

Titulación: Grado de Enfermería

Plan de Estudios: 2009

Curso Académico: 2009/10

Asignatura: Nutrición Humana

Código:

Materia: Fisiología

Módulo: Formación básica

Carácter: Básico

Créditos ECTS: 6

Presenciales: 4

No presenciales: 2

Duración: semestral

Semestre/s: 1º y 2º

Idioma/s: Español

Profesor/es:

- Dra. Carmen Martínez Rincón
- Dr. Antonio Villarino Marín
- D. Ismael Ortuño Soriano
- D^a Antonia Beltrán López

Coordinador: Nombre. Departamento. Centro. e-mail. Teléfono

Dra. Carmen Martínez Rincón.

Centro: Escuela U. Enfermería, F. y P.

e-mail: nutrias@enf.ucm.es

Teléfono: 913941546

Profesor/es: Nombre(s). Departamento(s). Centro(s). e-mail(s). Teléfono(s)

Dra. Carmen Martínez Rincón. Departamento de Enfermería. Escuela U. Enfermería, F y P.

nutrias@enf.ucm.es. 913941546

Dr. Antonio Villarino Marín Departamento de Enfermería. Escuela U. Enfermería, F y P.

martolga@enf.ucm.es. 913941841

D. Ismael Ortuño. Departamento de Enfermería. Escuela U. Enfermería, F y P.

iortunos@enf.ucm.es. 913941841

D^a Antonia Beltrán López Departamento de Enfermería. Escuela U. Enfermería, F y P.

. 913941546

Breve descriptor:

Requisitos:

Objetivos:

Saber valorar las necesidades nutricionales de las personas, en las diferentes etapas de su ciclo vital, tanto en las condiciones de salud como en las alteraciones de la misma.

Conocer los nutrientes, los alimentos y las características de los mismos.

Saber aplicar cuidados clínico-nutricionales.

Saber establecer juicios clínicos sobre patología nutricional.

Saber desarrollar e implantar programas de educación nutricional dirigidos a la población.

Competencias:

GENERALES

C.G.5.- 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.

ESPECÍFICAS

COMPETENCIAS INSTRUMENTALES

- C.E.1.- Resolver problemas aplicando el pensamiento crítico.
- C.E.2.- Aplicar el juicio clínico en la toma de decisiones en los diversos contextos profesionales y de atención de salud.
- C.E.3.- Establecer prioridades en su trabajo y gestionar el tiempo eficazmente.
- C.E.4.- Proporcionar la información de manera clara y sucinta.
- C.E.5.- Interpretar con precisión los datos objetivos y subjetivos y su importancia para la prestación segura de los cuidados.
- C.E.6.- Conocer las políticas de salud y de atención social.
- C.E.7.- Reconocer los límites de la función y la competencia propias.
- C.E.8.- Utilizar la metodología más adecuada en las actividades y programas de educación para la salud.
- C.E.9.- Evaluar el aprendizaje de las prácticas de salud.
- C.E.10.- Utilizar de manera adecuada las tecnologías de la información y comunicación en el campo de la salud.

COMPETENCIAS INTERPERSONALES

- C.E.13.- Aceptar las responsabilidades de los propios juicios y actos profesionales.
- C.E.14.- Facilitar información pertinente de salud a las personas, las familias, los grupos y la comunidad, para ayudarles a que consigan una salud óptima o la rehabilitación.
- C.E.15.- Ejercer su profesión de acuerdo con la legislación pertinente y dentro de las políticas y directrices del país de ejercicio.
- C.E.16.- Actuar de manera conforme con el código Deontológico en todo lo relativo a la adopción ética de decisiones, a la protección de los derechos humanos y a las normas de comportamiento social.
- C.E.17.- Respetar el derecho del paciente a la información.
- C.E.18.- Respetar el derecho del paciente a la privacidad.
- C.E.19.- Respetar el derecho del paciente a elegir y decidir por sí mismo en lo relativo a los cuidados de salud.
- C.E.20.- Garantizar el secreto y la seguridad de la información oral o escrita que haya obtenido en el ejercicio de sus funciones profesionales.
- C.E.21.- Adoptar medidas que garanticen la seguridad, privacidad y dignidad del paciente.
- C.E.22.- Identificar las prácticas inseguras y adoptar las medidas adecuadas.
- C.E.23.- Respetar los valores, costumbres, creencias morales y prácticas de las personas o grupos.
- C.E.24.- Tener conocimientos necesarios para tomar decisiones éticas y establecer prioridades para los cuidados en situaciones de guerra, violencia, conflicto y catástrofes naturales.
- C.E.25.- Saber trabajar en colaboración con otros profesionales y comunidades.

