

GRADO EN ENFERMERÍA

28221 - NUTRICIÓN Y SALUD

Información general

- Tipo de asignatura : Básica
- Coordinador : Carme Rosell Moreno
- Curso: Segundo
- Trimestre: Segundo
- Créditos: 4
- Profesorado:
 - Jordi Sarola Gassiot <jsarola@tecnocampus.cat>
 - Maria Dolors Muns Cornellas <mmuns@tecnocampus.cat>

Idiomas de impartición

- Catalán
- Castellano

Las clases presenciales se impartirán en catalán.

Competencias que se trabajan

Básica

- CB4_ Que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado
- 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

Específica

- CE2_ Conocer el uso y la indicación de productos sanitarios vinculados a los cuidados de enfermería
- CE5_ 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

General

- CG6. Basar las intervenciones de la enfermería en la evidencia científica y en los medios disponibles.

Descripción

Esta asignatura tiene el propósito de revisar los principios básicos de metabolismo y energía, así como conocimientos sobre alimentos y nutrientes. El alumno debe comprender las bases del estado nutricional y la atención dietética, conociendo la función de los nutrientes en el mantenimiento de la salud y las repercusiones nutricionales de las enfermedades. Exploraremos como es la cocina hospitalaria actual y los tipos de dietas que encontramos en los hospitales. También veremos las alimentaciones artificiales

como son la enteral y la parenteral.

Seguiremos con las recomendaciones alimentarias para patologías de gran prevalencia como son la obesidad, la hipertensión y las enfermedades cardiovasculares, las dislipemias, la diabetes y el cáncer.

Ahondaremos en las pautas y recomendaciones alimentarias para las diferentes etapas de la vida: el bebé, la infancia, la adolescencia, la mujer embarazada, la mujer lactante y el anciano.

En los últimos años vivimos inmersos en la pandemia de las intolerancias alimentarias y las alergias alimentarias. Ciertos alimentos pueden producir síntomas incómodos debido a su incorrecta y/o dificultosa digestión. Otros alimentos tienen respuestas exageradas del sistema inmunológico que ponen en riesgo la vida de la persona. Hay que ver qué alimentos las causan, cuáles son sus características y síntomas, así como las dietas específicas.

En los seminarios trabajaremos a nivel práctico las alimentaciones alternativas que encontramos en una parte cada vez más importante de la población.

Hace falta reconocer los alimentos e ingredientes para poder saber si estamos hablando de dieta equilibrada nutricionalmente o dieta carente de nutrientes.

Veremos las alimentaciones de la población inmigrante y los principales alimentos que consumen, así como los problemas alimentarios más comunes.

Trabajaremos a nivel práctico los conceptos de recordatorios (24 y 72 horas), cuestionario de frecuencia de consumo de alimentos, antropometría, composición corporal e índices de salud.

Resultados de aprendizaje

Resultados de aprendizaje

RA 4. Conocer e identificar los nutrientes y los alimentos en los que se encuentran.

RA 5. Identificar y valorar las necesidades nutricionales de las personas en situación de salud y enfermedad.

RA 22. Conocer las características terapéuticas de los alimentos según su contenido nutricional, así como el impacto que producen sobre la salud de las personas.

RA 23. Conocer las combinaciones alimentarias que permiten construir dietas terapéuticas en función de las diferentes patologías, hábitos y preferencias.

RA 24. Valorar los hábitos y comportamientos culturales alimentarios, utilizando los instrumentos de valoración existentes más adecuados a las características individuales y/o grupales.

RA 25. Identificar los diagnósticos y las intervenciones enfermeras específicas en el cuidado de las personas con problemas nutricionales.

Metodología de trabajo

La metodología de la asignatura se realizará a través de las horas presenciales en el aula y el tiempo de trabajo autónomo, con soporte del entorno virtual de aprendizaje.

Metodologías docentes

MD1. Sesiones de clases expositivas

MD2. Seminarios

MD3. Trabajo en grupo

MD6. Tutorías presenciales en grupo o individuales

MD11. Trabajo autónomo

Tanto en las sesiones presenciales como en las de trabajo autónomo, el estudiante trabajará de forma individual y en grupos de trabajo.

Contenidos

El primer día se presentará y se explicará el funcionamiento de las actividades individuales y los seminarios.

CONTENIDOS

1. Introducción y conceptos básicos.

1.1. Conceptos básicos sobre alimentación y nutrición.

1.2. Historia alimentaria: historia de salud, cuestionario de frecuencia de consumo de alimentos y recordatorio de 24 horas.

