

**GUÍA DOCENTE
GRADO DE ENFERMERIA
UNIVERSIDAD DE CÓRDOBA
ESCUELA UNIVERSITARIA DE ENFERMERIA
CURSO 2009/2010
FICHA DE ASIGNATURA**

DATOS BÁSICOS DE LA ASIGNATURA¹

Denominación: NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

Código

Año del Plan de Estudios: 2009

Denominación del módulo al que pertenece:
FORMACIÓN BÁSICA COMUN

Carácter (ej: básica/obligatoria/optativa): Básica

Créditos ECTS:
6

Horas de trabajo presencial:
60

**Horas de trabajo no
presencial:** 90

CURSO: PRIMERO

1º cuatrimestre

2º cuatrimestre

anual

Plataforma virtual:

Moodle

DATOS BÁSICOS DEL PROFESORADO

Nombre/s y responsabilidad/es docente/s: M^a Aurora Rodríguez Borrego

Centro/Departamento: ENFERMERIA

Área: ENFERMERÍA

Ubicación despacho:
Edif. Servicios Múltiples
E.U.E. 1ª Planta

e-mail:
aurora.rodriguez@uco.es

Tfno:
957218493

URL web: <http://www.uco.es/centros/enfermeria>

DATOS ESPECÍFICOS DE LA ASIGNATURA

1. REQUISITOS PREVIOS

1.1. Requisitos previos establecidos en el Plan de Estudios

Ninguno

1.2. Contexto y recomendaciones

Bases fisiológicas y metabólicas de la Nutrición. Principios generales de Alimentación, Nutrición y Dietética. Los alimentos. Alimentos macro y micronutrientes. Alimentación en las distintas etapas de la vida. Alimentación en diferentes situaciones fisiológicas. Alimentación y promoción de la salud. Recomendaciones dietéticas basadas en las evidencias científicas. Normas básicas sobre higiene alimentaria, educación nutricional y asesoramiento dietético.

2. COMPETENCIAS

2.1. Competencias Básicas (R.D. 1393/2007), se recomienda incluir un máximo de 3 competencias, las cuales tienen que ser evaluables

CB2 Que los estudiantes sepan aplicar sus conocimientos a su trabajo o vocación de una forma profesional y posean las competencias que suelen demostrarse por medio de la elaboración y defensa de argumentos y la resolución de problemas dentro de su área de estudio.

¹ O la materia si el plan de estudios no llega a definir asignaturas.

CB 3 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.

CB 4 Que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado.

2.2. Competencias Adicionales de la UCO (Directrices para la elaboración de las titulaciones de Grado, aprobadas en Consejo de Gobierno de 27/06/2008)

CU 2 Conocer y perfeccionar el nivel de usuario en el ámbito de las TICs.

2.3. Competencias Específicas² de Titulación seleccionadas para el Módulo, incluir un máximo de 3 competencias, que deben ser evaluables.

CEM 5 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.

3. CONTENIDOS

Bloques de contenidos y temas.

PROGRAMA DE TEORÍA

Unidad Didáctica I: Conceptos generales

Tema 1.- Concepto de alimentación, nutrición, bromatología y dietética. Concepto de alimento y nutriente. Relación con otras ciencias.

Tema 2.- Esquema general de la nutrición. Necesidades e Ingestas recomendadas de energía y nutrientes. Factores que afectan a la estimación de las mismas.

Unidad Didáctica II: Requerimientos nutritivos, nutrientes

Tema 3.- Composición corporal. Idea general sobre los requerimientos nutritivos de los distintos compartimentos corporales.

Tema 4.- La energía. Necesidades basales. Metabolismo basal. Técnicas de determinación.

Tema 5.- El agua y los electrolitos. Papel en el organismo. Contenido corporal. Equilibrio hídrico. Equilibrio ácido-base. Recomendaciones dietéticas.