- C.E.26.-Considerar a la persona, la familia y la comunidad desde una perspectiva global, teniendo en cuenta los múltiples factores determinantes de la salud.
- C.E.27.-Conocer las prácticas de salud que siguen las personas, las familias o grupos según sus creencias.
- C.E.28.-Consultar con otros miembros del equipo de salud.
- C.E.29.-Cerciorarse de que los pacientes reciben información, entendiéndola, sobre la que basar el consentimiento para los cuidados.
- C.E.30.-Colaborar con los pacientes y en su caso con el cuidador principal para examinar los progresos realizados en la consecución de los resultados previstos.
- C.E.31.-Demostrar habilidad en el uso de la comunicación con el paciente en todo lo relacionado con su cuidado.
- C.E.32.-Establecer y mantener relaciones de trabajo constructivas con el equipo de enfermería y el equipo multidisciplinar.
- C.E.33.-Participar con los miembros de los equipos de salud y de atención social en la adopción de las decisiones relativas a los pacientes.
- C.E.34.-Revisar y evaluar las acciones de salud con los miembros de los equipos de atención de salud y atención social.

COMPETENCIAS SISTÉMICAS:

- C.E.35.-Evaluar y documentar los progresos realizados en la consecución de los resultados previstos, en colaboración con el paciente, si es posible.
- C.E.36.-Documentar los progresos realizados.
- C.E.37.-Utilizar los datos de la evaluación para modificar el plan de cuidados.
- C.E.38.-Incorporar en el ejercicio profesional las conclusiones de la investigación, y otras evidencias, válidas y pertinentes.
- C.E.39.-Conocer la planificación para las situaciones de catástrofes / emergencias.
- C.E.40.-Proponer y colaborar en iniciativas de promoción de la salud y de prevención, evaluándolas.
- C.E.41.-Promover estilos de vida sanos para la persona, la familia y la comunidad.
- C.E.42.-Prestar apoyo para mantener el máximo nivel de autonomía.
- C.E.43.-Realizar una valoración de enfermería pertinente y sistemática de salud.
- C.E.44.-Formular un plan de cuidados, en colaboración con los pacientes y en su caso el cuidador principal.
- C.E.45.-Establecer prioridades para los cuidados, en colaboración con el paciente o cuidador principal, siempre que sea posible.
- C.E.46.-Identificar los resultados previstos y el tiempo para conseguirlos o resolverlos en colaboración con los pacientes y en su caso el cuidador principal.
- C.E.47.-Revisar periódicamente el plan de cuidados.
- C.E.48.-Documentar el plan de cuidados.
- C.E.50.-Ejercer la profesión de manera que respeta los límites de una relación profesional con el paciente.
- C.E.51.-Documentar la ejecución de sus intervenciones.
- C.E.52.-Responder eficazmente en situaciones imprevistas o ante urgencias y catástrofes.
- C.E.53.-Crear y mantener un entorno seguro para los cuidados recurriendo a estrategias de garantía de la calidad y de gestión del riesgo.
- C.E.54.-Utilizar instrumentos de evaluación adecuados para identificar los riesgos actuales y posibles.

