



GUÍA DOCENTE 2015-2016  
**Nutrición y Dietética**

**1. Denominación de la asignatura:**

Nutrición y Dietética

**Titulación**

Grado en Enfermería

**Código**

6144

**2. Materia o módulo a la que pertenece la asignatura:**

Nutrición, dietética y Farmacología.

**3. Departamento(s) responsable(s) de la asignatura:**

Área de Nutrición y Bromatología

**4.a Profesor que imparte la docencia (Si fuese impartida por mas de uno/a incluir todos/as) :**

Luis Castillo López, Sara R. Alonso de la Torre

**4.b Coordinador de la asignatura**

Luis Castillo López

**5. Curso y semestre en el que se imparte la asignatura:**

Primer curso. Segundo semestre.

**6. Tipo de la asignatura: (Básica, obligatoria u optativa)**

Básica



**7. Requisitos de formación previos para cursar la asignatura:**

Ninguno.

**8. Número de créditos ECTS de la asignatura:**

6

**9. Competencias que debe adquirir el alumno/a al cursar la asignatura**

10.1. Competencias Específicas

E6 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.

E7 Identificar los nutrientes y los alimentos en que se encuentran.

E8 Identificar los problemas nutricionales de mayor prevalencia y seleccionar las recomendaciones dietéticas adecuadas.

10.2. Competencias Genéricas/Transversales

T1 Capacidad de análisis y síntesis.

T2 Capacidad de aplicar los conocimientos a la práctica.

T6 Comunicación oral y escrita en la lengua materna.

T8 Habilidades básicas de manejo de ordenadores.

T10 Capacidad de aprender.

T15 Resolución de problemas.

T24 Conocimiento de culturas y costumbres de otras culturas.

**10. Programa de la asignatura**

**10.1- Objetivos docentes**

El objetivo general de esta asignatura es proveer al estudiante de enfermería de los conocimientos teóricos y habilidades prácticas que le capaciten para desarrollar su profesión con competencia y responsabilidad. Conocimientos y habilidades que le permitan implementar acciones a nivel individual, familiar y comunitario, tanto en condiciones de salud como de enfermedad y en el marco de equipos multidisciplinares.

Otros objetivos específicos son:

- Conocer los diferentes grupos de alimentos, sus características diferenciales y saber asignar cada alimento dentro de su grupo correspondiente.
- Manejar las tablas de composición de alimentos.
- Valorar el estado nutricional.
- Comprender la importancia de la dieta en la prevención de la enfermedad.
- Conocer los objetivos nutricionales de la población española y las guías alimentarias españolas.
- Valorar la importancia de la educación nutricional y promover la adopción de hábitos



alimentos saludables.

- Identificar los puntos clave a tener en cuenta en la planificación de dietas terapéuticas de las principales enfermedades.
- Describir las diferentes técnicas, procedimientos y cuidados de la nutrición artificial.

### **10.2- Unidades docentes (Bloques de contenidos)**

#### **Unidad 1. PRINCIPIOS GENERALES DE NUTRICION**

##### **Tema 1. Dieta equilibrada. Recomendaciones nutricionales**

Dieta equilibrada como dieta saludable. Características. Descripción de elementos energéticos, elementos formadores y sustancias reguladoras. Requisitos para una dieta equilibrada.

##### **Tema 2. Grupos de alimentos**

Rueda de los alimentos del programa EDALNU. Pirámide de la alimentación saludable en las diferentes culturas. Análisis de macro y micro nutrientes de cada grupo de alimentos y de los alimentos más reseñables de cada uno de ellos.

##### **Tema 3. Evaluación clínica del estado nutricional**

Importancia de la valoración del estado nutricional. Requisitos de un buen marcador de valoración nutricional. Parámetros antropométricos, descripción, uso y medida. Cálculo del IMC. Parámetros dinámicos de valoración nutricional. Parámetros bioquímicos de valoración nutricional. Estimación de necesidades energéticas según los más importantes métodos directos y calculados: OMS/FAO, Harris-Benedict.

##### **Tema 4. Malnutrición: concepto, causas y clasificación**

Causas y diagnóstico diferencial de Marasmo y Kwashiorkor. Herramientas de cribaje nutricional: MUST, NRS, MNA.

#### **Unidad 2. NUTRICION Y SALUD PUBLICA**

##### **Tema 5. Encuestas alimentarias**

Importancia de las encuestas alimentarias. Usos de las encuestas a nivel individual, familiar y nacional. Diario dietético, registro dietético, cuestionario de frecuencia de consumo, recordatorio de 24 horas e historia dietética. Ventajas e inconvenientes.

