

2º CURSO

NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

Coordinación:

Raquel González Hervías

Profesores:

Raquel González Hervías

NUTRICIÓN Y DIETÉTICA (Cód.13659)

ASIGNATURA: Troncal. 2º Semestre

<u>CRÉDITOS:</u>	TEÓRICOS:	4
	PRÁCTICOS-CLÍNICOS:	1
	TOTALES:	5

COORDINACIÓN: Raquel González Hervías

PROFESORES: Raquel González Hervías

PROPÓSITO:

Que el alumno adquiriera las bases teórico-prácticas fundamentales sobre nutrición y dietética que le capaciten para aplicarlas en su ejercicio profesional.

OBJETIVOS:

1. El estudiante será capaz de conocer los principios y conceptos básicos relacionados con los alimentos, la nutrición.
2. Adquirir los conocimientos suficientes que le permitan colaborar dentro de equipos multidisciplinares en el diseño y desarrollo de Programas de prevención y educación nutricional
3. Capacitar para la elaboración y evaluación de dietas equilibradas de acuerdo a criterios actuales

METODOLOGÍA:

ASIGNATURA SIN DOCENCIA

CRITERIOS DE EVALUACIÓN:

Para la superación de la asignatura el estudiante deberá obtener al menos una nota final de 5 sobre 10, que se alcanzará mediante:

EVALUACIÓN FINAL

- Examen Final consistirá en un examen tipo test, de 50 preguntas con cuatro opciones de respuestas, de las cuales se descontará una pregunta bien contestada por tres preguntas contestadas erróneamente. Mas la realización de un caso práctico y una pregunta abierta.
- El examen representará el 100 % (10 sobre 10) de la nota final.

CALENDARIO DE EXÁMENES:

- Examen **Final Ordinario**: 16 de mayo 2013. Hora:8.30
- Examen **Final Extraordinario**: 1 de julio 2013. Hora: 8.30

CONTENIDOS TEÓRICOS:

MÓDULO I: INTRODUCCIÓN A LA NUTRICIÓN

- Tema 1: Conceptos generales:** Fundamentos de nutrición y dietética. Nutrientes: funciones. Definición de nutrición, alimentación, alimento y nutriente. Digestión, Absorción y Metabolismo. Desnutrición: Definición. Clasificación. Repercusión y efectos de la desnutrición
- Tema 2: Principios inmediatos:** Introducción. Hidratos de carbono: concepto, características. Grasas: concepto, características e importancia nutricional. Proteínas: concepto, características.
- Tema 3: Vitaminas y minerales.** Vitaminas: Definición. Clasificación. Déficit vitamínico: sintomatología. Ingestas recomendadas. Minerales: Funciones. Clasificación. El Agua y los electrolitos: función, necesidades, fuentes alimentarias.
- Tema 4: Alimentos.** Definición. Clasificación. Dieta Equilibrada. Pautas nutricionales de la OMS. Tabla de composición de alimentos. Verduras y Frutas. Características comunes. Legumbres, cereales y féculas. Frutos secos. Generalidades. Funciones. Lácteos y derivados: Conceptos y características; valor nutricional y aporte energético. Tipos, propiedades y sus derivados. Carnes, pescados y huevos: Conceptos y características; valor nutricional y aporte energético. Tipos y propiedades.

MÓDULO II: ALIMENTACIÓN, EN LAS DIFERENTES ETAPAS DE LA VIDA

- Tema 5: Dieta y nutrición de la mujer durante la Gestación y la Lactancia:** Indicaciones. Adaptaciones fisiológicas con repercusión nutricional. Modificaciones de la dieta. Recomendaciones nutricionales generales y específicas. Problemas relacionados con la nutrición durante el embarazo. Situaciones de riesgo nutricional. Lactancia materna, ventajas. Alimentación Recomendaciones generales en la lactancia materna Alimentación en el primer año de vida: características, necesidades energéticas. Complementaria.
- Tema 6: Infancia y Adolescencia:** Factores determinantes del crecimiento. Alimentación entre 1 y 3 años. Alimentación del escolar y adolescente. Requerimientos y pautas. Situaciones que requieren modificación alimentaria
- Tema 7: Etapa adulta.** Equilibrio nutricional. La alimentación o dieta mediterránea. Reglas de una alimentación saludable Cambios en la madurez. Envejecimiento: Cambios fisiológicos relacionados con la nutrición. Necesidades nutricionales. Factores de riesgo nutricional. Modificaciones de la dieta. Consejos nutricionales para las alteraciones de la masticación y la deglución.