Tema 6.- La proteína. Funciones nutritivas de la proteína. El concepto de calidad. La esencialidad de los aminoácidos. Técnicas de estudio del valor nutritivo de la proteína. Complementación y suplementación proteica. Ingesta recomendada de proteína.

Tema 7.- Los lípidos. Importancia de los lípidos en nutrición. Terminología y clases de lípidos dietéticos. Familias de ácidos grasos. Composición de los alimentos en ácidos grasos. Funciones de los lípidos. Palatabilidad. Transporte y metabolismo de lipoproteínas. Grasas dietéticas y colesterolemia.

Tema 8.- Los hidratos de carbono. Terminología. Papel de los hidratos de carbono en la alimentación de los diferentes países. Concepto de hidratos de carbono disponibles. Problemática nutricional de los azúcares sencillos.

Tema 9.- La fibra alimentaria. Importancia de la fibra en la dieta equilibrada. Clases de fibra. Aplicaciones en dietética.

Tema 10.- Valor nutritivo del alcohol. Alcohol y bebidas alcohólicas. Fisiología y patología nutricional del alcohol. Absorción y metabolismo. El alcohol en la utilización nutritiva de la dieta.

Tema 11.- Vitaminas hidrosolubles y liposolubles. Recuerdo general. Estructura y funciones en el organismo. Los alimentos como fuente de vitaminas. Influencia de los procesos tecnológicos sobre su contenido y utilización.

²

De las incluidas en la memoria del título.

Tema 12.- Minerales. Recuerdo general. Estructura y funciones en el organismo. Absorción y metabolismo. Los alimentos como fuente de minerales. Influencia de los procesos tecnológicos sobre su contenido y utilización.

Unidad Didáctica III: Nutrición en las distintas situaciones fisiológicas

Tema 13.- Nutrición en distintas situaciones fisiológicas I: nutrición perinatal, problemática nutricional de la mujer gestante, ingestas recomendadas de nutrientes durante la gestación.

Tema 14.- Nutrición en distintas situaciones fisiológicas II: nutrición infantil (primer año de vida), lactancia materna y artificial, alimentación complementaria (Beikost), suplementos, pautas dietéticas durante el primer año de vida.

Tema 15.- Nutrición en distintas situaciones fisiológicas III: nutrición infantil (preescolar y escolar), peculiaridades fisiológicas del niño en relación con la nutrición. Hábitos alimentarios de los escolares.

Tema 16.- Nutrición en distintas situaciones fisiológicas IV: nutrición en la adolescencia, cambios fisiológicos y su repercusión sobre la nutrición, problemas nutricionales de los adolescentes, requerimientos y hábitos nutricionales.

Tema 17.- Nutrición en la tercera edad. Efectos fisiológicos del envejecimiento. Necesidades nutricionales y alimentarias del anciano. Hábitos nutricionales.

Unidad didáctica IV: Alimentos. Higiene alimentaria

Tema 18.- Los alimentos como fuente de energía y nutrientes. Clasificación. Concepto de densidad en nutrientes. La rueda de alimentos. La pirámide nutricional.

Tema 19.- Higiene alimentaria. Introducción y conceptos generales. Manipulación y reglamentación.

Tema 20.- Riesgos asociados con la contaminación biótica de los alimentos.

Tema 21.- Riesgos asociados con la contaminación abiótica de los alimentos.

Tema 22.- Sistemas de conservación de los alimentos.

Tema 23.- Etiquetado de los alimentos.

Tema 24.- Sustancias nutritivas y no nutritivas en la dieta. Aditivos, contaminantes.

Tema 25.- Alimentos del siglo XXI. Alimentos funcionales.

PROGRAMA PRÁCTICO

1. Manejo de tablas de composición de alimentos.
2. Manejo de las tablas de ingestas recomendadas.
3. Enjuiciamiento de la calidad de la dieta: Índices nutricionales.
4. Historia clínica y dietética.
5. Diseño de dietas.

