocer y perfeccionar el nivel de usuario en el ámbito de las TICs.
CET5	Diseñar sistemas de cuidados dirigidos a las personas, familia o grupos, evaluando su impacto y estableciendo las modificaciones oportunas.
CET6	Basar las intervenciones de la enfermería en la evidencia científica y en los medios disponibles.
CET9	Fomentar estilos de vida saludables, el autocuidado, apoyando el mantenimiento de conductas preventivas y terapéuticas.
CET14	Establecer mecanismos de evaluación, considerando los aspectos científico-técnicos y los de calidad.
CEM5	Conocer y valorar las necesidades nutricionales de las personas sanas y con problemas de salud a lo largo del ciclo vital, para promover y reforzar pautas de conducta alimentaria saludable. Identificar los nutrientes y los alimentos en que se encuentran. Identificar los problemas nutricionales de mayor prevalencia y seleccionar las recomendaciones dietéticas adecuadas.

OBJETIVOS

GENERALES:

Adquirir los conocimientos necesarios para conocer los principios básicos de la nutrición y la alimentación humana, la valoración del estado nutricional y el diseño de dietas.

Comprender la relevancia de la nutrición y la alimentación humana en el mantenimiento y recuperación de la salud.

ESPECÍFICOS:

Al finalizar la asignatura, el alumno será capaz de:

Identificar el valor nutricional de los alimentos, su proceso de elaboración, conservación y asimilación, asi como los posibles efectos sobre la salud humana.

Adecuar la alimentación a las características y situación fisiológica de cada individuo

Dar pautas nutricionales adecuadas para prevenir la aparición de enfermedades relacionadas con la alimentación

Reconocer e identificar las principales enfermedades relacionadas con la nutrición y/o la alimentación

Aplicar los principios básicos de la alimentación humana en el tratamiento de diferentes patologías

CONTENIDOS

1. Contenidos teóricos

BLOQUE I: PRINCIPIOS BÁSICOS EN NUTRICIÓN

Tema 1: Alimentación, nutrición, bromatología y dietética, alimento y nutriente. Metabolismo energético y gasto corporal. Necesidades energéticas.

Tema 2: Agua. Estructura y propiedades. Funciones. Necesidades diarias de agua. Recomendaciones sobre el consumo de agua. Agua y salud pública.

Tema 3: Carbohidratos. Definición. Clasificación. Funciones. Digestión, absorción y metabolismo. Necesidades. Fuentes alimentarias.

Tema 4: Proteínas. Estructura. Clasificación. Funciones. Digestión, absorción, metabolismo y eliminación. Requerimientos proteicos. Fuentes alimentarias.

Tema 5: Lípidos. Definición. Propiedades. Clasificación. Absorción, transporte y metabolismo. Fuentes de lípidos. Recomendaciones.

Tema 6: Fibra. Definición. Clasificación. Propiedades. Recomendaciones de consumo. Efectos fisiológicos en el tracto intestinal. Contraindicaciones. Interacciones con fármacos. Fibra y nutrición enteral.

Tema 7: Vitaminas. Definición. Clasificación. Almacenamiento y eliminación. Metabolismo y distribución. Fisiología. Ingestas recomendadas. Carencias vitamínicas. Fuentes alimentarias.

Tema 8: Minerales. Clasificación. Funciones en el organismo. Absorción y metabolismo. Fuentes alimentarias. Influencia de los procesos tecnológicos sobre su contenido y utilización.

Tema 9: Alcohol y bebidas alcohólicas. Absorción y metabolismo. Fisiología y patologías nutricionales relacionadas con el alcohol.

Tema 10: Composición y valor nutritivo de los alimentos. Clasificación. La rueda de los alimentos. La pirámide de la alimentación saludable. Recomendaciones para una dieta saludable.

Tema 11: Alimentos funcionales. Definición. Normativa legal.

BLOQUE II: HIGIENE Y SEGURIDAD ALIMENTARIA. EL CONTROL LEGISLATVO DE LA CALIDAD DE LOS ALIMENTOS

Tema 12: Higiene alimentaria y salud pública. Introducción y conceptos generales. Manipulación y reglamentación. Contaminación de los alimentos.Sistemas de conservación.

Tema 13: Etiquetado de alimentos. Aditivos permitidos y no permitidos.

BLOQUE III: LA NUTRICIÓN COMO FUENTE DE SALUD. DIETA EQUILIBRADA Y ADAPTADA A LAS DISTINTAS NECESIDADES SEGÚN LA ETAPA VITAL

Tema 14: Alimentación equilibrada. Dieta del adulto sano. Dieta mediterránea.

Tema 15: Alimentación durante el embarazo, la lactancia y la menopausia.

Tema 16: Alimentación en el niño sano y el adolescente.

Tema 17: Alimentación en las personas mayores.

Tema 18: Alimentación y actividad física.

BLOQUE IV: DIETOTERAPIA

Tema 19: Conceptos generales de Dieto terapia. Dietas cualitativas y cuantitativas. Dietas progresivas.

Tema 20: Alteraciones de la energía. Dieta en la prevención y tratamiento de la obesidad y en los trastornos del comportamiento alimentario. Dieta en la desnutrición.

Tema 21: Modificación en los carbohidratos. Recomendaciones internacionales del tratamiento dietético de la Diabetes Mellitus. Modelos de dieta por intercambios. Dietas controladas en fibra.

Tema 22: Modificación en los lípidos. Prevención y tratamiento de las enfermedades cardiovasculares a través de la dieta.

Tema 23: Modificación en las proteínas. Soporte nutricional en la insuficiencia renal. Soporte nutricional en la insuficiencia hepática. Dieta controlada en gluten.

