

Curso académico 2021-2022

Identificación y características de la asignatura			
Asignatura	NUTRICIÓN HUMANA		
Materia	Nutrición		
Módulo			
Titulación	Grado en Enfermería		
Plan	479 (2011 mod 2014)	Código	46503
Período de impartición	2º semestre	Tipo/Carácter	BCE
Nivel/Ciclo	Grado	Curso	1º
Créditos ECTS	6		
Lengua en que se imparte	Castellano		
Profesor/es responsable/s	Dra. Dª Sara Yubero Benito		
Profesor coordinador (si hay más de uno)			
Datos de contacto	<a href="mailto:syubero@diputaciondepalencia.es">syubero@diputaciondepalencia.es</a>		

## **1. Situación y sentido de la asignatura**

---

### **1.1. Contextualización**

---

A lo largo de la asignatura se explican los aspectos básicos de la alimentación y la nutrición, los alimentos y su composición y se avanza hacia las aplicaciones de mayor interés en el ejercicio práctico del profesional de enfermería: pautas de alimentación saludable, evaluación del estado nutricional y dieta equilibrada en las distintas etapas del ciclo vital.

Los conocimientos de esta asignatura permiten alcanzar el máximo potencial de salud de individuos y comunidades, así como la prevención de la enfermedad, a través de la alimentación saludable, dentro de un estilo de vida saludable.

### **1.2. Relación con otras materias**

---

Se basa en los conocimientos de materias como Estructura y función del cuerpo humano, Biología y Bioquímica. Se amplía con la asignatura Dietética y Dietoterapia ubicada en el segundo cuatrimestre del segundo curso de la titulación de grado en enfermería, y su aplicación se hace necesaria en los planes de cuidados de enfermería que se explican en diversas materias del curriculum de grado.

### **1.3. Prerrequisitos**

---

Los alumnos matriculados en la asignatura de Nutrición Humana, pueden tener un mejor aprovechamiento si previamente han adquirido competencias específicas en las asignaturas del primer cuatrimestre y la capacidad de relacionar los contenidos de las mismas.

## **2. Competencias**

---

### **2.1. Competencias generales**

- C. T.1. - Capacidad para trabajar en equipo
- C. T.5. - Capacidad para comunicarse adecuadamente de forma verbal y no verbal y establecer relaciones interpersonales
- C. T.8. - Capacidad de resolución de problemas y toma de decisiones
- C. T.13. - Capacidad de aprender

### **2.2. Competencias específicas**

- C.E. 6. - 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.
- C.E. 7. - Identificar los nutrientes y los alimentos en que se encuentran.
- C.E. 8. - Identificar los problemas nutricionales de mayor prevalencia y seleccionar las recomendaciones dietéticas adecuadas.
- C.E. 29. - Conocer las alteraciones de salud del adulto, identificando las manifestaciones que aparecen en sus distintas fases.

### 3. Resultados de aprendizaje

#### Objetivos:

- Conocer los fundamentos de la nutrición y la alimentación y su relación con el mantenimiento de la salud
- Estudiar e identificar los grupos de alimentos y nutrientes, así como establecer los requerimientos energéticos y nutricionales de los individuos a lo largo de la vida
- Evaluar el estado nutricional y comprender la importancia de una Intervención Nutricional adecuada.
- Sensibilizar sobre la importancia de la nutrición como una necesidad básica, y por tanto como un cuidado básico de enfermería.

#### Resultados de aprendizaje:

Al finalizar esta materia, el estudiante será capaz de:

- Comprender conceptos básicos respecto a la nutrición y su repercusión en la salud en individuos y colectividades
- Identificar los alimentos, sus propiedades fisiológicas, nutricionales, funcionales y tecnológicas en el marco de la calidad y seguridad alimentarias
- Determinar necesidades energéticas y nutricionales del individuo a lo largo del ciclo vital
- Manejar tablas de recomendaciones de ingestas nutricionales, objetivos nutricionales, guías alimentarias y tablas de composición de alimentos
- Evaluar el estado nutricional en función de parámetros antropométricos, bioquímicos y dietéticos de individuos y colectividades
- Manejar la dieta de forma que se adecue a las distintas situaciones fisiológicas a lo largo del ciclo vital
- Actuar como agente de cambio para lograr un hábito alimentario más saludable en la población
- Participar en la toma de decisiones en cuanto a intervención Nutricional en individuos y colectividades.

### 4. Contenidos

#### 4.1. Bloque teórico

#### **BLOQUE I. PRINCIPIOS DE NUTRICIÓN**

Tema 1. Conceptos fundamentales de alimentación y nutrición.

Tema 2. Necesidades energéticas y utilización de nutrientes

Tema 3. Alimentación saludable

Tema 4. Proteínas.

Tema 5. Lípidos.

Tema 6. Hidratos de carbono y fibra dietética.

Tema 7. Micronutrientes: vitaminas y minerales.

Tema 8. Digestión, absorción y metabolismo.

Tema 9. Evaluación del estado nutricional.

