

Guía docente de la asignatura “Nutrición”**2020/2021**Código: 106099
Créditos ECTS: 6

Titulación	Plan	Tipo	Curso	Semestre
1471 Enfermería	Grado en Enfermería	FB	1	2

Contacto**Responsable:**Valverde Díez, Carmen Noemí
carmenvaldiez@gmail.com**Profesora:**Valverde Díez, Carmen Noemí
carmenvaldiez@gmail.com**Utilización de idiomas**Lengua vehicular mayoritaria: Castellano
Algún grupo íntegro en inglés: No
Algún grupo íntegro en catalán: No
Algún grupo íntegro en español: No**Prerrequisitos**

No hay prerrequisitos

Contextualización y objetivos

Esta asignatura forma parte del módulo de formación Ciencias Básicas, materia Nutrición y está planificada en el segundo semestre del grado en Enfermería. El propósito de la asignatura Nutrición es dar a conocer al estudiante los conceptos básicos de nutrición, alimentación y dietética para ayudar a las personas sanas a satisfacer la necesidad de alimentarse adecuadamente en las diferentes etapas de la vida, así como a las personas que presentan problemas de salud y que requieran un tratamiento dietético.

Objetivos de aprendizaje de la asignatura

1. Identificar los diferentes nutrientes y los alimentos donde se encuentran.
2. Conocer las necesidades nutricionales a lo largo del ciclo vital en personas sanas y con problemas de salud.
3. Describir como promover y reforzar pautas alimentarias saludables.
4. Identificar los problemas nutricionales de mayor prevalencia y realizar las recomendaciones dietéticas adecuadas.

Competencias y resultados de aprendizaje

Competencia	Resultados de aprendizaje
<p>E01. 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.</p>	<p>E01.06 Describir 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.</p> <p>E01.07 Reconocer los nutrientes y los alimentos en los que se encuentran, que permiten cubrir las necesidades nutricionales de las personas sanas y con problemas de salud.</p> <p>E01.08 Identificar los problemas nutricionales de mayor prevalencia y seleccionar las recomendaciones dietéticas adecuadas.</p>
<p>E10. Proteger la salud y el bienestar de las personas, familia o grupos atendidos, garantizando su seguridad.</p>	<p>E10.03 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 misma.</p> <p>E10.04 Diseñar dietas adecuadas en personas sanas y en los problemas de salud más prevalentes.</p>
Básicas/Generales	
<p>B03. 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.</p>	
<p>G04. Actuar en el ámbito de conocimiento propio evaluando las desigualdades por razón de sexo/género.</p>	<p>G04.03 Analizar las diferencias por sexo y las desigualdades de género en la etiología, la anatomía, la fisiología, las patologías, en el diagnóstico diferencial, las opciones terapéuticas, la respuesta farmacológica, el pronóstico y en los cuidados enfermeros.</p>

Contenidos

MÓDULO 1. Nutrición

1. Introducción a la Nutrición.
2. Conceptos introductorios.
3. Conceptos generales de objetivos nutricionales e ingestas nutricionales.
4. La energía en nutrición.
5. Funciones generales de los nutrientes.
6. Digestión y absorción de los nutrientes.
7. Macronutrientes: Glúcidos, lípidos y proteínas.
8. Micronutrientes: minerales, minerales del agua y vitaminas.
9. Fibra alimentaria.
10. Antioxidantes.
11. Componentes bioactivos.

MÓDULO 2. Alimentos. Alimentación saludable

1. Conceptos introductorios.
2. Grupos de alimentos: hortalizas, frutas, farináceos, lácteos, alimentos proteicos, alimentos grasos, miscelánea.
3. Aditivos alimentarios. Alimentos funcionales. Alimentos transgénicos.
4. Alimentación saludable:
 - 4.1. Comportamiento alimentario.
 - 4.2. Conceptos generales.
 - 4.3. Valoración de la ingesta: gasto energético, guías alimentarias, etiquetaje.
 - 4.4. Valoración nutricional: registros alimentarios, antropometría, bioquímica, hematología.
 - 4.5. Alimentación por grupos de edad: gestación, lactancia, infancia, adolescencia, menopausia, anciano.
5. Alternativas en alimentación.
6. Nutrientes que interaccionan con medicamentos.