Tema 24: Modificación en los minerales. Control del sodio y el potasio en la alimentación. Dieta DASH. Dietas controladas en calcio y fósforo.

Tema 25: Nutrición Enteral y Parenteral.

2. Contenidos prácticos

Valoración del estado nutricional

Historia dietética

Valoración del valor nutritivo de la dieta (Tablas de composición de Alimentos y uso de raciones y medidas caseras

Aplicaciones informáticas para el diseño/corrección de hábitos dietéticos

Etiquetado de alimentos

Apps móviles sobre nutrición

Mitos en la alimentación humana

METODOLOGÍA

Aclaraciones generales sobre la metodología y adaptaciones metodológicas para los alumnos a tiempo parcial

No son necesarias

Actividades presenciales

Actividad	Grupo completo	Grupo mediano	Grupo pequeño	Total
Actividades de evaluación	2	-	-	*2*
Debates	3	-	-	*3*
Lección magistral	35	-	-	*35*
Taller	-	9	-	*9*
Trabajos en grupo (cooperativo)	-	10	-	*10*
Tutorías	-	-	1	*1*
Total horas:	*40*	*19*	*1*	*60*

Actividades no presenciales

Actividad	Total
Búsqueda de información	*10*
Ejercicios	*15*
Estudio	*40*
Problemas	*5*
Trabajo de grupo	*20*
Total horas:	90

MATERIAL DE TRABAJO PARA EL ALUMNADO

Casos y supuestos prácticos - *Plataforma moodle de la asignautra*
Cuaderno de Prácticas - *Plataforma moodle de la asignautra*
Dossier de documentación - *Plataforma moodle de la asignautra*
Ejercicios y problemas - *Plataforma moodle de la asignautra*

Aclaraciones:

Al comienzo de la asignatura se subirán a la plataforma moodle diferentes documentos que facilitarán al alumnado información acerca de la asignatura y de la forma de evaluación, así como el soporte electrónico para tener acceso a todo el material de trabajo indicado.

EVALUACIÓN

Competencias	Instrumentos			
	Examen tipo test	Informes/memorias de prácticas	Trabajos en grupo	Participación (tutorías y foro)
CB1	x	x	x	x
CB2		x	x	x
CB3		x	x	
CB4			x	
CB5		x		
CEM5	x			
CET14		x		x
CET5		x		
CET6			x	x
CET9	x	x		x
CU2				x
Total (100%)	70%	10%	10%	10%
Nota min.(*)	4.5	4.5	4.5	0

(*) Nota mínima necesaria para el cálculo de la media

Calificación mínima para eliminar materia y período de validez de las calificaciones parciales: *5*

Aclaraciones generales sobre la evaluación y adaptaciones metodológicas para los alumnos a tiempo parcial:

Periodo de validez de las calificaciones parciales: La nota de los trabajos de clase, casos o supuestos prácticos presentados en los talleres, se conserva hasta la convocatoria de Septiembre.

El cálculo de la nota del examen tipo test se hará mediante la fórmula: "Aciertos - (Errores/n-1)", donde "n" representa al número de opciones de respuesta

Es preciso alcanzar una puntuación de 4.5 en el examen tipo test y en las memorias de prácticas para calcular la nota media ponderada

Valor de la asistencia en la calificación final: *Es obligatoria la asistencia a los talleres. La ausencia a más de uno, supondrá un SUSPENSO en la primera convocatoria, debiendo realizarse un trabajo complementario cuyas características serán subidas a moodle.*

Criterios de calificación para la obtención de MATRICULA DE HONOR: *Obtener, como mínimo un sobresaliente en el cómputo total. Se concederá a las notas más altas, según el porcentaje establecido en el reglamento de la UCO*

BIBLIOGRAFÍA

1. Bibliografía básica:

De Luis Román, D. et al. Dietoterapia, nutrición clínica y metabolismo. Díaz de Santos, 2010

Gil Hernández, A. et al. Tratado de nutrición. Panamericana, 2010.

Vidal García, E. Manual práctico de nutrición y dietoterapia. Monsa-Prayma, 2009.

Jordi Salas-Salvadó et al. Nutrición y dietética clínica. Segunda Edición. Masson, 2008. P.

Cervera, et al. Alimentación y Dietoterapia. 4ª Edición. McGraw-Hill Interamericana, 2004.

Martín Salinas, C. et al.Nutrición y Dietética. DAE (Grupo Paradigma), 2000

Alimentación y nutrición. Manual teórico práctico. Díaz de Santos, 2005.

Bellido Guerrero, D. et al. Manual de nutrición y metabolismo. Díaz de Santos, 2006.

Brown, J. Nutrición en las diferentes etapas de la vida.2ª Edición. Mc Graw-Hill, 2006

2. Bibliografía complementaria:

Lagua, R; Claudio, V. Diccionario de nutrición y dietoterapia. Quinta Edición. McGraw-Hill. Interamericana, 2007.
Salas-Salvadó, J. et al.La alimentación y la nutrición a través de la Historia. Ed. GLOSA, 2005

Guías alimentarias para la población española SENC. Ed. Patrocinada por Procter & Gamble y Novartis Farmacéutica S.A. 2001 Vázquez. C. et al.

Salvador Castell, G. Larousse de la Dietética y la Nutrición. Spes Editorial, 2001.

CRITERIOS DE COORDINACIÓN

- Fecha de entrega de trabajos

Aclaraciones:

Periodo de validez de las calificaciones parciales: La nota de los trabajos de clase, casos o supuestos prácticos presentados en los talleres, se conserva hasta la convocatoria de Septiembre.

Es **obligatoria la asistencia a los talleres**. La ausencia a más de uno, supondrá un SUSPENSO en la primera convocatoria, debiendo realizarse un **trabajo complementario** cuyas características serán subidas a moodle.