MÓDULO III: ALIMENTACIÓN Y CULTURA. VALORACIÓN NUTRICIONAL

- Tema 8: Comportamiento Alimentario.** Factores que influyen: familia, sociedad. Cultura. Alimentación no tradicional. Técnicas culinarias y de conservación de alimentos.
- Tema 9: Infecciones de origen alimentario.** Epidemiología de los trastornos de la alimentación. Los nuevos alimentos: transgénicos, funcionales, prebióticos
- Tema 10: Valoración nutricional.** Definición. Concepto de energía: Necesidades, gasto, regulación. Balance energético. Cálculo de necesidades calóricas. Nutrición aplicada a la práctica clínica: Historia clínica. Encuesta dietética. Exploración física y somatometría. Parámetros bioquímicos. Factores que pueden afectar la conducta alimentaria.

MÓDULO IV: DIETOTERAPIA

- Tema 11: Nutrición en instituciones:** Realización de la dieta: Dieta basal y dieta terapéutica. Tipos de dietas terapéuticas. Causas de desnutrición. Situaciones nutricionales especiales: Alimentación enteral y nutrición parenteral. Preparación para pruebas diagnósticas.
- Tema 12: Trastornos de la conducta alimentaria I:** Obesidad y control de peso. Obesidad mórbida: problemas relacionados con la Salud Pública. Diagnóstico de la Obesidad. Etiología. Clasificación de la Obesidad. Etiología, diagnóstico y complicaciones. Tratamiento dietético de la obesidad: características generales de las dietas hipocalóricas.
- Tema 13: Trastornos de la conducta alimentaria II:** Anorexia y Bulimia: Etiología. Complicaciones. Diagnóstico diferencial. Seguimiento. Otros trastornos de la conducta alimentaria: Potomanía, Ortorexia, Picas.
- Tema 14: Nutrición y trastornos endocrinos: Diabetes.** Conceptos y características. Alteraciones nutricionales. Factores que influyen en la adhesión/ no adhesión de la dieta. Recomendaciones: calóricas, sustancias nutritivas, edulcorantes alternativos. Actuación en las complicaciones: hipoglucemia, hiperglucemia, vómitos, diarrea, fiebre. Otros trastornos endocrinos
- Tema 15: Nutrición y trastornos cardiovasculares y pulmonares:** Nutrición en las distintas patologías cardiovasculares. Manejo nutricional del paciente con asma, bronquitis, neumonía y EPOC
- Tema 16: Nutrición y alteraciones digestivas.** Alteraciones Gástricas y manejo nutricional: Vómito, Gastroenteritis, Patología intestinal, trastornos hato/biliares.
- Tema 17: Nutrición y Nefropatías:** Principales alteraciones renales: influencia de la dieta en el control y evolución de la patología. Recomendaciones dietéticas en las alteraciones renales. Nutrición y dieta en hemodiálisis y diálisis peritoneal. Dieta hipouremiante. Litiasis renal y gota
- Tema 18: Nutrición en diferentes patologías:** osteoporosis, cáncer. Sida, cirugía, infecciones, úlceras por presión, anemias y salud mental

BIBLIOGRAFÍA RECOMENDADA:

- CERVERA, P.; CLAPÉS, J.; RIGOLFÁS, R. *Alimentación y dietoterapia*. 4ª ed. Madrid: McGraw-Hill-Interamericana, 2004.
- CAO, J. M. *Nutrición y dietética*. Barcelona: Masson, 2001.
- MARTÍN, C.; et al. *Nutrición y dietética*. Madrid: DAE, 2000.
- LEÓN SANZ, M.; CELAYA PÉREZ, S. (eds.). *Manual de Recomendaciones Nutricionales al Alta Hospitalaria*. Madrid: You & Us, 2001.

BIBLIOGRAFÍA DE CONSULTA:

- MAHAN L. K.; ESCOTT-STUMP, S. *Nutrición y dietoterapia de Krause*. 9ª ed. México D. F: McGraw-Hill Interamericana, 2000.
- AGUILAR CORDERO, M. J.; et al. *Lactancia materna*. Madrid: Elsevier, 2004.
- MORENO, B.; MONEREO, S.; ÁLVAREZ, J. *La obesidad en el Tercer Milenio*. 3ª ed. Madrid: Médica Panamericana, 2004.
- FOZ, M.; FORMIGUERA, X. *Obesidad*. Madrid: Harcourt, 1998.