- C.E.55.-Cerciorarse de que los agentes terapéuticos se administran con seguridad.
- C.E.57.-Comunicar y registrar los problemas de seguridad a las autoridades competentes.
- C.E.58.-Aplicar el conocimiento de prácticas interdisciplinarias eficaces.
- C.E.62.-Utilizar evidencia científica al evaluar la calidad del ejercicio de enfermería.
- C.E.63.-Participar en los procedimientos de mejora y garantía de la calidad.

Contenidos temáticos:

Contenido de la Asignatura en Actividades Cooperativas: Clase Magistral

Módulo I. Conceptos generales

Tema 1.- Nutrición: Objetivos y finalidades

Conceptos generales. Nutriente. Funciones de los nutrientes en el organismo.

Tema 2. - Concepto de energía

Metabolismo energético. Componentes del gasto energético. Cuantificación del gasto energético. Necesidades energéticas del organismo humano. Contenido energético de los nutrientes.

Tema 3. - Nutrientes

Cinética nutricional. El proceso posprandial e interdigestivo. Acción de los nutrientes en el organismo. Necesidades nutricionales. Sustancias antinutritivas.

Tema 4.- Componentes alimentarios de la dieta

Ingestas diarias recomendadas. Guías alimentarias: grupos, pirámides y rombos. Características de los distintos grupos de alimentos. Tablas de alimentos. Etiquetado de alimentos. Componentes biológicamente activos de los alimentos. Alimentos funcionales

Tema 5.- Calidad nutricional de los alimentos. Modificaciones

Objetivos del procesado de alimentos. Reducción de la biodisponibilidad de nutrientes en la cadena alimentaria. Pérdidas nutricionales y tipos de procesado.

Módulo II. Valoración del estado nutricional

Tema 6.- Valoración nutricional

Estructura y composición corporal. Marcadores nutricionales. Valoración clínica. Valoración antropométrica. Valoración analítica.

Tema 7.- Valoración nutricional: Determinación de la ingesta.

La historia clínico-dietética. Estudios retrospectivos. Estudios prospectivos. Porción comestible. Ración alimenticia. Medida casera.

Tema 8.- Valoración nutricional pediátrica y geriátrica

Marcadores nutricionales utilizados en la edad pediátrica. Curvas de crecimiento. Marcadores nutricionales geriátricos. Métodos de cribado y diagnóstico en geriatría.

Tema 9.- Diagnóstico nutricional

Métodos de cribado. Métodos de diagnóstico. Marcadores nutricionales en diferentes patologías.

Módulo III. Cuidados nutricionales y clínicos

Tema 10.- Proceso de atención nutricional

Plan de atención nutricional: hospitalario, en atención primaria y a domicilio. Prescripción dietética: preparación, confección y seguimiento.

Tema 11. Malnutrición.

Concepto y etiología. Malnutrición energético-proteica. Fisiopatología de la desnutrición. Formas clínicas de la malnutrición. Desnutrición hospitalaria: Sistemas de detección precoz.

Tema 12.- Métodos de sostén nutricional. Nutrición artificial

Respuesta orgánica a la agresión y utilización de sustratos nutricionales. Nutrición enteral. Nutrición parenteral. Nutrición artificial en la atención domiciliaria y a largo plazo.

Tema 13.- Interacciones fármaco-nutriente

Nivel nutricional y adecuada respuesta farmacológica. Factores de riesgo en la aparición de interacciones. Administración de fármacos en pacientes con terapia sustitutoria nutricional.

Tema 14.- Inmunonutrición. Alergias e intolerancias alimentarias

Alergia alimentaria: concepto y agentes desencadenantes. Manifestaciones clínicas. Tratamiento dietético. Prevención. Papel de los alimentos funcionales en la respuesta inmunológica

Módulo IV. Terapéutica dietética

Tema 15.- Enfermedades del sistema cardiovascular

Influencia de la dieta sobre los factores de riesgo aterogénico y trombótico. Hipertensión y factores dietéticos. Tratamiento dietético en las afecciones cardiovasculares.

