

Guía Docente de la asignatura

Año 2024 - 2025

**NUTRICIÓN**

Código: 106099

Créditos ECTS: 6

Titulación	Tipo	Curso	Semestre
2500891 Enfermería	FB	1	2

Contacto	Uso de los idiomas
<p><b>Responsable:</b></p> <p>Urpí Fernández, Ana María <a href="mailto:aurpi@santpau.cat">aurpi@santpau.cat</a></p> <p><b>Profesorado:</b></p> <p>Urpí Fernández, Ana María <a href="mailto:aurpi@santpau.cat">aurpi@santpau.cat</a></p> <p>Blasco Suñé, Alejandro <a href="mailto:ablasco@santpau.cat">ablasco@santpau.cat</a></p> <p>Valverde Díez, Carmen Noemí <a href="mailto:carmenvaldiez@gmail.com">carmenvaldiez@gmail.com</a></p>	<ul style="list-style-type: none"><li>Grupo 1: Catalán</li></ul>

**Prerrequisitos**

No hay prerrequisitos oficiales.

**Contextualización y objetivos**

Esta asignatura forma parte del módulo de formación Ciencias Básicas, materia Nutrición y está planificada en el segundo semestre del Grado de Enfermería.

El propósito de esta asignatura 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 presenten 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 cómo 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
<b>ESPECÍFICAS</b>	
<b>E01.</b> Prestar una atención sanitaria técnica y profesional adecuada a las necesidades de salud de las personas que se 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.	<b>E01.06</b> Describir las necesidades nutricionales de las personas sanas y con problemas de salud durante su ciclo vital para promover y reforzar pautas de conducta alimentaria saludable. <b>E01.07</b> Reconocer los nutrientes y los alimentos en los que se encuentran, que permiten cubrir las necesidades nutricionales de las personas sanas o con problemas de salud. E01.08 Identificar los problemas nutricionales de mayor prevalencia y seleccionar las recomendaciones dietéticas adecuadas.
<b>E10.</b> Proteger la salud y el bienestar de las personas, familia o grupos atendidos garantizando su seguridad.	<b>E10.03</b> 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. <b>E10.04</b> Diseñar dietas adecuadas para personas sanas y con los problemas de salud más prevalentes
<b>GENERALES / BÁSICAS</b>	
<b>G04.</b> Actuar en el ámbito del conocimiento propio evaluando las desigualdades por razón de sexo/género.	<b>G04.03</b> 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.
<b>B03</b> Que los estudiantes tengan la capacidad de reunir e interpretar los 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.	

## **Contenido**

### **MÓDULO 1. Bases Fisiológicas y bioquímicas de la nutrición**

1. Introducción a la nutrición.
2. Necesidades energéticas. Concepto de balance energético. Concepto de ingreso energético. Concepto de gasto energética y medida del gasto energético. Ecuaciones de cálculo del gasto energético de una persona. Determinación de las necesidades nutricionales de una persona.
3. Clasificación, función, digestión y metabolismo de los Macronutrientes (glúcidos, lípidos y proteínas) y Micronutrientes (vitaminas y minerales).

### **MÓDULO 2. Composición y calidad nutricional de los alimentos. Alimentación saludable, sostenible y segura.**

1. Grupos de alimentos y composición:
  - 1.1. - Leche y derivados lácteos.
  - 1.2. - Carnes y derivados.
  - 1.3. - Pescados y mariscos.
  - 1.4. - Huevos y ovoproductos.
  - 1.5. - Cereales y productos derivados.
  - 1.6. - Legumbres, verduras y productos hortícolas. Fibra.
  - 1.7. - Frutas y productos derivados.
  - 1.8. - Fruta seca.
  - 1.9. - Grasas y aceites.
  - 1.10.- Bebidas: vegetales, alcohólicas, refrescantes, café e infusiones.
  - 1.11.- Otros: alimentos funcionales, aditivos, alimentos transgénicos, nuevas fuentes de nutrientes, alimentos procesados.
2. Alimentación Saludable y Sostenible. Guías alimentación saludable. Ingestas dietéticas de referencia. Recomendaciones cualitativas y cuantitativas de la alimentación saludable. Dieta Mediterránea. Concepto de alimentación sostenible y desperdicio alimentario.
3. Alimentación en vegetarianismo y veganismo.
4. Tablas de composición de los alimentos y bases de datos nutricionales. Concepto de raciones.
- 5.- Seguridad e higiene alimentaria. Conceptos. Sistemas de control de la seguridad alimentaria. Etiquetado. Dieta de Baja Carga Bacteriana (BCB).