##### **Tema 6. La dieta en la prevención de la enfermedad**

Importancia de la dieta en la supervivencia y en la prevención de enfermedades. Causas nutricionales de las diferentes enfermedades: obesidad, diabetes, cáncer, hipertensión arterial, caries dental, osteoporosis.

##### **Tema 7. Objetivos nutricionales para la población española. Estructura general de las Guías**

Decálogo de la alimentación saludable: declaración de Bilbao. Recomendaciones más frecuentes de las guías de alimentación.



**Tema 8. Alimentación en la vejez**

Cambios ligados al envejecimiento que inciden sobre el estado nutricional, guía higiénico-alimentaria para personas de edad avanzada. Normas culinarias para la restauración colectiva de ancianos.

**Unidad 3. DIETOTERAPIA**

**Tema 9. Preparación, confección y seguimiento de una prescripción dietética**

Objetivos del tratamiento dietético. Pasos en el proceso de prescripción dietética. Datos necesarios para el diseño individualizado de la dieta: clínicos, sociales, dietéticos. Temporalidad de las dietas. Dietas más empleadas en la práctica clínica.

**Tema 10. Dietas intrahospitalarias**

Funcionamiento de la unidad de dietética hospitalaria, rutinas para la prescripción de la dieta en el hospital, menú de dietas hospitalarias.

**Tema 11. Dietas con modificación de la textura y la consistencia. Dietas progresivas**

Dietas líquidas incompletas, dietas líquidas completas, dietas pastosas, dietas blandas, dieta progresiva en el ámbito clínico. Elaboración, prescripción y seguimiento de las mismas.

**Tema 12. Dietas hipocalóricas**

La obesidad como problema de salud público. Diagnóstico de obesidad mediante parámetros antropométricos. Riesgo relativo de presentar con morbilidades mayores en relación al exceso de peso y a la distribución del tejido adiposo. Cálculo de una dieta hipocalórica.

**Tema 13. Dieta en la diabetes mellitus**

Obesidad como causa de diabetes mellitus tipo 2. Objetivos de la dieta en la población diabética. Distribución de los hidratos de carbono en el tratamiento de la diabetes mellitus. Recomendaciones nutricionales para la población diabética.

**Tema 14. Dietas en las enfermedades gastrointestinales**

Dieta en los diferentes órganos, aparatos y sistemas del aparato digestivo: cirugía de la boca, amigdalectomía, reflujo gastroesofágico y esofagitis, cirugía gástrica, dieta sin lactosa, dieta de enfermedades inflamatorias intestinales, dieta de enfermedad celíaca, en los síndromes diarreicos y en el estreñimiento.

**Tema 15. Dietas en las enfermedades hepato-biliares**

Objetivos nutricionales, distribución de la energía. Aportes proteicos cuantitativos y cualitativos. Aportes en líquidos, sodio y micronutrientes. Recomendaciones para encefalopatía hepática o descompensación hidrónica.

**Tema 16. Dieta en las enfermedades renales**

Recomendaciones para disminuir el contenido de potasio de la dieta. Alimentos pobres en fósforo. Modificaciones dietéticas para reducir la presión arterial.



**Tema 17. Dieta en la hiperuricemia y gota**

La dieta como causa de hiperuricemia y gota. Alimentos restringidos o prohibidos por su alto contenido en purinas. Recomendaciones nutricionales en la liquiasis úrica.

**Tema 18. Dieta en la hipertensión arterial y enfermedad arterioesclerótica**

Importancia de la dieta en la prevención de la enfermedad arterioesclerosa, influencia de la dieta sobre factores relacionados con la enfermedad cardiovascular, favorables y desfavorables. Recomendaciones dietéticas generales para prevenir la arterioesclerosis por grupos de alimentos.

**Tema 19. Dietas en las anemias carenciales**

Importancia de la anemia como problema de salud. Grupos de riesgo. Anemia ferropénica, anemia por déficit de vitamina B12 o ácido fólico: tratamiento dietético.

**Tema 20. Nutrición y cáncer**

Importancia del estado nutricional en el paciente oncológico. Efectos nutricionales del tratamiento oncológico. Factores que inciden en la anorexia del paciente neoplásico. Código Europeo contra el cáncer.

**Unidad 4. NUTRICION ARTIFICIAL**

**Tema 21. Nutrición enteral: indicaciones, vías de acceso, productos, complicaciones y cuidados de enfermería**

Definición. Indicaciones. Contraindicaciones. Vías de acceso. Complicaciones por la sonda. Forma de administración de la nutrición enteral. Clasificación de las fórmulas de nutrición enteral. Complicaciones gastrointestinales de la nutrición enteral y su tratamiento dietético.