Tema 10. Los alimentos. Grupos de alimentos

Tema 11. Los nuevos alimentos.

Tema 12. Diseño de una dieta.

## **BLOQUE II. ALIMENTACIÓN EN LAS DIFERENTES ETAPAS DEL CICLO VITAL**

Tema 13. Nutrición de la mujer durante la gestación y la lactancia.

Tema 14. Nutrición en la infancia y adolescencia.

Tema 15. Nutrición y envejecimiento.

Tema 16. Nutrición, actividad física y deporte.

## **BLOQUE III. NUTRICIÓN Y ENFERMEDAD**

Tema 17. Nutrición, sobrepeso y obesidad.

Tema 18. Nutrición y trastornos del comportamiento alimentario.

Tema 19. Nutrición y diabetes.

Tema 20. Nutrición en reacciones adversas a los alimentos.

### **Bibliografía básica**

- Salas-Salvadó. Nutrición y dietética clínica. 4ª edición. Ed. Elsevier. 2019
- Gil Hernández A. Tratado de Nutrición 3ª Edición. Ed. Acción Médica. 2017
- Maham L K y otros. Nutrición y Dietoterapia de Krause (14 ed.). Interamericana. McGraw-Hill. Madrid. 2017
- Salinas CP, Díaz J. Nutrición y Dietética. DAE. 2012
- Manual Práctico de Nutrición y Salud. Kellogg's. 2012.
- Mataix Verdu J. Nutrición y alimentación humana. (Tomo I y II). Ed. Ergón. 2009
- Cervera P., Clapés J., Rigolfas R. Alimentación y dietoterapia. Interamericana. 2004.
- Vázquez C., de Cos A.I., Lopez-Nomdedeu, C. Alimentación y Nutrición. Díaz de Santos. 2005.
- Planas M., Pérez- Portaballa, C. Fisiopatología aplicada a la Nutrición. Ediciones Mayo. 2006.
- Flores A., Sánchez I., Molina D. Necesidad de Alimentación: Notas sobre las 14 Necesidades de Virginia Henderson: Volume 2. (1ed.). Ed. CreateSpace Independent Publishing Platform. 2017.

### **Bibliografía complementaria**

- SENC (Sociedad Española de Nutrición Comunitaria). Guía alimentación saludables. SENC. 2018
- Planas Vila M, Escudero Álvarez E. Evaluación clínica del estado nutricional. En: Salas-Salvadó J, Bonada i Sanjaume A, Trallero Casañas R, Saló i Solá ME, Burgos Peláez R, eds. Nutrición y Dietética Clínica. Barcelona: Elsevier Masson, 2008; 96-111
- Villarino M y Bayón M. Manual Cto. De Enfermería. Nutrición y dietética. 6ª Edición.
- Ruth A. Roth. Nutrición y dietoterapia. 9ª edición. Mc.Graw Hill. 2009

- Agencia española de seguridad alimentaria. Hábitos saludables de alimentación y actividad física. Estrategia NAOS. Madrid: Ministerio de Sanidad y Consumo, 2006.

#### **4.2. Bloque Práctico**

El objetivo de estas prácticas es la ampliación y aplicación de los conceptos teóricos adquiridos en las clases teóricas de una forma práctica que permita la integración y relación de dichos contenidos

Las prácticas y seminarios serán repartidos a lo largo del curso y comprenderán los aspectos:

- Manejo de tablas de recomendaciones de ingestas nutricionales, objetivos nutricionales, guías alimentarias y de composición de alimentos
- Estudio antropométrico.
- Valoración del estado nutricional mediante encuestas dietéticas y métodos de screening.
- Valoración dietética.
- Alimentación y elaboración de dietas en las distintas situaciones fisiológicas a lo largo del ciclo vital.

### **5. Principios metodológicos y métodos docentes**

#### **5.1. Actividades en modalidad semipresencial bimodal**

Docencia semipresencial bimodal justificado por grupos de clase que no encajan en las aulas disponibles manteniendo los protocolos de seguridad establecidos. Las actividades prácticas exigen presencialidad.

Los estudiantes asistirán en modalidad bimodal mediante grupos establecidos distribuidos por grupos y semanas. Dichos grupos se intercambiarán periódicamente.

Clases expositivas por videoconferencia con retransmisión síncrona en horario establecido para la asignatura. Estarán dirigidas a introducir y tratar los temas teóricos mediante la presentación, análisis y reflexión de los contenidos fundamentales a través de herramientas digitales del Campus virtual Uva. Durante las sesiones habrá interacción directa con el alumnado.

#### **5.2. Actividades en modalidad presencial**

Prácticas de aula y seminarios: Se impartirán presencialmente siempre en grupos de alumnos permitidos en las aulas destinadas, manteniendo los protocolos de seguridad establecidos

Estarán dedicados al trabajo colaborativo y al aprendizaje basado en problemas de conceptos explicados en las clases teóricas y que servirán de apoyo y refuerzo de los mismos. Permitirán la capacitación para la valoración del estado nutricional, la elaboración de dietas e intervenciones nutricionales y la aplicación de los conocimientos adquiridos en la planificación de una alimentación saludable.

