



### A) DATOS BÁSICOS DE LA ASIGNATURA

**NOMBRE:** ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

**CÓDIGO:** 30300109      **PLAN DE ESTUDIOS:** GRADO EN ENFERMERÍA (PLAN 2009)

**CARACTER:** FORMACIÓN BÁSICA      **CURSO:** PRIMERO      **CUATRIMESTRE:** SEGUNDO

**CRÉDITOS ECTS:** 6      **HORAS GRAN GRUPO:** 34      **HORAS PEQUEÑO GRUPO:** 26

### B) DATOS BÁSICOS DEL PROFESORADO

**NOMBRE:** ANGUSTIAS GONZÁLEZ RODRÍGUEZ

**CENTRO:** Facultad de Enfermería

**DEPARTAMENTO:** Enfermería

**CORREO:** angustias.gonzalez@denf.uhu.es

**URL WEB:**

**DESPACHO:** 49

**TELÉFONO:** 88357

**NOMBRE:** M<sup>a</sup> DE LOS ÁNGELES MERINO GODOY

**CENTRO:** Facultad de Enfermería

**DEPARTAMENTO:** Enfermería

**CORREO:**

**URL WEB:**

**DESPACHO:** 42

**TELÉFONO:** 88375

Los horarios de tutorías serán publicados, al comienzo del curso, en la plataforma virtual Moodle y en el tablón de anuncios correspondiente al profesor. Los respectivos Departamentos disponen, igualmente, de los mismos.

### C) DATOS ESPECÍFICOS DE LA ASIGNATURA

#### C.1) RESUMEN DE CONTENIDOS

perspectiva multidisciplinar de la alimentación. Principios generales de alimentación, nutrición y dietética en diferentes situaciones de salud y enfermedad a lo largo del ciclo de vida de la persona, familia y comunidad. Dietoterapia básica en los problemas de salud más prevalentes.

#### C.2) CONTEXTO DENTRO DE LA TITULACIÓN

Esta asignatura pertenece al módulo de Ciencias Básicas, a la materia denominada Alimentación, Nutrición, Dietética y Farmacología con 12 ECTS obligatorios. En el currículo de Grado, la asignatura de Alimentación, Nutrición y Dietética tiene el carácter de formación básica. Se imparte en el Primer Curso y se desarrolla en el segundo semestre. Tiene asignados 6 créditos ECTS distribuidos en 34 horas en gran grupo y 26 horas en pequeño grupo. Entre las finalidades de la asignatura de Alimentación, Nutrición y Dietética se encuentra el acercar al alumnado a la ciencia de la Nutrición, partiendo de las necesidades nutricionales y alimentarias de las personas a lo largo de su ciclo vital. Asimismo, se pretende capacitar al alumnado en los cuidados de enfermería relacionados con la alimentación desde una perspectiva integral del ser humano. La comprensión de la alimentación, por un lado, como elemento clave en el proceso de curación y rehabilitación de la enfermedad y, por otro, como factor esencial en la prevención y la promoción de la salud, son los ejes temáticos de la materia.



### **C.3) REQUISITOS RECOMENDABLES**

No se han establecido requisitos previos

### **C.4) COMPETENCIAS**

#### **COMPETENCIAS TRANSVERSALES /GENÉRICAS**

Genéricas identificadas como

- G1. Capacidad de análisis y síntesis
- G2. Capacidad para aplicar conocimientos a la práctica
- G7. Capacidad de gestión de la información
- G11. Capacidad de decisión y resolución de problemas
- G17. Capacidad para aprender de forma autónoma
- G20. Compromiso ético
- G21. Sensibilidad hacia temas de la realidad social, económica y medioambiental

#### **COMPETENCIAS ESPECÍFICAS**

- E5. 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 alimentarias saludables.
- E6. Identificar los nutrientes y los alimentos en que se encuentran así como los problemas nutricionales de mayor prevalencia y seleccionar las recomendaciones dietéticas adecuadas.
- EU68. Capacidad para interpretar las creencias y prácticas en torno a la salud/enfermedad desde la diversidad cultural y la multiculturalidad.

### **C.5) RESULTADOS DEL APRENDIZAJE**

El alumnado que haya completado con éxito la materia podrá: seleccionar, justificar y aplicar, con la evidencia disponible en contextos didácticos planificados, las intervenciones profesionales -valoración, actividades...- adecuadas a las necesidades alimentarias y nutricionales, garantizando el principio de seguridad y capacidad de decisión de la persona, considerando edad, género, diferencias culturales, creencias y valores.

### **C.6) METODOLOGÍA**

Esta propuesta de enseñanza necesita de la participación activa del alumnado en su proceso de aprendizaje. El profesorado presentará y orientará sobre los contenidos claves del programa. Se guiará al alumnado en cada una de las actividades a desarrollar basadas en las lecturas de los textos recomendados en la bibliografía y en el análisis de situaciones problemas y estudios de caso seleccionados. El alumnado recibirá orientación de forma individual y colectiva en las tutorías. Este enfoque metodológico implica un mayor trabajo autónomo del alumnado por lo que se contará con un material complementario a la guía docente para el seguimiento del trabajo individual, en pequeño grupo y en grupo grande. Los alumnos y alumnas realizarán las diferentes actividades y tareas propuestas, desarrollarán y presentarán los trabajos elaborados y participarán en las puestas en común. El alumnado hará uso de diferentes materiales y recursos didácticos así como el empleo de los medios tecnológicos adecuados.