MÓDULO 3. Consejo dietético en enfermedades de gran prevalencia. Dietas Hospitalarias

1. Conceptos introductorios.
2. Consejo dietético: objetivos y organización.
3. Consejo dietético en el aparato digestivo.
4. Consejo dietético en sobrepeso y obesidad.
5. Consejo dietético en la enfermedad cardiovascular.
6. Consejo dietético en la diabetes mellitus.
7. Consejo dietético en la enfermedad renal.
8. Consejo dietético en la hiperuricemia.
9. Consejo dietético en el paciente oncológico.
10. Dietas exploratorias.
11. Desnutrición hospitalaria.

12. Índice de dietas hospitalarias. Dieta basal hospitalaria y dietas terapéuticas.
 - 12.1. Indicaciones y características de las dietas con modificación de textura.
 - 12.2. Indicaciones y características de las dietas progresivas.
 - 12.3. Indicaciones y características de las dietas terapéuticas.
13. Nutrición artificial.

MÓDULO 4. Seguridad e higiene alimentaria.

1. Seguridad alimentaria.
2. Higiene alimentaria.

Metodología

El planteamiento metodológico de la asignatura parte de considerar que el protagonista en el proceso de enseñanza aprendizaje es el estudiante. El estudiante tiene que ser activo y autónomo en todo el proceso y el profesor da soporte al estudiante aportando la información y los recursos necesarios para que se dé el aprendizaje.

La asignatura es presencial con asistencia no obligatoria, pero sí recomendable.

Actividad dirigida:

Se utiliza metodología expositiva con soporte audiovisual, se fomenta la escucha activa, la participación y el sentido crítico. El desarrollo teórico de los temas se compagina con actividades en el aula, de tipo más práctico (individuales y/o en grupo), para consolidar los contenidos teóricos e integrar las competencias de la asignatura.

Actividad supervisada:

El estudiante realiza dos trabajos a lo largo de la asignatura. El primero es individual y consiste en la valoración de la ingesta alimentaria de una persona cercana al estudiante. El segundo trabajo se realizará en grupo y consistirá en el desarrollo de un caso práctico en relación al binomio alimentación-enfermedad, del cual se hará una presentación oral en clase.

Los trabajos se tendrán que presentar en formato electrónico a través del aula virtual.

Se podrán establecer tutorías presenciales o por vía electrónica con los grupos de trabajo cuando sea necesario.

Actividades formativas

Actividad	Horas	ECTS	Resultados de aprendizaje
Tipo: Dirigidas . Teoría (TE) . Prácticas de aula (PAUL)	45	1,80	E01.06, E01.07, E01.08, E10.03, E10.04, B03, G04.03
Tipo: Supervisadas . Tutoría:	1	0,04	
Tipo: Autónomas . Estudio personal . Elaboración de trabajos . Consulta bibliográfica	90	3,60	

Evaluación

El estudiante dispone de una única convocatoria por curso académico para superar la asignatura. La progresión académica y la superación de la asignatura se valora mediante una evaluación continuada y formativa, a través de dos pruebas escritas y la presentación de dos trabajos, uno individual y uno en grupo.

En las pruebas tipo test las respuestas negativas restan según la siguiente fórmula:
 $x = \text{Aciertos} - (\text{errores}/n-1)$, siendo n el número de opciones de respuesta.

Las indicaciones de los trabajos las establece la profesora al principio de curso.

La presentación de los mismos debe seguir la normativa de la EUI para ser aceptados.

La demora en la entrega, como máximo 24h, penaliza restando un punto de la nota del trabajo. No se aceptan entregas en plazos con demoras superiores.

La calificación de la asignatura viene dada por la media ponderada de las notas obtenidas en las pruebas descritas a partir de un 5 en cada una de ellas.

Actividad de recuperación

Se propone una actividad de recuperación a los estudiantes que hayan sido evaluados previamente por un conjunto de actividades cuyo peso mínimo equivalga a 2/3 partes de la calificación total de la asignatura y que hayan obtenido una nota final superior a 3,5 e inferior a 5 sobre 10.

