

Carrera: Licenciatura en Enfermería
Asignatura: Nutrición y dietoterapia
Año 2014

“Estudia los alimentos, sus componentes y su valor para la satisfacción de las necesidades alimenticias del hombre sano, relacionándolo con las distintas etapas del ciclo vital y en las distintas actividades que desarrolle. Estimula el reconocimiento de la importancia de la alimentación en la conservación y promoción de la salud del individuo, familia y comunidad, utilizando el enfoque de riesgo”.

Programa

Fundamentación

Una correcta nutrición es uno de los factores fundamentales para conservar un buen estado de salud. Actualmente preocupa el aumento de la prevalencia de las patologías crónicas no transmisibles del adulto, las que en su gran mayoría están estrechamente relacionadas con la calidad de la alimentación y cuya prevención se inicia en los primeros momentos de la vida, donde los hábitos de vida y la alimentación son los principales protagonistas.

Una alimentación adecuada y balanceada es aquella que satisface todas las necesidades nutricionales de un individuo para su mantenimiento, reparación, procesos vitales y crecimiento o desarrollo. Esto incluye a todos los nutrientes en cantidades y proporciones correctas de cada uno. La presencia o ausencia de un nutriente esencial, puede afectar la disponibilidad, absorción, metabolismo o necesidades dietéticas de los demás. El creciente reconocimiento de las interrelaciones de los nutrientes proporciona mayor soporte para mantener la variedad en los alimentos con el fin de proveer una dieta más completa. También refleja la disponibilidad de alimentos, instalaciones para el almacenamiento y preparación, así como las habilidades para cocinar.

Desde esta asignatura se ofrecerá a los alumnos los conocimientos mínimos necesarios sobre alimentación y nutrición. para un desempeño integral en la atención de los individuos.

Objetivo general

“Adquirir herramientas de trabajo para aplicar en el ámbito laboral del ejercicio profesional en de las tareas relacionadas con la alimentación y nutrición y las modificaciones que requiere la alimentación normal para el tratamiento de distintas situaciones fisiopatológicas”.

Objetivos específicos

- Comprender la alimentación como factor fundamental en la salud individual y colectiva.
- Conocer las funciones de los diferentes alimentos y nutrientes para cubrir con las recomendaciones y requerimiento diarios de cada uno.
- Adquirir buenos hábitos alimentarios y ser potenciales multiplicadores de los mismos.

- Diferenciar entre mitos y realidades referidas a la alimentación.
- Identificar el rol de enfermería en la valoración de las necesidades nutricionales y dietéticas de las personas.
- Reconocer las distintas indicaciones dietoterápicas.
- Identificar las enfermedades producidas por mal nutrición.
- Conocer las indicaciones, beneficios y desventajas de la alimentación enteral y parenteral.

Programa analítico

UNIDAD 1: generalidades. Nutrición: concepto y tiempos de la nutrición. Leyes de la alimentación. Alimento, producto alimenticio. Funciones de los alimentos.

UNIDAD 2: macronutrientes. Hidratos de carbono, proteínas y grasas: clasificación, fuentes y funciones. Digestión y absorción, metabolismo y utilización. Colesterol. Ácidos grasos esenciales. Fibra dietética. Agua.

UNIDAD 3: micronutrientes. Minerales: calcio, fósforo, sodio, potasio, magnesio; y oligoelementos: hierro y zinc. Funciones y alimentos fuente.

UNIDAD 4: micronutrientes. Vitaminas. Clasificación según la solubilidad en agua. Hidrosolubles: ácido ascórbico, Complejo B: tiamina, riboflavina, niacina, piridoxina, cobalamina, ácido fólico, ácido pantoténico. Liposolubles: retinol, calciferol, tocoferol y naftoquinona. Descripción, alimentos fuente, funciones, avitaminosis, toxicidad.

UNIDAD 5: Guías alimentarias para la Población Argentina. Representación gráfica de los grupos de alimentos. Grupo de cereales y legumbres. Grupo de frutas y verduras. Grupo de lácteos. Grupo de carnes y huevos. Grupo de grasas y aceites. Grupos de azúcares y dulces. Mensajes de las guías alimentarias. Guías alimentarias para la población infantil. Mensajes.

UNIDAD 6: nutrición en el embarazo y lactancia. Necesidades nutricionales en cada ciclo. Lactancia materna. Tipos de secreción láctea. Ventajas de la lactancia materna. Composición de la leche materna. Fórmulas de inicio. Leche materna vs. Leche de vaca.

UNIDAD 7: nutrición en el adulto. Alimentación equilibrada del adulto. Recomendaciones nutricionales del adulto. nutrición en el anciano. Recomendaciones nutricionales en el anciano. Efectos fisiológicos del envejecimiento.

UNIDAD 8: Introducción a la Dietoterapia.

