GUÍA DOCENTE

DENOMINACIÓN DE LA ASIGNATURA

Denominación: **NUTRICIÓN Y DIETÉTICA**
Código: 100006
Plan de estudios: **GRADUADO EN ENFERMERÍA** Curso: 1
Créditos ECTS: 6 Horas de trabajo presencial: 49
Porcentaje de presencialidad: 32.67% Horas de trabajo no presencial: 101
Plataforma virtual:

DATOS DEL PROFESORADO

Nombre: CANTÓN HABAS, VANESA
Centro: Facultad de Medicina y Enfermería
Departamento: ENFERMERÍA
área: ENFERMERÍA
Ubicación del despacho: Facultad de Medicina y Enfermería - Edificio Sur - 1ª Planta
e-Mail: n92cahav@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 - Edificio Sur - 1ª Planta
e-Mail: en1moreg@uco.es Teléfono: 957-218096

Nombre: PORTERO DE LA CRUZ, SILVIA
Centro: Facultad de Medicina y Enfermería
Departamento: ENFERMERÍA
área: ENFERMERÍA
Ubicación del despacho: Facultad de Medicina y Enfermería - Edificio Sur - 1ª Planta
e-Mail: n92pocrs@uco.es Teléfono: 957-218096

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, ayudará a alcanzar las competencias establecidas.

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.

GUÍA DOCENTE

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

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.

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.

GUÍA DOCENTE

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

Análisis nutricional de la dieta (Manejo de tablas de composición de alimentos y de raciones y medidas caseras)

Aplicaciones informáticas para el diseño/corrección de hábitos dietéticos

Etiquetado de alimentos

GUÍA DOCENTE

Mitos en la alimentación humana

METODOLOGÍA

Aclaraciones

El programa teórico-práctico se impartirá a lo largo de todo el cuatrimestre, utilizando las siguientes técnicas docentes:

Clases expositivas de los temas incluidos en el programa, con comentarios, aclaraciones y discusión final.

Actividades académicas dirigidas, que se realizarán con el objetivo de profundizar en aquellos temas de especial interés para la formación del alumno. Los alumnos recogerán la información y analizarán, en grupos, distintos aspectos de la nutrición relacionados con los contenidos de la asignatura y se procederá a la puesta en común de los resultados y discusión de los mismos.

Trabajo personal, recogida de información, análisis de las misma, exposición de resultados

Seminarios en los que se desarrollarán aspectos relacionados con la evaluación del estado nutricional, de los hábitos dietéticos, con la elaboración de dietas, con mitos de la nutrición y la educación nutricional de la población.

Actividades no presenciales: El alumno individual y/o grupo aparte de la preparación de exámenes, llevará a cabo trabajos de búsqueda bibliografica, elección de fuentes principales, comentario y exposición de esa información e intervenciones en le foro de la asignatura, alojado en la plataforma moodle.

Actividades presenciales

Actividad	Total
Actividades de evaluación	3
Debates	1
Lección magistral	31
Taller	-
Total horas:	**35**

Actividades no presenciales

Actividad	Total
Búsqueda de información	5
Consultas bibliográficas	5
Ejercicios	15
Estudio	40
Problemas	6
Trabajo de grupo	30
Total horas:	**101**

MATERIAL DE TRABAJO PARA EL ALUMNO

Apuntes de clase y material bibliográfico subido a moodle - Plataforma moodle de la asignautra
Casos y supuestos prácticos - Plataforma moodle de la asignautra
Ejercicios y problemas - Plataforma moodle de la asignautra

GUÍA DOCENTE

EVALUACIÓN

Instrumentos	Porcentaje
Examen tipo test	70%
Informes/memorias de prácticas	10%
Trabajos en grupo	10%
Participación (tutorías y foro)	10%

Periodo de validez de las calificaciones parciales:

Aclaraciones:

La evaluación de los alumnos a tiempo parcial se basará en los mismos criterios que los alumnos a tiempo completo, pero sin tener en cuenta la asistencia a los talleres. Las caracterísitcas de los trabajos a presentar serán definidas de forma individualizada tras la realización de una tutoría.

BIBLIOGRAFÍA

1. Bibliografía básica:

Salas-Salvadó, J.Nutrición y dietética clínica. Tercera Edición. Elsevier Masson, 2014.

Rodota L., Castro MA. Nutrición Clínica y Dietoterapia.Panamericana, 2012.

Mahan LK. et al. Krause dietoterapia. Elsevier, 2013

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

Gil Hernández, A. et al. Tratado de nutrición. Tercera Edición. Panamericana, 2017.

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

Mataix Verdú J. Nutrición y alimentación humana. 2º Edición. Ergon. Madrid, 2009.

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:

REVISTAS OPEN ACCESS:

Nutrición hospitalaria: http://www.aulamedica.es/gdcr/index.php/nh/issue/current

Nutrición clínica y Dietética Hospitalaria: http://revista.nutricion.org/

GUÍA DOCENTE

Las estrategias metodológicas y el sistema de evaluación contempladas en esta Guía Docente serán adaptadas de acuerdo a las necesidades presentadas por estudiantes con discapacidad y necesidades educativas especiales en los casos que se requieran.