2. Los nutrientes: macronutrientes y micronutrientes, fibra alimentaria y agua.

2.1. Macronutrientes: proteínas, hidratos de carbono y lípidos.

2.2. Micronutrientes: vitaminas, minerales y oligoelementos.

2.3. Fibra alimentaria.

2.4. Agua.

3. Grupos alimentarios.

3.1. Leche y derivados.

3.2. Carne, pescado y huevos.

3.3. Cereales, pseudocereales, semillas, tubérculos y legumbres.

3.4. Fruta y verdura.

3.5. Grasas.

3.6. Otros alimentos.

4. Alimentación equilibrada.

4.1. La pirámide alimentaria y el consejo dietético.

5. Sistemas de alimentación.

- 5.1. Alimentación enteral.
- 5.2. Alimentación parenteral.

6. Recomendaciones alimentarias y consejo alimentario en patologías de gran prevalencia.

- 6.1. El sobrepeso y la obesidad.
- 6.2. Las enfermedades cardiovasculares y la hipertensión.
- 6.3. Dislipemias.
- 6.4. La diabetes tipo 1 y tipo 2.
- 6.5. El cáncer.

7. Alimentación en las diferentes etapas de la vida.

- 7.1. Alimentación del bebé.
- 7.2. Alimentación en la infancia y adolescencia.
- 7.3. Envejecimiento y alimentación.
- 7.4. Embarazo y lactancia.

8. Alergias, intolerancias y enfermedades autoinmunitarias.

- 8.1. Introducción.
- 8.2. Enfermedad celíaca.
- 8.3. Intolerancia a la lactosa.
- 8.4. Dieta FODMAP e inflamación intestinal.

Seminario 1. Seguridad alimentaria.

Este seminario está dirigido a conocer qué es y como funciona la cadena alimentaria y aspectos de higiene alimentaria a nivel de prevención y consejo dietético.

Seminario 2. Alimentación de mestizaje y población inmigrante. Multiculturalidad y alimentación.

Este seminario está dirigido a conocer las diferentes alimentaciones de las poblaciones inmigrantes con más presencia en nuestro país, sus alimentos, problemas más comunes y saber como dar consejo alimentario.

EJERCICIOS INDIVIDUALES

Cada tema tiene un cuestionario individual a resolver a través del Aula Virtual.

TRABAJOS EN GRUPO

Trabajos en grupo de los seminarios.

Actividades de aprendizaje

	Tipologia Activitat	ECTS	HORES
Actividades formativas	AF1. Clase magistral	1,2	30
	AF5. Seminarios	0,4	8
	AF6. Trabajos en grupo	0,2	4
	AF7.Trabajo individual	0,2	4
	AF9. Estudio personal	2,4	60

Sistema de evaluación

Sistema de cualificación (Real Decreto 1125/2003, de 5 de setiembre) que establece que els sistema europeo de cualificaciones a las titulaciones universitarias de carácter oficial y validez en todo el territorio estatal:

- 0 - 4,9: Suspenso
- 5,0 - 6,9: Aprobado
- 7,0 - 8,9: Notable
- 9,0 - 10: Excelente

La evaluación de la asignatura es continuada, a través de diferentes herramientas para valorar las diferentes competencias necesarias para superar la materia.

La evaluación de las competencias se hará mediante las siguientes actividades:

- Un examen final, que consistirá en una prueba de elección múltiple.
- problemas planteados en los seminarios.
- de trabajos individuales.

En la evaluación de las competencias se tendrá en cuenta la presencia del estudiante en la clase y su implicación en los seminarios, así como las intervenciones individuales en los diferentes ejercicios en el Aula Virtual.

	Sistema de evaluación	Ponderación	Competencias evaluadas
	SE1. Examen final individual	50%	CB3, CE2, CE5, RA4, RA5, RA22, RA23, RA25
Sistemas de evaluación	SE2. Trabajos individuales	30%	CB3, CB4, CB5, CG6, RA24
	SE3. Trabajos en grupo	15%	CB3, CB4, CE2, CE5, CG6, RA4, RA5
	SE4. Participación en el aula	5%	CB3, CB4, CE5, RA4, RA23, RA25

Según establece el artículo 5 del Real Decreto 1125/2003, los resultados obtenidos por el alumno se cualificarán en función de una escala numérica del 0 al 10, con la correspondiente cualificación cualitativa: suspenso, aprobado, notable, excelente, matrícula de honor.

El examen individual en período de recuperación ponderará un 50% y consistirá en una prueba combinada de preguntas de elección múltiple y preguntas abiertas.