Dietas Terapéuticas. Concepto y objetivo. Las 4 leyes de alimentación (adaptación). Utilización de la dietoterapia en las diferentes patologías y estados biológicos. Parámetros nutricionales modificados en las dietas terapéuticas. Dietas progresivas. Modificación de la consistencia y textura: dieta hospitalaria general, líquida, blanda, licuada, procesada, adaptada a situaciones especiales.

UNIDAD 9: Valoración nutricional.

Variables intervinientes en el estado nutricional de los individuos. Procesos del cuidado nutricional. Identificación de los factores protectores y de riesgo del estado nutricional. Valoración del estado nutricional (antropométrica y laboratorio). Medidas antropométricas: peso, talla, IMC, PI, PH.

UNIDAD 10: Enfermedades producidas por falta de nutrientes.

Anemias nutricionales; hierro Hem y no Hem. Recomendaciones para prevención y tratamiento. Desnutrición; diagnóstico y clasificación, plan alimentación.

UNIDAD 11: nutrición enteral y parenteral

Nutrición enteral: concepto, vías de administración, indicaciones. Productos nutroterápicos. Sondas, colocación. Métodos de administración. Complicaciones. Nutrición parenteral: concepto, clasificación. Indicaciones. Complicaciones. Alimentación de transición. Responsabilidades del equipo. Manipulación e higiene de las fórmulas enterales y parenterales.

UNIDAD 12: Cuidado nutricional ante factores de riesgo y cardiopatías.

Hipertensión arterial: diagnóstico, clasificación. Recomendaciones. Selección de alimentos. Dislipemias: diagnóstico, clasificación. Tratamiento dietético. Selección de alimentos. Selección de grasas: saturadas, monoinsaturadas y poliinsaturadas. Colesterol. Aterosclerosis. Factores de riesgo.

UNIDAD 13: Sobrepeso y obesidad.

Clasificación. Etiología y fisiopatología. Factores asociados a la obesidad. Obesidad como factor de riesgo. Pilares del tratamiento. Prevención.

UNIDAD 14: diabetes tipo I y II

Definición. Diagnóstico. Clasificación. Pilares del tratamiento. Insulinoterapia. Hipoglucemiantes orales. Tratamiento dietético, selección de alimentos. Educación diabetológica. Complicaciones agudas y crónicas. Hipoglucemia, hiperglucemia.

UNIDAD 15: dietoterapia en patologías renales.

Insuficiencia renal aguda y crónica. Tratamiento conservador y diálisis. Manejo de alimentos según sodio, potasio y fósforo. Recomendaciones al paciente.

Bibliografía

- Nutrición y dieta de Cooper. Anderson. Editorial Interamericana.
- L. Kathleen Mahan Sylvia Escote-Stump. Nutrición y Dietoterapia de Krause. 9º edición. McGraw-Hill.
- Guías alimentarias para la población Argentina.
- Guías alimentarias para la población infantil.
- Blanco, A. Química Biológica. Editorial El Ateneo, Bs. As. 1997.
- Cervera, et. Al. Alimentación y dietoterapia. 4º edición. McGraw-Hill – Interamericana.
- Sociedad Argentina de Pediatría. Guías para la evaluación del crecimiento. 2º edición, 2001.
- Girolami. Fundamentos de la Valoración Nutricional y composición corporal. Editorial Ateneo, 2003.
- Torresani, María Elena, “Cuidado nutricional pediátrico”. Ed. Eudeba. 1º edición, 2º reimpresión: julio de 2003.

Propuesta metodológica

Los contenidos de la materia serán aprobados teniendo en cuenta los objetivos planteados, a través del aprendizaje conceptual, del desarrollo de habilidades y destrezas y, de la resolución de problemas a fines a la profesión. De esta manera se busca con el dictado de esta materia el desarrollo de actitudes y aptitudes profesionales propias del Licenciado/a en Enfermería.

Se desarrollarán clases teórico-prácticas. Talleres, estudios de casos y/o situaciones, resolución de problemas, grupos de discusión, exposiciones y entrevistas.

Condiciones de acreditación y evaluación

La evaluación se hará en base a 2 (dos) parciales que abarcarán aproximadamente la mitad del programa cada uno.

Alumnos promocionales: se podrá promocionar la materia aquel alumno que tenga un 80% de asistencia, 2 (dos) parciales con nota 7 (siete) o más, sobre 10 (diez) puntos y la aprobación de un trabajo practico evaluable, coloquio o monografía.

Alumnos regulares: podrán regularizar aquellos alumnos que aprueben ambos parciales con nota de 4 (cuatro) a 10 (diez) puntos. Debiendo rendir examen final integrados, que podrá se oral o escrito, el cual se aprobara con no menos de 4 (cuatro) puntos sobre 10 (diez).

Alumnos libres: deberán rendir un examen escrito, el que deberá ser aprobado con el 70% de las respuestas correctas, completándose con un examen oral con las mismas características de aprobación. El alumno que no aprobara el examen escrito, no podrá acceder a rendir el examen oral.