#### **5.3. Actividades no presenciales**

Estudio y trabajo autónomo individual y grupal para el análisis y comprensión de la asignatura.

Utilización del contenido didáctico facilitado a través del Campus virtual Uva, así como consulta de documentos aconsejados, diferente bibliografía y/o bases de datos relacionados con la materia.

Todo el contenido didáctico, así como los enlaces a las sesiones on-line estará disponible para los alumnos a través de dicho Campus virtual.

#### 5.4. Tutorías.

Método: Se asesorará y/o dirigirá a los alumnos durante todo el proceso de enseñanza del aprendizaje de manera que se les facilite la consecución de los objetivos y el alcance de las competencias.

Día y hora: De lunes a viernes, previa petición a través del correo electrónico facilitado. Tiempo máximo de respuesta 4 días lectivos.

Lugar: Sala del profesorado/despacho profesora o vía telemática.

#### 6. Tabla de dedicación del estudiante a la asignatura

ACTIVIDADES PRESENCIALES	HORAS	ACTIVIDADES NO PRESENCIALES	HORAS
Clases teórico-prácticas (T/M)	45	Estudio y trabajo autónomo individual	67,5
Clases prácticas de aula (A)		Estudio y trabajo autónomo grupal	22,5
Laboratorios (L)	12		
Seminarios (S)	3		
Prácticas externas, clínicas o de campo			
Tutorías			
Evaluación			
<b>Total presencial</b>	<b>60</b>	<b>Total no presencial</b>	<b>90</b>

#### 7. Sistema y características de la evaluación

INSTRUMENTO/PROCEDIMIENTO		PESO EN LA NOTA FINAL	OBSERVACIONES
Examen final (convocatorias ordinaria y extraordinaria)	Test: 80%	65%	Se debe obtener una nota igual o superior a 5.0 en examen final.  Las notas de las otras tareas evaluables se conservan tanto para la convocatoria ordinaria como extraordinaria.
	Pregunta(s) corta(s): 20% Se valorará la capacidad de integración y relación de conceptos		
Trabajos individuales	Entrega de tareas a través del Campus virtual UVa en formato y tiempo establecido	20%	Se debe obtener una nota igual o superior a 5.0 en el apartado de prácticas
Trabajo en grupo		15%	

<b>CRITERIOS DE CALIFICACIÓN</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Convocatoria ordinaria: Evaluación continua (35%)-Evaluación final (65%)</li> <li>• Convocatoria extraordinaria: Evaluación continua (35%)-Evaluación final (65%)</li> </ul>

Las calificaciones se harán de acuerdo al RD1125/2003 de 5 de septiembre, por el que se establece el sistema europeo de créditos y el sistema de calificaciones en las titulaciones universitarias de carácter oficial y validez en todo el territorio nacional

## 8. Consideraciones finales

## 9. Plan de contingencia ante situaciones declaradas de salud pública que lo requieran

### 9.1. Justificación

Si las circunstancias epidemiológicas cambiaran hasta el punto de llegar a una situación que impida la presencia física en la Escuela, se procedería a una docencia completamente online, adaptándose los epígrafes 4, 5 y 6 de este documento según la fecha en la que se produjese tal eventualidad.

Lección Magistral *on-line*: Clases expositivas por videoconferencia con retransmisión síncrona en horario establecido para la asignatura.

Prácticas de aula y seminarios: Se utilizarán herramientas digitales a través del Campus Virtual Uva tales como videoconferencias, grabaciones, enlaces a material didáctico, etc.

En todo caso, en lo que respecta al punto 7 de este documento se modificarían de la manera expuesta en el siguiente punto 9.2.

### 9.2. Sistema y características de la evaluación

<b>INSTRUMENTO/PROCEDIMIENTO (Plan contingencia)</b>		<b>PESO EN LA NOTA FINAL</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
Examen final	Evaluación mediante cuestionario telemático a través del Campus Virtual	65%	Se debe obtener una nota igual o superior a 5.0 en examen final.  Las notas de las otras tareas evaluables se conservan tanto para la convocatoria ordinaria como extraordinaria.
Trabajos individuales	Entrega de tareas a través del Campus virtual UVa en formato y tiempo establecido	20%	Se debe obtener una nota igual o superior a 5.0 en el apartado de prácticas
Trabajo en grupo		15%	

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN
<ul style="list-style-type: none"><li>• Convocatoria ordinaria: Evaluación continua (35%)-Evaluación final (65%)</li><li>• Convocatoria extraordinaria: Evaluación continua (35%)-Evaluación final (65%)</li></ul>



**Las calificaciones se aplicarán con arreglo al RD 1125/2003 de 5 de septiembre, por el que se establece el sistema europeo de créditos y el sistema de calificaciones en las titulaciones universitarias de carácter oficial y validez en todo el territorio nacional.**

---