### HORAS DE TRABAJO DEL ALUMNADO

#### TRABAJO PRESENCIAL

CONTEXTO	TIPO DE ACTIVIDAD Y/ O METODOLOGÍA	HORAS
Aula <b>Grupos Grandes</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Exposiciones magistrales y dialogadas.</li> <li>▪ Técnicas de dinamización</li> <li>▪ Presentación de trabajos</li> <li>▪ Foros de debate</li> <li>▪ Comunicación de experiencias</li> </ul>	<b>34</b>
Seminario/ Sala simulación <b>Grupos Pequeños</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Demostraciones prácticas</li> <li>▪ Entrenamiento guiado</li> <li>▪ Dramatizaciones</li> <li>▪ Autocrítica y heterocrítica</li> <li>▪ Aprendizaje en base a problemas</li> </ul>	<b>26</b>
<b>TOTAL TRABAJO PRESENCIAL</b>		<b>60</b>

#### TRABAJO NO PRESENCIAL

CONTEXTO	TIPO	HORAS
Estudio autónomo	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estudio y trabajo personal</li> <li>• Organización del trabajo personal para la realización de la prueba de evaluación.</li> </ul>	<b>30</b>
Espacio virtual	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Glosarios</li> <li>• Lecciones autogestionadas</li> </ul>	<b>5</b>
Espacio autogestionado	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Elaboración de trabajos de:               <ul style="list-style-type: none"> <li>- Análisis e interpretación de datos.</li> <li>- Construcción de algoritmos</li> <li>- Estudio de casos.</li> <li>- Análisis documental.</li> <li>- Construcción de tramas conceptuales.</li> <li>- Síntesis</li> <li>- Resolución de problemas</li> </ul> </li> <li>• Búsquedas documentales y lecturas recomendadas</li> </ul>	<b>40</b>

#### TUTORIAS PROGRAMADAS Y PRUEBAS DE EVALUACIÓN

Tutoría programada individual/grupo	Orientación/asesoramiento. Retroalimentación.	12
Aula	Pruebas de Evaluación	3
<b>TOTAL TRABAJO NO PRESENCIAL TUTORIAS PROGRAMADAS Y PRUEBAS</b>		<b>90</b>

### C.7) CRONOGRAMA SEMANAL TRABAJO DEL ALUMNADO CON EL PROFESORADO

El cronograma de la asignatura será publicado al comienzo del curso en la plataforma virtual Moodle correspondiente a la asignatura: <http://moodle.uhu.es/>



## C.8) CONTENIDO TEMÁTICO DE LA ASIGNATURA

<b>UNIDAD I</b>	<b>PERSPECTIVA MULTIDISCIPLINAR DE LA ALIMENTACIÓN</b>
<b>Temas:</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Cultura alimentaria: el modelo de Dieta Mediterránea y el concepto de Dieta Equilibrada. La dimensión de lo culinario y la salud.</li><li>2. Hábitos alimentarios y factores determinantes. Tabúes y mitos de la alimentación en el comportamiento alimentario actual: creencias y prácticas sobre alimentación.</li><li>3. El problema de la alimentación en el mundo. Tendencias de consumo alimentario y problemas de salud relacionados con la alimentación.</li></ol>
<b>UNIDAD II</b>	<b>CONCEPTOS GENERALES Y PRINCIPIOS BÁSICOS DE ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN</b>
<b>Temas:</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>4. Clasificación, componentes y perfil nutricional de los alimentos. Recomendaciones de consumo saludable. Pictogramas: Pirámide de la Alimentación Saludable y la Rueda de los Alimentos. Tablas de composición de alimentos. Etiquetado de alimentos. Los aditivos alimentarios. Codex Alimentario.</li><li>5. Necesidades energéticas: gasto energético, balance energético y regulación.</li><li>6. Requerimientos nutricionales. Los nutrientes y sus funciones: glúcidos, lípidos, proteínas, minerales, vitaminas y agua.</li><li>7. Diseño de una dieta equilibrada.</li></ol>
<b>UNIDAD III</b>	<b>ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN HUMANA A LO LARGO DEL CICLO VITAL</b>
<b>Temas:</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>8. Salud nutricional y promoción de la alimentación saludable. Grupos de riesgo poblacional. Características de la alimentación durante las diferentes etapas de la vida.</li><li>9. Valoración del Estado Nutricional desde la perspectiva interdisciplinar.</li><li>10. Metodología enfermera y planificación de cuidados en el ámbito de la alimentación, la nutrición y la dietética.</li></ol>
<b>ESQUEMA A</b>	<b>Selección</b>
<b>Temas:</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>11. La dieta como factor de riesgo y de protección de la salud. Dietas terapéuticas. Generalidades. Dieta basal, líquida incompleta, líquida completa, blanda, fácil masticación, astringente y progresiva.</li><li>12. Dietoterapia básica en diferentes enfermedades: desnutrición, diabetes mellitus, obesidad, enfermedad cardiovascular, gastrointestinal, celiaquía, trastornos de la conducta alimentaria, alergias e intolerancias alimentarias.</li><li>13. Nutrición Artificial. Conceptos básicos y ámbitos de aplicación.</li></ol>

