

GUÍA DOCENTE DE LA ASIGNATURA

NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

1. DATOS IDENTIFICATIVOS DE LA ASIGNATURA

| | | |
|------------------------------|---|------------------------------|
| Título/s | NUTRICIÓN Y DIETÉTICA | |
| Código y denominación | G370 | NUTRICIÓN Y DIETÉTICA |
| Departamento | ENFERMERÍA | |
| Curso / Cuatrimestre | 1º | 2º |
| Web | www-aulavirtual.unican.es | |

| | |
|-----------------------------|--|
| Profesor responsable | MARÍA JESÚS DURÁ ROS |
| E-mail | duramj@unican.es |
| Otros profesores | REBECA ABAJAS BUSTILLO, ELÍAS RODRÍGUEZ MARTÍN |

COMPETENCIA GENÉRICAS Y ESPECÍFICAS DEL PLAN DE ESTUDIOS TRABAJADAS EN LA ASIGNATURA

Competencias genéricas

| | |
|-----|---|
| CG1 | Capacidad de análisis y síntesis |
| CG2 | Capacidad de organización y planificación |
| CG3 | Comunicación oral y escrita en la lengua nativa |
| | |

Competencias específicas

| | |
|-----------|--|
| CE I.3 | Educar, facilitar y apoyar la salud y el bienestar de los miembros de la comunidad, cuyas vidas están afectadas por problemas de salud, riesgo, sufrimiento, enfermedad, incapacidad o muerte. |
| CE I.6 | Individualizar el cuidado considerando la edad, el género, las diferencias culturales, el grupo étnico, las creencias y valores. |
| CE II.9 | 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. |
| CE II.13 | Seleccionar las intervenciones encaminadas a tratar o prevenir los problemas derivados de las desviaciones de salud. |
| CE III.17 | Conocer el uso y la indicación de productos sanitarios vinculados a los cuidados de enfermería |
| CE III.18 | Identificar los problemas nutricionales de mayor prevalencia y seleccionar las recomendaciones dietéticas adecuadas. |
| CE III.23 | Realizar las técnicas y procedimientos de cuidados de enfermería, estableciendo una relación terapéutica con los enfermos y familiares. |
| CE IV.34 | Identificar los nutrientes y los alimentos en que se encuentran. |
| CE V.49 | Capacidad de aplicar las tecnologías y sistemas de información y comunicación de los cuidados de salud. |
| CE VI.52 | Tener una actitud cooperativa con los diferentes miembros del equipo. |

Resultados de aprendizaje de la asignatura

| | |
|--|---|
| | Adquirir una visión global de la importancia de la alimentación como parte integrante del tratamiento en diversas situaciones fisiológicas o patológicas específicas. |
|--|---|

| | |
|--|---|
| | Identificar los requerimientos nutricionales del individuo, con relación a su edad, sexo y estado fisiológico y / o patológico. |
| | Enumerar los problemas nutricionales derivados de los malos hábitos alimentarios y las estrategias para evitarlos. |
| | Describir el valor nutricional de los alimentos, las raciones de consumo recomendadas de los grupos de alimentos, su proceso de elaboración, su conservación y los fenómenos que pueden afectar a su asimilación. |
| | Distinguir los métodos de soporte nutricional artificial, sus funciones y vías de administración. |
| | Diseñar un plan de distribución de los alimentos a lo largo del día, procurando la combinación más saludable. |
| | Describir los efectos de la cultura alimentaria sobre la ingesta nutricional y la salud. |

4. OBJETIVOS DE LA ASIGNATURA

El objetivo de la materia es que el estudiante:

Maneje las tablas de composición de alimentos y elabore planes dietéticos según las necesidades nutricionales de cada individuo, proponiendo alternativas saludables al uso de alimentos con aditivos o productos poco deseables para la salud.

Describa las recomendaciones y limitaciones de alimentos en las principales dietas terapéuticas

Identifique el valor nutricional de los alimentos, su proceso de elaboración, conservación y asimilación, así como los posibles efectos sobre la salud.

| CONTENIDOS | |
|---|--|
| BLOQUE TEMÁTICO 1: CONCEPTOS BÁSICOS SOBRE ALIMENTACIÓN | |
| Tema 1 | Alimentación equilibrada. Dieta mediterránea |
| Tema 2 | Alimentos funcionales |
| Tema 3 | Alimentos transgénicos |
| Tema 4 | Intoxicaciones y Toxiinfecciones alimentarias |
| ACTIVIDADES | |
| Actividad 1 | Menú Semanal |
| Actividad 2 | Utilización de Tablas Nutricionales. Cálculo de ingesta calórica |
| Actividad 3 | Resolución de problemas con las tablas de composición de alimentos |
| Actividad 4 | Cálculo energético |
| BLOQUE TEMÁTICO 2: DIETOTERAPIA | |
| Tema 5 | Dietas modificadas en textura y consistencia |
| Tema 6 | Dietas controladas en aporte energético. Obesidad |
| Tema 7 | Dieta controlada en aporte de hidratos de carbono. Diabetes |
| Tema 8 | Dieta controlada en proteínas. |
| Tema 9 | Dieta controlada en gluten |
| Tema 10 | Dieta controlada en grasas. Dislipemias |
| ACTIVIDADES | |
| Caso 1 | Diabetes |
| Caso 2 | Obesidad |

BIBLIOGRAFÍA

BIBLIOGRAFÍA BÁSICA

Cervera P, et al. Alimentación y Dietoterapia: nutrición aplicada en la salud y enfermedad. 4ª edic. Interamericana. 2005

Katthleen Mahan L, Escott-Stump S. Nutrición y Dietoterapia de Krause. 10ª edic. McGraw-Hill Interamericana. 2001.

Salas-Salvadó J, Bonada A. Nutrición y dietética clínica. Masson 2002

Hernández Rodríguez M, Sastre Gallego A. Tratado de Nutrición. Díaz de Santos 1998

Muñoz M, Aranceta J, García Jalón I. Nutrición aplicada y Dietoterapia. 2ª edic. Eunsa 2004

Serra Majem L, Aranceta J. Nutrición y Salud Pública. 2ª edic. Masson 2006

BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA

Recursos de Internet

Nutrición K: programa para calcular dietas <http://www.kelloggs.es/>
 Agencia Española de Seguridad Alimentaria <http://www.aesan.msc.es>
 Alimentación del Grupo Eroski <http://www.consumer.es/alimentacion>