De acuerdo con la normativa vigente, solo se podrá optar a la recuperación, si se ha suspendido la asignatura. Si la cualificación es de No presentado/a, no se podrá optar (a la recuperación).

La cualificación final del alumno se obtendrá mediante una evaluación continuada valorada con un 50% (trabajo en grupo 25% y trabajos individuales de carácter obligatorio 25%) y una evaluación final (examen teórico 50%). El examen será presencial y constará de una serie de preguntas de elección múltiple, de una sola respuesta correcta y una penalización para las incorrectas, y preguntas abiertas. Este examen hará media con el resto de notas de la evaluación continuada (trabajos en grupo y trabajos individuales obligatorios). El examen ponderará el 50% de la evaluación y se tendrá que superar con un mínimo de 5 puntos (sobre 10 puntos) para poder evaluar la totalidad de la asignatura.

Todos los trabajos se tendrán que entregar obligatoriamente a través del Aula Virtual en la fecha indicada. No se aceptará ningún trabajo fuera de término. Los seminarios serán obligatorios y representan el 25% de la nota, todos son grupales; los trabajos individuales serán obligatorios y representarán un 25% de la nota y corresponderán a una serie de actividades (discusión de fuentes bibliográficas relacionadas, material audiovisual, etc) a través del Aula Virtual. La nota media obtenida en la evaluación continuada hará media con la nota del examen final. Para hacer media será necesario haber aprobado tanto el examen final como la evaluación continuada.

Para las entregas de la evaluación continuada en el Aula Virtual hace falta que os asegureis que teneis la conexión a internet, fuentes de energía y otras cuestiones técnicas bajo control. En el caso que no se puedan entregar por cuestiones técnicas habrá que demostrarlo de manera fehaciente ya que no se activarán de nuevo las actividades y la nota de la misma será de suspenso.

Recursos

Básicos

Bibliografías

- Cuervo M, Ruiz de las Heras A. Alimentación Hospitalaria 2. Dietas Hospitalarias. Madrid: Díaz de Santos, 2010.
- De Luís R, Bellido D. Dietoterapia, Nutrición Clínica y Metabolismo. Madrid: Díaz de Santos; 2010.
- Gil A. Tratado de Nutrición. Tom IV Nutrición Clínica. Madrid: Acción Médica; 2010.
- Mahan LK, Escott-Stump S. Krause Dietoterapia. Barcelona: Elsevier Masson; 2009.
- Vidal E. Manual Práctico de Nutrición y Dietoterapia. Barcelona: Prayma; 2009.

Complementarios

Bibliografías

-

Anguera M, Geis A, Vendrell R, Iglesias J, Cuenca N. Com han de menjar els infants i els adolescents. Aspectes psicosocials i nutricionals de l'alimentació. Lleida: Pagès Editors; 2013.

- Leon M, Celaya S, Álvarez J. Manual de Recomendaciones Nutricionales al Alta Hospitalaria. Barcelona: Glosa; 2010.
- Mataix J. Alimentación Humana. Tomo II Situaciones Fisiológicas y Patológicas. Majadahonda: Ergon; 2009.
- Ortega RM, Requejo AM, López A, Andrés P. La Composición de los Alimentos. Madrid: Complutense; 2004.
- Roca J, Ruiz F. El Paciente Oncológico. Atención Integral a la Persona. Madrid: Formación Alcalá; 2009.
- Salas-Salvadó J, Bonada A, Trallero R et al. Nutrición y Dietética Clínica. Barcelona: Elsevier Masson; 2008.

Enlaces web

- Associació Catalana de Diabetis
<http://www.acdiabetis.org/>
- Diabetis i alimentació
<http://www.acdiabetis.org/>
- European Federation of the Associations of Dietitians
<http://www.efad.org/everyone>
- Food and Agriculture Organization of the United Nations. Nutrition
<http://www.fao.org/nutrition/en/>
- Fundació Alicia
<http://www.alicia.cat/ca/>
- Generalitat de Catalunya. Alimentació.
canalsalut.gencat.cat/ca/vida-saludable/alimentacio/
- Sociedad Científica Española de Dietética y Nutrición
<http://www.sedyn.es/es/>
- Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición
<http://www.seen.es/inicio.aspx>
- Sociedad Española de Nutrición
<http://www.sennutricion.org/es/inicio>
- Sociedad Española de Nutrición Comunitaria
www.nutricioncomunitaria.org/es/
- Sociedad Española de Nutrición Parenteral y Enteral
<http://www.senpe.com/>