4. METODOLOGÍA

4.1. Actividades presenciales:

4.1.1.

Descripción de la actividad: Exposiciones Teóricas

Competencias y contenidos que desarrolla: CEM5. Desarrollo de las unidades didácticas descritas.

Tipo de agrupamiento: grupo grande

Temporalización: 25 horas en el 2º Cuatrimestre

4.1.2.

Descripción de la actividad: Taller

Competencias y contenidos que desarrolla: CB2, CB3, CB4, CEM5. CU2. Resolución de problemas relacionados con los contenidos expuestos en aula. Elaboración de portafolio.

Tipo de agrupamiento: grupo pequeño

Temporalización: 10 horas en el 2º Cuatrimestre

4.1.3.

Descripción de la actividad: Estudio de caso en aprendizaje cooperativo. Planteamiento y desarrollo de las 7 fases del Aprendizaje Basado en Problemas (Exley y Dennick, 2007): Aclarar términos y conceptos; definir los problemas; analizar los problemas: preguntar, explicar, formular hipótesis, etc; hacer una lista sistemática del análisis; formular los resultados del aprendizaje esperados; aprendizaje independiente centrado en resultados; sintetizar y presentar nueva información. En este proceso la labor tutorial es un factor clave.

Competencias y contenidos que desarrolla: CB2, CB3, CB4, CEM5, CU2.

Tipo de agrupamiento: grupo pequeño

Temporalización: 15 horas en el 2º Cuatrimestre

4.1.4.

Descripción de la actividad: Seminarios Interactivos con miembros de la comunidad social, profesional y científica relacionados con la materia.

Competencias y contenidos que desarrolla: CB2, CB3, CB4, CEM5.

Tipo de agrupamiento: grupo grande

Temporalización: 3 horas en el 2º Cuatrimestre

4.1.5.

Descripción de la actividad: Tutoría. Proceso de interacción profesor alumno facilitador del aprendizaje.

Competencias y contenidos que desarrolla: CB2, CB3, CB4, CEM5.

Tipo de agrupamiento: individual

Temporalización: 2 horas en el 2º Cuatrimestre

Observaciones: Se consideran 2 horas como mínimo y alumno en el periodo indicado; pudiendo ser más en función de la demanda del alumno.

4.1.6.

Descripción de la actividad: Exposición naturalista. Visita a una explotación agroalimentaria.

Competencias y contenidos que desarrolla: CB2, CB3, CB4, CEM5.

Tipo de agrupamiento: grupo mediano

Temporalización: 5 horas en el 2º Cuatrimestre

4.2. Actividades no presenciales

Estudio y preparación de exámenes: 30 horas

Ejercicios y trabajos: 30 horas

Preparación de exposiciones orales o similar: 10 horas

Lectura libros recomendados: 15 horas

Preparación interactivas: 5 horas

5. MATERIAL DE TRABAJO PARA EL ALUMNADO

A través de la plataforma Moodle el alumno dispondrá de

- Guía docente
- Cronograma de actividades
- Esquemas del desarrollo temático
- Ejercicios y problemas
- Casos y supuestos prácticos
- Acceso a propuesta de lecturas, links de interés

6. EVALUACIÓN

Criterios que se derivan de las competencias: CB2, CB3, CB4, CEM5, CU2.

- Manejo conceptual de la materia
- Capacidad de aplicación de los conceptos teóricos a los problemas y casos prácticos.
- Capacidad de análisis y síntesis de la información
- Capacidad para reflejar y exponer los contenidos
- Actitud de esfuerzo e implicación: participación activa en las actividades interactivas. Presentación organizada y ordenada (estilo) de los trabajos.

Instrumentos

- Pruebas objetivas de elección múltiple (PEM).
- Examen parcial opcional.
- Evaluación actividades participativas:
 - Presentación de Portafolio individual
 - Presentación del caso (ABP)
 - Presentación hoja registro de datos de lo acontecido en los seminarios
 - Asistencia a las dos tutorías
 - Asistencia y registro de lo acontecido en la visita al centro agroalimentario.