**Tema 22. Nutrición parenteral: indicaciones, vías de acceso, complicaciones y cuidados de enfermería**

Concepto. Beneficios. Indicaciones. Contraindicaciones. Procedimiento en la prescripción de nutrición parenteral. Macro y micro nutrientes de la nutrición parenteral, cuidados de la vía, cuidados generales.

**Unidad 5. MISCELANEA**

**Tema 23. Alimentos funcionales**

Definición. Características. Principales alimentos funcionales por grupos de alimentos. Grandes verdades y mentiras en alimentos funcionales.

**Tema 24. Alimentos servicio**

Características nutricionales, repercusión en la salud.

**Tema 25. Aditivos, sustancias antinutrientes y antioxidantes. No nutrientes**

Antinutrientes. Antioxidantes, colorantes naturales, colorantes artificiales, conservantes, gelificantes, espesantes, estabilizantes, emulsionantes, acidulantes, antiaglutinantes, antiapelmazantes, potenciadores del sabor, ceras. Principales no nutrientes con efectos biológicos.



<b>10.3- Bibliografía</b>
<b>BIBLIOGRAFÍA BÁSICA</b>
Javier Aranceta Bartrina, (2013) Nutrición Comunitaria. , 3ª, Elsevier Masson, Vázquez C, de Cos A, López-Nomdedeu C., (2005) Alimentación y Nutrición, Manual Teórico Práctico, Díaz de Santos, Madrid,
<b>BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA</b>
Angel Gil, (2010) tratado de nutricion, panamericana, Bellido D, de Luis D., (2006) Manual de nutrición y metabolismo, Diaz de Santos, Sociedad Española de Nutrición Comunitaria, (2001) Guías Alimentarias para la población española y recomendaciones para una dieta saludable, IM&C SA, Madrid, Thompson JL, (2008) Nutricion, Pearson. Addison Wesley, Torres ML, , (1997) Dietética, dietoterapia y nutrición artificial para enfermeras, Laboratorios Nutricionales, Zaragoza,

**11. Metodología de enseñanza y aprendizaje y su relación con las competencias que debe adquirir el estudiante:**

<b>Metodología</b>	<b>Competencia relacionada</b>	<b>Horas presenciales</b>	<b>Horas de trabajo</b>	<b>Total de horas</b>
Clases teóricas	E6, E7, E8, T10	32	35	67
Clases prácticas (pequeño grupo)	E6, E7, E8, T8, T15	8	16	24
Lecturas y recensiones	E6, E7, E8,T8, T10,T15	0	0	0
Exposiciones públicas	E6, E7, E8,T2,T6	10	30	40
Seminarios, Debates	T2,T8,T15	0	0	0
Tutorías	E6, E7, E8,T10	2	0	2
Realización de trabajos, informes, memorias y pruebas de evaluación	E6, E7, E8, T15	2	15	17
<b>Total</b>		<b>54</b>	<b>96</b>	<b>150</b>



## 12. Sistemas de evaluación:

Para ser evaluado positivamente, el estudiante deberá superar al menos el 50% del peso en la calificación final de la prueba de conocimientos y las presentaciones públicas; Deberá haber participado al menos en el 75% de los talleres prácticos y haber presentado todos los trabajos.

Con objeto de mejorar la calidad de la práctica docente, promover políticas de refuerzo de las prácticas de calidad y corregir puntos débiles detectados, se solicita a los estudiantes que, una vez finalizada la asignatura, procedan a cumplimentar la encuesta de evaluación de la actividad docente en las fechas que se determine.

<b>Procedimiento</b>	<b>Peso</b>
Prueba de conocimientos, presencial, escrita.	40 %
Presentaciones públicas.	10 %
Talleres prácticos.	30 %
Trabajos.	20 %
<b>Total</b>	<b>100 %</b>

### **Evaluación excepcional:**

La evaluación excepcional, cuando sea autorizada, supondrá un nivel de exigencia y unas actividades evaluativas similares al resto de la clase. El número, la naturaleza y la ponderación de las pruebas a realizar se determinarán en función de la causa que ocasione la excepcionalidad.

## 13. Recursos de aprendizaje y apoyo tutorial:

Bibliografía recomendada (biblioteca EUE, biblioteca UBU). Medios audiovisuales.

## 14. Calendarios y horarios:

La asignatura dispone de 5 horas semanales para la programación de las actividades de aprendizaje tanto de grupo principal como de grupos pequeños. Los horarios desglosados y los grupos se pueden consultar en la página web de la titulación.

## 15. Idioma en que se imparte:

CASTELLANO