Tema 16.- Dietas en las alteraciones del aparato digestivo

Tratamiento dietético de las alteraciones orofaríngeas. Terapéutica dietética en las afecciones gástricas. Tratamiento nutricional en las alteraciones intestinales. Dietas de protección hepática.

Tema 17.- Atención nutricional del diabético

Características de la alimentación. Tablas de equivalencia. Hábitos alimentarios inadecuados. Educación nutricional. Productos dietéticos y edulcorantes.

Tema 18.- Intervención nutricional en los trastornos de la ingesta

Detección y tratamiento de la malnutrición proteico-energética. Anorexia-bulimia: cuidados nutricionales. Sobrepeso y obesidad como trastorno alimentario.

Tema 19.- Nutrición, dieta y cáncer

Papel de los constituyentes de la dieta en la etiopatogénia del cáncer. Mecanismos nutricionales de la carcinogénesis. Efectos del cáncer y de la terapia antineoplásica sobre el estado nutricional. Atención nutricional del paciente neoplásico.

Tema 20.- Dietoterapia en afecciones renales y urológicas

Valoración nutricional en el paciente renal. Manejo dietético del paciente renal. Tratamiento dietético en las hiperuricemias y las litiasis renales

Tema 21.- Manejo nutricional del paciente con déficit neurológico

Valoración nutricional de pacientes con déficit neurológico. Importancia de la formulación de la dieta y del tratamiento nutricional.

Módulo V. Nutrición a lo largo del ciclo vital

Tema 22.- Nutrición en el embarazo y la lactancia

Efecto del estado nutricional en el embarazo. Complicaciones del embarazo relacionadas con la dieta. Directrices para la alimentación durante el embarazo y la lactancia, requerimientos nutricionales.

Tema 23.- Nutrición en los lactantes

Necesidades de nutrientes en los lactantes. Alimentación del lactante. Cuidados nutricionales del lactante de bajo peso al nacer.

Tema 24.- Nutrición en la infancia y la adolescencia

Nutrición y crecimiento. Necesidad nutricional en las distintas etapas de crecimiento. Prevención de problemas nutricionales.

Tema 25.- Nutrición y envejecimiento

Afectación nutricional y envejecimiento. Requerimientos nutricionales. Atención nutricional durante enfermedades prolongadas.

Tema 26.- Nutrición comunitaria

Identificación de los problemas y necesidades de salud con manejo dietético. Educación nutricional de la población. Modelos de educación nutricional.

Tema 27.- Nutrición en el ejercicio

Necesidades nutricionales del ejercicio. Control del peso. Papel de los nutrientes en el ejercicio. Balance hídrico. Suplementos nutricionales.

Tema 28. Nutrición y salud ósea

Nutrición y hueso. Nutrientes implicados en la salud ósea. Ingestas recomendadas de nutrientes. Tratamiento dietético. Educación nutricional

Tema 29. Nutrición y salud bucodental.

Cariogenia de los alimentos. Factores que influyen en la cariogenia de los alimentos. Cuidados nutricionales preventivos. Cuidados nutricionales en la enfermedad periodontal. Educación nutricional.

Tema 30. Investigación nutricional

Estructura de una investigación. Tipos de estudios de investigación en nutrición. Estudios de consumo de alimentos. Búsqueda de información en nutrición.