### **MÓDULO 3. Valoración del estado nutricional**

1. Valoración nutricional.
2. Análisis de la composición corporal. Parámetros antropométricos y técnicas de composición corporal.
3. Datos bioquímicos.
4. Desnutrición: tipos, causas, diagnósticos, tratamiento y consecuencias en la salud.

#### **MÓDULO 4. Alimentación en las diferentes etapas del ciclo vital.**

1. Alimentación durante el embarazo y la lactancia.
2. Alimentación a la infancia.
3. Alimentación a la adolescencia.
4. Alimentación a la vejez, anciano frágil y sarcopenia.
5. Alimentación durante la menopausia.
6. Igualdad de género y nutrición. Conceptos de género y nutrición. Género e impacto en la salud y la nutrición. Inclusión de género en las intervenciones nutricionales.

#### **MÓDULO 5. Dietoterapia en problemas de salud más prevalentes.**

1. Nutrición y obesidad. Definición, valoración y tipo de obesidad. Etiopatogenia. Tratamiento. Cirugía de la obesidad.
2. Nutrición en la Diabetes Mellitus. Objetivo del tratamiento nutricional. Recomendaciones nutricionales.
3. Nutrición y enfermedad cardiovascular. Enfermedades asociadas a la aterosclerosis. Modelo de dieta Mediterránea y riesgo cardiovascular. Nutrición e insuficiencia cardíaca. Dieta hiposódica.
4. Nutrición en las enfermedades renal. Dieta adecuada en diálisis y prediálisis.
5. Nutrición y cáncer. Objetivo del soporte nutricional. Requerimientos nutricionales. Estrategia nutricional. Concepto inmunonutrición.
6. Nutrición en patologías digestivas. Enfermedad inflamatoria intestinal. Colitis ulcerosa. Síndrome de malabsorción. Colostomías e ileostomías. Gastrectomías. ERGE.
7. Nutrición en enfermedades neurológicas. Disfagia.
8. Nutrición en alergias e intolerancias alimentarias. Diferencias entre alergia e intolerancia. Celiacía. Intolerancia a la lactosa. Intolerancia fructosa y sorbitol. Alergia a la Proteína de la Leche de vaca (APLV).
9. Nutrición en trastornos de la conducta alimentaria.
10. 10. Interacciones entre fármacos y nutrientes.
11. Dietas exploratorias.
12. Índice de dietas hospitalarias. Indicaciones y características.
13. Nutrición artificial. Suplementación oral. Nutrición enteral y parenteral. Nutrición Enteral Domiciliaria (NED). Alimentación Básica Adaptada (ABA).

## **Metodología**

El planteamiento metodológico de la asignatura parte de considerar que cada estudiante es protagonista en el proceso de enseñanza y aprendizaje. El alumnado debe ser activo y autónomo en todo el proceso y el profesorado debe apoyarle, aportando la información y los recursos necesarios para que se dé el aprendizaje.

La asignatura es de tipo presencial con asistencia no obligatoria, pero si recomendable.

### ***Teoría (TE)***

Se utiliza principalmente la clase magistral, mediante la transmisión de información en un tiempo ocupado principalmente por la exposición oral y el soporte de las TIC. Durante la sesión teórica se fomenta el planteamiento de dudas y preguntas, el debate, se introducen actividades prácticas, y se orienta la búsqueda de información.

### ***Prácticas de aula (PAUL)***

La estrategia metodológica central es el aprendizaje a partir del trabajo individual y en grupo reducido. Se realizan actividades que complementan la teoría, así como ejercicios a partir de los cuales se elabora la teoría.

Las tutorías, de carácter presencial o en red permiten el acompañamiento, el apoyo y el seguimiento del estudiante en todo el proceso.

## **Actividades formativas**

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

***El profesorado destinará aproximadamente unos 15 minutos una vez finalizada la asignatura para permitir que los estudiantes puedan responder las encuestas de valoración sobre la actuación docente y la asignatura.***

## Evaluación

### *Evaluación continuada*

La evaluación de la asignatura consta de 3 bloques:

- **Trabajo individual.** El trabajo individual consiste en la valoración de la ingesta alimentaria de una persona cercana al estudiante. La calificación se realiza según la complejidad del ejercicio, de manera numérica (1-10). Se requiere una nota mínima de 5 para ponderar este bloque con el 25%. Si la nota es < 5 hay que recuperar, siendo la nota máxima, un 5. La demora en la entrega, máximo 24h, penalizará restando un punto de la nota del trabajo.
- **Trabajo grupal + presentación oral.** El trabajo grupal consistirá en el desarrollo de un caso práctico en relación al binomio alimentación-enfermedad, del que se deberá hacer una presentación oral en clase. La distribución de género en el trabajo y la presentación oral entre los grupos será equitativa. La calificación es numérica (1-10). Se requiere una nota mínima final de 5 en toda esta categoría, para ponderar este bloque con el 25%. La demora en la entrega, máximo 24h, penalizará restando un punto de la nota del trabajo.
- **Prueba escrita tipo test.** Dos pruebas escritas tipo test: prueba escrita I (Módulo 1, 2 y 3) y prueba escrita II (Módulo 4 y 5). Se requiere una nota mínima de 5 para ponderar este bloque con el 50%. La prueba es de tipo test. Las respuestas negativas quedan según la siguiente fórmula:  $X = \text{aciertos} - (\text{errores} / n - 1)$ , siendo  $n$  el número de opciones de respuesta. Así en el tipo de examen más frecuente de 5 opciones posibles (A, B, C, D o E), cada ítem contestado incorrectamente, resta 0.25 ítems correctamente contestados; por lo tanto 4 errores restan una respuesta correcta.

**Se realizará retroacción de los resultados de las pruebas de evaluación a través del aula y de tutorías en su caso.**

**La rúbrica de evaluación del trabajo está disponible en el aula virtual.**

## Calificación

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

## Evaluación única

1. En esta asignatura no hay ninguna tarea programada para hacer de manera grupal.
2. La fecha de la prueba única coincidirá con la fecha de la última prueba de evaluación continuada que aparece en la programación diaria y en el calendario de las actividades formativas y evaluativas.
3. La evaluación única consistirá en:
  - Prueba 1 que consistirá en **prueba objetiva tipo test (Módulo 1, 2 y 3)** y pondera un **25%**.
  - Prueba 2 que consistirá en la **prueba objetiva tipo test (Módulo 4 y 5)** y pondera un **25%**.
  - Prueba 3 que consistirá en **entrega de trabajo individual** y pondera un **25%**.
  - Prueba 4 que consistirá en **entrega de trabajo individual** y pondera un **25%**.

### **Actividad de recuperación**

1. Se determina una única fecha para la actividad de recuperación para todos los estudiantes estén o no acogidos a evaluación única
2. Se propone una actividad de recuperación para aquellos estudiantes que hayan sido evaluados previamente por el conjunto de actividades cuyo peso equivalga a un mínimo de 2/3 partes de la calificación total de la asignatura, y hayan obtenido una nota final superior a 3,5 e inferior a 5 sobre 10.
3. Esta actividad consistirá en una prueba evaluativa, a determinar por el profesorado, que incluirá los contenidos suspendidos, se realizará en el periodo establecido a tal efecto y sólo permitirá obtener una calificación de 5.
4. La nota de recuperación, el 5, sustituirá la nota obtenida originalmente y se recalculará la nota ponderada final.
5. Una vez superada la asignatura, ésta no podrá ser objeto de nueva evaluación.

### **No evaluable**

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

### **Revisión de examen**

Una vez publicada la nota final, el estudiante puede solicitar la revisión de la prueba de recuperación en el periodo establecido. No se aceptan solicitudes de revisión en fechas fuera de este periodo.

### **Procedimiento en caso de copia / plagio**

1. La **copia o plagio** en cualquier tipo de actividad de evaluación constituyen un delito, y se penalizará con un 0 como nota de la asignatura perdiendo la posibilidad de recuperarla, tanto si es un trabajo individual como en grupo (en este caso, todos los miembros del grupo tendrán un 0).
2. Si durante la realización de un trabajo individual en clase, el/la profesor/a considera que un estudiante está intentando copiar o se le descubre algún tipo de documento o dispositivo no autorizado por el profesorado, se calificará el mismo con un 0, sin opción de recuperación, y por tanto, tendrá suspendida la asignatura.
3. Se considerará que un trabajo, actividad o examen está "copiado" cuando reproduce todo o una parte significativa del trabajo de uno/a mismo/a, de otro compañero o compañera.
4. Se considerará que un trabajo o actividad está "plagiado" cuando se presenta como propio una parte de un texto de un autor o autora sin citar las fuentes, independientemente de que las fuentes originarias sean en papel o en formato digital.

### **Aspectos de la evaluación relacionados con valores y actitudes**

1. El/la profesor/a podrá disminuir, entre 1 y 2 puntos la nota de la asignatura cuando de manera reiterada, el estudiante no respete las indicaciones del comportamiento en el aula y/o perturbe el funcionamiento normal de la misma.
2. "No se tolerará ninguna falta de respeto a las compañeras, a los compañeros o al profesorado. Tampoco se tolerarán actitudes homófobas, sexistas o racistas. Cualquier estudiante en que se detecten alguna de las actitudes anteriormente descritas, se le calificará de suspendido en la asignatura."