Porcentaje de calificación asignado a cada prueba

- Examen teórico individual: 40% de la calificación final
- Actividades realizadas en equipos de trabajo (ABP): 30% de la calificación final
- Portafolio: 20% de la calificación final
- Seminario, tutorías, visita explotación: 10% de la calificación final

Observaciones:

- De la nota obtenida en el examen (pruebas objetivas de elección múltiple) se descuenta 0,25 puntos por cada pregunta mal contestada.
- La calificación del examen parcial solo será válida hasta junio.
- Es preciso alcanzar un 4, 5 en cada prueba de evaluación descrita para calcular la nota media ponderada.
- La asignatura se considera aprobada a partir del 5.

7. BIBLIOGRAFÍA

7.1. Bibliografía Básica (máximo 15 referencias)

1. Astiasarán, I. y Martínez, J.A. Alimentos: composición y propiedades. McGraw-Hill /Interamericana, Madrid. 2000.
2. Cervera, P.; Clapés, J. y Rigolfas, R. Alimentación y Dietoterapia. 3ª ed. McGraw- Hill /Interamericana, Madrid. 1998.
3. Hernández, M. y Sastre, A. Tratado de Nutrición. Díaz de Santos, Madrid. 1999.
4. Larrañaga, I.J.; Carballo, J.M.; Rodríguez, M.M. y Fernández, J.A. Dietética y Dietoterapia. McGraw-Hill /Interamericana, Madrid. 1997.
5. Mahan, L.K. y Escott-Stump, S. Nutrición y Dietoterapia, de Krause, 10ª ed. Mc Graw- Hill /Interamericana, Madrid. 2001.

6. Mataix-Verdú, J. Nutrición y Dietética: Aspectos sanitarios. Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos, Madrid. 1993.
7. Mataix-Verdú, J. y Carazo, E. Nutrición para educadores. Díaz de Santos, Madrid. 1995.
8. García-Arias, M.T. y García-Fernández, M.C. (Dir.). Nutrición y Dietética. Universidad de León, León. 2003.

7.2. Bibliografía Complementaria

1. Mataix, J. y cols. Tabla de composición de los alimentos españoles, 3ª ed. Instituto de Nutrición y Tecnología de Alimentos, Universidad de Granada, Granada. 1998.
2. Ministerio de Sanidad y Consumo. Tablas de composición de alimentos españoles. Ministerio de Sanidad y Consumo, Madrid. 1999.
3. Moreiras, O.; Carvajal, A.; Cabrera, L. y Cuadrado, C. La composición de los alimentos. Pirámide, Madrid. 2001. Ediciones anteriores editadas por la Universidad Complutense (Madrid).

8. CRITERIOS DE COORDINACIÓN

Los mecanismos de coordinación entre ésta y otras asignaturas, materias y/o módulos del curso o la titulación vendrán determinados por la selección de competencias semejantes.

9. CRONOGRAMA (opcional)						
Primer Cuatrimestre	Actividad 1	Actividad 2	Actividad 3	Actividad 4	Actividad N	Evaluación
Seleccionar la unidad temporal de planificación deseada						
1ª Semana/Quincena						
2ª Semana/Quincena						
3ª Semana/Quincena						
4ª Semana/Quincena						
5ª Semana/Quincena						
6ª Semana/Quincena						
7ª Semana/Quincena						
8ª Semana/Quincena						
9ª Semana/Quincena						
10ª Semana/Quincena						
11ª Semana						
12ª Semana						
13ª Semana						
14ª Semana						
15ª Semana						
16ª Semana						
17ª Semana						
18ª Semana						

19ª Semana						
20ª Semana						

El encabezado de las columnas deberá rellenarse con las actividades presenciales señaladas en el apartado 4