Actividades docentes: (%aproximado respecto al total de créditos)

Clases teóricas: 33% (2ECTS = 50 h). Actividades cooperativas en clase magistral

Actividades colaborativas: 33% (2ECTS = 50 h)

- **Seminarios: 4 = 8 horas**
- **Trabajos de campo (visita guiada): 1= 6 horas**
- **Presentaciones: 1= 2 horas**
- **Campus virtual: 34 h**
 - **Desarrollo de casos clínicos y ejercicios prácticos**
 - **Tutorías**
 - **Foros**

TOTAL:

Evaluación:

- **La evaluación de las actividades cooperativas (contenidos teóricos de la asignatura impartidos en clase magistral) supondrá el 70% de la calificación final. Se realizará en forma de ejercicio tipo test.**
- **La evaluación de las actividades colaborativas supondrá el 30% de la evaluación final.**

Bibliografía básica:

- Bowling T. Apoyo nutricional para niños y adultos. McGraw Hill. 2004.
- Cervera P, Clapés j, Rigolfas R. Alimentación y Dietoterapia. 4ª ed. Interamericana. Madrid, 2004.
- FAO/WHO/UNU, Expert Consultation (2004). Report on human energy requirements. Interim Report. Comité de expertos de energía de FAO/OMS/ONU.
- Farran A, Zamora R, Cervera P. Tablas de composición de alimentos del CESNID. Ediciones de la Universidad de Barcelona. Barcelona, 2004.
- Gibney M, Elia M, Ljungqvist O, Dowsett. Nutrición Clínica. Editorial Acribia. Zaragoza, 2007
- Gil A. Tratado de nutrición. Ed. Acción Médica. Madrid, 2005.
- Gybney M, Vorster H, Kok F. Introducción a la nutrición humana. Editorial Acribia, S.A.
- Hernández M, Sastre A, eds. Tratado de Nutrición. Madrid: Díaz de Santos 1999.

- León M, Celaya S. Manual de Recomendaciones Nutricionales al alta Hospitalaria. Barcelona: Novartis Consumer Health S.A., 2001 .
- Mahan LK, Escott-Stump S. Krause- Dietoterapia. 12ª edición. Ed. Elsevier/Masson Barcelona, 2009.
- Martínez, J. Alfredo, Astiasarán,I, Muñoz, M, Cuervo, M. Alimentación Hospitalaria. Fundamentos. Ed. Díaz de Santos, 2004
- Mataix Verdú J. Tabla de composición de alimentos. Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos. Universidad de Granada 2003.
- Mataix Verdú j. Tratado de nutrición y alimentación, Tomo I: nutrientes, Ed. OCEANO/ÉRGO. Barcelona, 2009
- Mataix Verdú j. Tratado de nutrición y alimentación, Tomo II: Situaciones fisiológicas y patológicas. Ed. OCEANO/ÉRGON. Barcelona, 2009.
- Miján de la Torre A. Nutrición y metabolismo en los trastornos de la conducta alimentaria. Barcelona: Editorial Glosa 2004.
- Miján de la Torre A. Técnicas y métodos de investigación en nutrición humana. Barcelona: Editorial Glosa 2002: 165-182.
- Moreiras O, Carbajal A, Cabrera L, Cuadrado C. Tablas de composición de alimentos. Madrid: Pirámide 2008
- Muñoz M, Aranceta j, García-Jalón 1. Nutrición aplicada y Dietoterapia. Pamplona: Eunsa, 2004.
- Salas-Salvadó J. Nutrición y Dietética clínica. Barcelona: Elsevier-Masson 2008.
- Serra L, Aranceta J. Nutrición y salud pública: métodos, bases científicas y aplicaciones. 2.ª ed. Elsevier . Barcelona, 2006.
- Souci SW, Fachmann W, Kraut H. Food composition and nutrition tables. Londres. Medpharm Scientific Publishers. CRC Press 2009.
- Thompson JL, Manore MM, Vaughan LA. Nutrición. Ed. Pearson Educación S.A. Madrid, 2008.
- Vázquez C, De Cos AI, López-Nomdedeu C. Alimentación y nutrición. Manual teórico-práctico. Díaz de Santos. Madrid, 2005.

Otra información relevante:

La asistencia y realización de las actividades colaborativas serán obligatorias para el alumno, y formarán parte del proceso evaluativo de la asignatura.