## **Aspectos formales de trabajos escritos**

En todas las actividades (individuales y en grupo) se tendrá en cuenta, la corrección lingüística, la redacción y los aspectos formales de presentación.

## **Otras consideraciones**

1. Todas las pruebas evaluativas estarán publicadas en la programación diaria y en el calendario de las actividades formativas y evaluativas.
2. La fecha de la prueba única coincidirá con la fecha de la última prueba de evaluación continuada.
3. El alumnado que repite la asignatura puede solicitar al comienzo de curso realizar sólo una evaluación de síntesis final (artículo 117, página 46 de la Normativa académica de la Universidad Autónoma de Barcelona (Aprobada por acuerdo del Consejo de Gobierno de 7 de julio de 2022, y modificada por acuerdo de Consejo de Gobierno de 1 de febrero de 2023).

*Los estudiantes en segunda o más matrícula que se hayan presentado a todas las pruebas de evaluación el curso anterior, pueden optar a evaluarse con una única actividad de evaluación de síntesis. Esta actividad consistirá en un examen al finalizar la asignatura coincidiendo con el examen escrito de la asignatura. Los estudiantes en segunda o más matrícula que quieran optar al examen de síntesis deben comunicarlo por escrito al profesorado responsable de la asignatura dos semanas antes de la fecha publicada.*

## **Actividades de Evaluación**

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

## **Bibliografía**

### ***Libros:***

#### **ALIMENTOS. COMPOSICIÓN Y PROPIEDADES**

*Editor:* Iciar Astiasarán

*Edición:* 2ª; McGraw-Hill; 2000

*ISBN:* 8448603052

#### **NUTRICIÓN Y DIETÉTICA CLÍNICA**

*Editor:* Jordi Salas Salvadó

*Edición:* 3ª; Elsevier Masson; 2014

*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

#### **KRAUSE. DIETOTERAPIA**

*Editor:* Raymond JL, Morrow K.

*Edición:* 15ª. Elsevier España; 2021

*ISBN:* 978-84-9113-937-9

### ***Enlaces web:***

Alimentación - Canal Salud - Generalidad de Cataluña. [Internet]. [Consultado 18 de junio de 2024]. Disponible en:  
[http://canalsalut.gencat.cat/ca/home\\_ciudadania/vida\\_saludable/alimentacio/](http://canalsalut.gencat.cat/ca/home_ciudadania/vida_saludable/alimentacio/)

Agencia Catalana de Seguridad Alimentaria. [Internet]. [Consultado 18 de junio de 2024]. Disponible en:  
<http://www.gencat.cat/salut/acsa/>

Fundación Dieta Mediterránea. [Internet]. [Consultado 18 de junio de 2024]. Disponible a:  
<https://dietamediterranea.com/ca/>

Base de Datos Española de Composición de Alimentos. [Internet]. [Consultado 18 de junio de 2024]. Disponible a:  
<http://www.bedca.net/>

Agencia Española de Consumo, Seguridad Alimentaria y Nutrición. [Internet]. [Consultado 18 de junio de 2024].

Disponible en:

[www.aecosan.msssi.gob.es/](http://www.aecosan.msssi.gob.es/)

Sociedad Española de Nutrición. [Internet]. [Consultado 18 de junio de 2024]. Disponible en:

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

Sociedad Española de Nutrición Comunitaria. [Internet]. [Consultado 18 de junio de 2024]. Disponible a:

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

Sociedad Española de Nutrición Clínica y Metabolismo. [Internet]. [Consultado 18 de junio de 2024]. Disponible a:

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

Sociedad Española para el Estudio de la Obesidad. [Internet]. [Consultado 18 de junio de 2024]. Disponible en:

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

European Food Information Council. [Internet]. [Consultado 18 de junio de 2024]. Disponible en:

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

The European Nutrition for Health Alliance. [Internet]. [Consultado 18 de junio de 2024]. Disponible en:

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

The European Society for Clinical Nutrition and Metabolism. [Internet]. [Consultado 18 de junio de 2024].

Disponible:

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

Salud sin bulos. [Internet]. [Consultado 18 de junio de 2024]. Disponible a:

<https://saludsinbulos.com/>

EFSA. Dietary reference values for the EU. [Internet]. [Consultado 18 de junio de 2024]. Disponible a:

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

### **Plataformas docentes:**

- Moodle
- Kahoot
- Google Forms