Esta actividad consistirá en una prueba evaluativa, a determinar por el profesor, que incluirá los contenidos suspendidos, se realizará en el período establecido a tal efecto y sólo permitirá acceder a una cualificación de un 5.

La nota de la recuperación sustituirá la nota obtenida originalmente y se recalculará la nota ponderada final.

Una vez superada la asignatura, ésta no podrá ser objeto de una nueva evaluación.

No evaluable:

Se considerará no evaluable cuando el estudiante no haya participado en ninguna de las actividades de evaluación.

Calificación:

- 0 a 4,9: Suspenso
- 5,0 a 6,9: Aprobado
- 7,0 a 8,9: Notable
- 9,0 a 10: Sobresaliente (en el caso que el estudiante haya obtenido una nota igual o superior a 9, podrá optar, a criterio del profesor, a una matrícula de honor).

Revisión de la nota final

Una vez publicada la nota final, el estudiante puede solicitar una revisión de a nota en el período determinado para ello. No se aceptan solicitudes de revisión en fechas fuera del límite establecido.

Normas de comportamiento

La profesora podrá bajar la nota de la asignatura entre 1 y 2 puntos sobre 10 a aquel estudiante que de forma reiterada no respete las indicaciones sobre las normas de comportamiento en clase.

Actividades de evaluación

Actividad	Peso	Horas	ECTS	Resultados de aprendizaje
Evaluación escrita mediante dos pruebas objetivas	25% 25%	2 2	0,16	E01.06, E01.07, E01.08, E10.03, E10.04, B03, G04.03
Entrega Trabajos:				
- Individual:	25%	2	0,08	
- En grupo:	25%			

BIBLIOGRAFÍA

ALIMENTOS, COMPOSICIÓN Y PROPIEDADES

Editor: Iciar Astiasarán
Edición: 2ª; McGraW-Hill; 2000
ISBN: 8448603052

NUTRICIÓN Y DIETÉTICA CLÍNICA

Editor: Jordi Salas Salvadó
Edición: 4a; Elsevier Masson; 2019
ISBN: 9788445823774

DIETOTERAPIA, NUTRICIÓN CLÍNICA Y METABOLISMO

Editor: Daniel A. de Luis Román
Edición: 3a; Díaz de Santos; 2017
ISBN: 9788478856213

NUTRIGUÍA. MANUAL DE NUTRICIÓN CLÍNICA.

Editor: Ortega RM, Requejo AM.
Edición: 2ª. Panamericana; 2015
ISBN: 978-84-9835-867-4

FUNDAMENTOS DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA. BASES METODOLÓGICAS Y APLICACIONES.

Madrid.
Edición: Panamericana

ENLACES WEB

Alimentació - Canal Salut - Generalitat de Catalunya
http://canalsalut.gencat.cat/ca/home_ciudadania/vida_saludable/alimentacio/

Agència Catalana de Seguretat Alimentària
<http://www.gencat.cat/salut/acsa/>

Fundación Dieta Mediterranea
<https://dietamediterranea.com/ca/>

Base de Datos Española de Composición de Alimentos
<http://www.bedca.net/>

Agencia Española de Consumo, Seguridad Alimentaria y Nutrición
www.aecosan.msssi.gob.es/

Sociedad Española de Nutrición
<http://www.sennutricion.org/>

Sociedad Española de Nutrición Comunitaria

<http://www.nutricioncomunitaria.org/>

Sociedad Española de Nutrición Parenteral y Enteral

<http://www.senpe.com/>

Sociedad Española para el Estudio de la Obesidad

<http://www.seedo.es/>

European Food Information Council

<http://www.eufic.org/>

The European Nutrition for Health Alliance

<http://www.european-nutrition.org/>

The European Society for Clinical Nutrition and Metabolism

<http://www.espen.org/http://www.espen.org/>

Salud sin bulos. En español. Último acceso: 4 de octubre de 2019.

<https://saludsinbulos.com/>

EFSA. Dietary reference values for the EU. En inglés

<https://efsa.europa.eu/en/interactive-pages/drvs>

IDINUTRICIÓN. En español.

<https://www.ucm.es/idinutricion/>