

Plan 308 Dip. en Enfermería – Soria

Asignatura 19392 NUTRICION Y DIETETICA

Grupo 1

## Presentación

## Programa Básico

### OBJETIVO GENERAL

1. Situar la importancia de la dietética y nutrición en los cuidados de enfermería
2. Conocer los diferentes nutrientes, así como los grupos de alimentos y la importancia que tienen para la salud.
3. Interpretar los distintos métodos de evaluación del estado nutricional del individuo
4. Determinar necesidades nutricionales del individuo y/o de la comunidad
5. Considerar las distintas situaciones fisiológicas por las que se puede atravesar a lo largo de la vida, adaptando la dieta a cada caso
6. Elaborar menús para personas sanas o enfermas. Educar al individuo o comunidad a adquirir hábitos alimenticios para aumentar su estado de salud y prevenir la aparición de enfermedades
7. Manejar la dieta de forma que se adecue a las enfermedades en que ésta tiene un papel determinante
8. Manejar las técnicas de nutrición artificial

### CONTENIDOS:

1. La alimentación como necesidad básica. Papel de enfermería
2. Generalidades sobre nutrición humana: nutrientes. Importancia para la salud. Digestión, absorción y metabolismo
3. Valoración del estado nutricional. Elección y validación de métodos. Valoración nutricional clásica y nuevos métodos
4. Los alimentos. Grupos de alimentos y contenido nutricional de los mismos. Sustancias no nutritivas contenidas en los alimentos. Nuevos alimentos.
5. Alimentación saludable
6. Necesidades nutricionales del adulto sano. Necesidades de energía. Métodos de cálculo. Necesidades y recomendaciones de nutrientes
7. Alimentación a lo largo del ciclo vital: gestación y lactación; infancia y adolescencia; el anciano; la alimentación en otras situaciones de salud
8. La dieta como factor de riesgo/prevenición en algunas enfermedades
9. Modificaciones en la composición de la dieta con finalidad terapéutica: en energía; en nutrientes: cuantitativamente y cualitativamente; en consistencia
10. Soporte nutricional. Cuidados de enfermería

### PRÁCTICAS

Las prácticas desarrollarán los siguientes aspectos:

1. Técnicas de antropometría: peso, talla, perímetros, pliegues, diámetros óseos. Manejo de tablas y estándares de referencia
2. Valoración de la ingesta alimentaria. Encuestas dietéticas. Seguimiento. Hábitos de consumo
3. Cálculo de necesidades nutricionales. Manejo de tablas de composición de alimentos. Concepto de ración, peso y cálculo de raciones
4. Práctica con listas de intercambio y por raciones
5. Dieta equilibrada. Diseño de dietas equilibradas
6. Introducción a las aplicaciones informáticas en dietética
7. Diseño de dietas adaptadas a diferentes periodos de la vida
8. Elaboración de dietas con modificaciones cualitativas y cuantitativas
9. Nutrición artificial

## Objetivos

1. Situar la importancia de la dietética y nutrición en los cuidados de enfermería.
2. Definir los conceptos de alimentación, nutrición y dietética así como los factores socioeconómicos y culturales que determinan el comportamiento alimentario.

3. Conocer los diferentes nutrientes, tanto energéticos como no energéticos, así como los grupos de alimentos con sus peculiaridades y su función en el organismo y la importancia que tienen para la salud
4. Interpretar los distintos métodos de evaluación del estado nutricional del individuo.
5. Determinar necesidades nutricionales del individuo y/o de la comunidad
6. Considerar las distintas situaciones fisiológicas por las que se puede atravesar a lo largo de la vida, adaptando la dieta a cada caso.
7. Elaborar menús para personas sanas o enfermas. Educar al individuo o comunidad a adquirir hábitos alimenticios para aumentar su estado de salud y prevenir la aparición de enfermedades.
8. Manejar la dieta de forma que se adecue a las enfermedades en que ésta tiene un papel determinante.
9. Manejar las técnicas de nutrición artificial.
10. Intervenir con eficacia en los aspectos dietéticos del desempeño de la labor de enfermería.

---

## Programa de Teoría

1. La alimentación como necesidad básica. Papel de enfermería
2. Generalidades sobre nutrición humana: Nutrientes. Importancia para la salud. Digestión, absorción y metabolismo.
3. Valoración del estado nutricional. Elección y validación de métodos. Valoración nutricional clásica y nuevos métodos.
4. Los alimentos. Grupos de alimentos y contenido nutricional de los mismos. Sustancias no nutritivas contenidas en los alimentos. Nuevos alimentos.
5. Alimentación saludable.
6. Necesidades nutricionales del adulto sano. Necesidades de energía. Métodos de cálculo. Necesidades y recomendaciones de nutrientes.
7. Alimentación a lo largo del ciclo vital.
  - Gestación y lactación
  - Infancia y adolescencia
  - El anciano
  - La alimentación en otras situaciones de salud
8. La dieta como factor de riesgo/prevención en algunas enfermedades
9. Modificaciones en la composición de la dieta con finalidad terapéutica
  - En energía
  - En nutrientes: Cuantitativamente y Cualitativamente
  - En consistencia
10. Soporte nutricional. Cuidados en enfermería

---

## Programa Práctico

Las prácticas desarrollarán los siguientes aspectos:

- Técnicas de antropometría: peso, talla, perímetros, pliegues, diámetros óseos. Manejo de tablas y estándares de referencia
- Valoración de la ingesta alimentaria. Encuestas dietéticas. Seguimiento. Hábitos de consumo.
- Cálculo de necesidades nutricionales. Manejo de tablas de composición de alimentos. Concepto de ración, peso y cálculo de raciones.
- Práctica con listas de intercambio y por raciones.
- Dieta equilibrada. Diseño de dietas equilibradas.
- Introducción a las aplicaciones informáticas en dietética.
- Diseño de dietas adaptadas a diferentes períodos de la vida.
- Elaboración de dietas con modificaciones cualitativas y cuantitativas.
- Nutrición artificial.

---

## Evaluación

Se realizara un examen final de la asignatura de tipo escrito, al finalizar el segundo cuatrimestre, con 4 preguntas cortas y 60 preguntas tipo test de respuesta única correcta.

---

## Bibliografía

- CAO TORIJA, M.J. "Enfermería, nutrición y dietética". Ed. Masson. 2ª Edición. 2001
- VAZQUEZ, C., DE COS, A., LOPEZ-NOMDEDEU, C. "Alimentación y nutrición. Manual Teorico-práctico". Ed Diaz de Santos. 1998
- MARTIN, C., MOTILLA, T., DIAZ, J., MARTINEZ, P. "Enfermería 21. Nutrición y dietética". Ed. DAE. 2000.

---

MATAIX VERDU J. "Nutrición y alimentación humana". Ed Ergon. 2003  
CERVERA P., CLAPES, F., RIGOLFAS, R. "Alimentación y dietoterapia". Ed. Interamericana-McGraw-Hill. 1993.  
MUÑOZ, M., ARANCETA, J., GARCIA-JALON, I. Nutrición aplicada y dietoterapia. Ed. EUNSA. 2ª Edición. 2004.  
ROJAS HIDALGO "Dietética, principios y aplicaciones". Ed. CEA  
HERNANDEZ RODRIGUEZ, M. "Alimentación infantil". Ed. CEA  
MOREIRAS, O. "La composición de los alimentos". Ed. Eudema  
MAHAN, K L, ESCOTT-STUMP S. Nutrición y dietoterapia de Krause. Ed Interamericana.

---