## C.9) BIBLIOGRAFIA

### BIBLIOGRAFÍA OBLIGATORIA

- CALAÑAS A. Bases científicas de una alimentación saludable [Recurso electrónico]. Madrid: Ediciones Díaz de Santos; 2012.
- GIL HERNÁNDEZ, A. Tratado de nutrición. Madrid: Editorial Médica Panamericana, 2010.
- MATAIX, F.J. Tratado de nutrición y alimentación. Barcelona: Oceano: Ergón; 2009.



- RIGOLFAS R., PADRÓ L, CERVERA P. Educar en la alimentación y la nutrición. Barcelona: Tibidabo; 2010.

#### BIBLIOGRAFIA BASICA

##### UNIDAD DIDÁCTICA I:

- CANTARERO L. La antropología de la alimentación en España [Recurso electrónico]. Barcelona : Editorial UOC; 2012.
- Flandrin JI. y Montarani M. Historia de la alimentación. Edición 2ª ed. Gijón: Trea, 2011.
- MULET JM. Comer sin miedo: mitos, falacias y mentiras sobre alimentación en el siglo XXI. Barcelona: Destino; 2012.
- SERRA, LL. y ARANCETA, J. Nutrición y salud pública: métodos, bases científicas y aplicaciones. 2ª edición. Barcelona: Masson; 2006.

##### UNIDAD DIDÁCTICA II:

- GIL HERNÁNDEZ, A. Tratado de nutrición. Madrid : Editorial Médica Panamericana; 2010.
- MATARESE, L. y GOTTSCHLICH, M. Nutrición clínica práctica. Madrid: Elsevier; 2004.

##### UNIDAD DIDÁCTICA III:

- GONZÁLEZ RODRÍGUEZ, A. Promoción de la alimentación saludable en escolares desde la perspectiva comunitaria [Recurso electrónico]: aportaciones del ámbito familiar, educativo y enfermero. Tesis Doctoral. Huelva: Universidad de Huelva, 2014
- MOREIRAS, O. Tabla de composición de alimentos. Madrid: Ediciones Pirámide, 2010.
- PALACIOS GIL, N, MONTALVO, Z. Alimentación, nutrición, hidratación y ejercicio físico [Recurso electrónico]. Madrid: Ediciones Díaz de Santos, 2012.
- TÉLLEZ VILLAGOMEZ, MA. Nutrición Clínica. España: El Manual Moderno, 2014.
- MARTÍNEZ, A , et al. Alimentación y salud pública. Madrid: McGraw-Hill Interamericana de España; 2002.
- POZUELOS, FJ; GONZÁLEZ, A. y TRAVÉ, G. Investigando la alimentación humana: Proyecto Curricular Investigando Nuestro Mundo (6-12). Vol 6. Sevilla: Díada; 2008.

##### UNIDAD DIDÁCTICA IV

- OLVEIRA, F. Manual de nutrición clínica y dietética. 2ª edición. Madrid: Díaz de Santos; 2007.
- TÉLLEZ VILLAGOMEZ, MA. Nutrición Clínica. España: El Manual Moderno; 2014.
- MARTÍN SALINAS C, DÍAZ GÓMEZ J. Nutrición y dietética. Madrid: Difusión Avances de Enfermería, 2009.

#### BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTARIA

- El Cuaderno de Actividades, que estará disponible al inicio de la asignatura, aporta la bibliografía necesaria para realizar las actividades a desarrollar en los grupos pequeños.

#### C.10) EVALUACIÓN

El sistema de evaluación tiene el propósito de valorar el balance de los resultados obtenidos en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Las actividades académicas propuestas consistirán en la aplicación práctica, reflexión y análisis de los contenidos de la asignatura (elaborar tramas conceptuales, participación en juegos de simulación, resolución de problemas, medidas antropométricas, resolución de un estudio de caso y elaboración de una dieta óptima en el contexto del estudio entre otras... Además, se realizará una prueba final, del contenido expuesto en el temario, podrá constar de preguntas abiertas, preguntas de verdadero o falso y ejercicios prácticos. Los exámenes de incidencia podrán consistir en una batería de preguntas abiertas. El valor asignado a cada uno de los instrumentos para la calificación final es el siguiente:



\* El examen tiene un valor máximo del 80% (8 puntos). Para obtener el aprobado en el examen será necesario superar el 40% del valor. Una vez aprobado el examen se sumará la puntuación obtenida en las actividades realizadas.

\* Las actividades puestas a lo largo del curso tienen valor máximo del 20% (2 puntos). La calificación obtenida en este apartado solo se guardará hasta la convocatoria de septiembre del mismo curso. El alumnado que no obtenga ninguna puntuación en el apartado de actividades deberá superar el 50% del valor como mínimo (5 puntos).