

Carrera: Licenciatura en Enfermería  
Asignatura: Nutrición y Dietoterapia.  
Año 2015

## **Programa**

La Nutrición “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”.

La dietoterapia analiza las modificaciones que debe sufrir la alimentación, tanto cualitativa como cuantitativamente, atendiendo las necesidades del individuo que sufre una patología determinada.

### **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 y desarrollo. Esto incluye a todos los nutrientes en cantidades y proporciones correctas de cada uno. La presencia o ausencia de un nutriente, 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.

El desarrollo de su contenido muestra la interdependencia que existe entre alimentación y salud, contribuyendo a la prevención o tratamiento de enfermedades.

Durante el desarrollo del cursado se analizan las modificaciones a efectuar en la alimentación, atendiendo las necesidades del individuo según su patología contribuyendo así en la prevención o tratamiento de la enfermedad. Además brinda al futuro profesional del sector salud herramientas útiles para orientar al paciente. Prepara al alumno para actuar dentro del equipo salud, colaborando en la planificación del tratamiento de individuos o grupos en situaciones de enfermedad.

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

### **Objetivo general**

“Capacitar a los estudiantes de la Licenciatura en Enfermería para el ejercicio de las tareas relacionadas con la alimentación y nutrición”.

“Identificar las modificaciones que requiere la alimentación normal para el tratamiento de distintas situaciones fisiopatológicas y adquirir herramientas de trabajo útiles que pueda aplicar en el ámbito laboral.”

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 requerimientos diarios de cada uno”.

- Conocer la problemática alimentaria-nutricional de nuestro país y su posible intervención en diferentes programas relacionados con la temática.
- 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: Nutrición: concepto y tiempos de la nutrición. Alimentación. 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, sodio, potasio, hierro. Generalidades, funciones y alimentos fuente. Vitaminas. Clasificación según la solubilidad en agua. Descripción, alimentos fuente, funciones, avitaminosis, toxicidad.

UNIDAD 4: Guías alimentarias para la Población Argentina. Representación gráfica de los grupos de alimentos. Mensajes de las guías alimentarias. Guías alimentarias para la población infantil. Mensajes.

UNIDAD 5: 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. Leche materna vs. Leche de vaca. Fórmulas. Alimentación complementaria. Incorporación de alimentos en el primer año de vida. Parámetros para medir peso, talla, edad, perímetro cefálico. Indicadores de estado nutricional. Criterios diagnósticos del estado nutricional.

UNIDAD 6: Nutrición en el adulto mayor. Recomendaciones nutricionales en el anciano. Efectos fisiológicos del envejecimiento.

UNIDAD 7: Dietoterapia. Definición. Dietas Terapéuticas. Utilización de la dietoterapia en las diferentes patologías y estados biológicos. Parámetros nutricionales modificados en las dietas terapéuticas. Dietas cualitativas y cuantitativas. Dietas completas e incompletas. Dietas progresivas. Modificación de la consistencia y textura: dieta hospitalaria general, líquida, blanda, licuada, procesada, adaptada a situaciones especiales.

UNIDAD 8: 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 9: 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 10: 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 11: 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 12: Sobrepeso y obesidad.

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

UNIDAD 13: 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.

UNIDAD 14: dietoterapia en patologías renales.

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

UNIDAD 15: dietoterapia en patologías digestivas.

Plan adecuado gástrico. Recomendaciones.

Plan adecuado intestinal. Recomendaciones para diarrea, constipación. Enfermedad celíaca.

Recomendaciones alimentarias para: insuficiencia hepática, colecistitis, colelitiasis, pancreatitis.

### **Bibliografía básica**

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.

Cervera, et. Al. Alimentación y dietoterapia. 4º edición. McGraw-Hill – Interamericana.

Sociedad Argentina de Pediatría. Guías para la evaluación del crecimiento. 2º edición, 2001.

Fundamentos y estrategias en soporte nutricional. FyES. Lic. Paula Guastavino. Lic. Roxana Guida.J.

Nelson, K. Moxness, M. Jensen, C. Gasteau. Dietética y nutrición. Manual de la Clínica Mayo. 7º edición. Harcourt Brace.

Lineamientos para el Cuidado nutricional. Torresani y Somosa. Editorial Eudeba.

Técnica Dietoterápica. Longo Navarro. Editorial El Ateneo.

### **Bibliografía de consulta**

Fernández Ballard. Nutrición durante el embarazo y la lactancia.

Girolami. Fundamentos de la Valoración Nutricional y composición corporal. Editorial Ateneo, 2003.

Lorenzo, Guidini. “Nutrición Pediátrica” Editorial Corpus Libros, 2004. 1º edición.

Redondo Márquez, Luís. La fibra terapéutica. Glosa Ediciones. Barcelona, España.

Torresani, María Elena, “Cuidado nutricional pediátrico”. Ed. Eudeba. 1º edición, 2º reimpresión: julio de 2003.

Uauy, Ricardo. Et al. Guías de alimentación para el adulto mayor, capítulo: requerimientos nutricionales del adulto mayor. Chile.

### **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, 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 aprobado el 80% de trabajos prácticos, 2 (dos) parciales con nota 7 (siete) o más, sobre 10 (diez) puntos y la aprobación de un trabajo práctico evaluable, coloquio o monografía.

Alumnos regulares: podrán regularizar aquellos alumnos que realizan el 70 % de los trabajos prácticos, y aprueben ambos parciales con nota de 4 (cuatro) a 10 (diez) puntos. Debiendo rendir examen final integrados, que podrá ser oral o escrito, el cual se aprobara con 4 (cuatro) puntos sobre 10 (diez) o más.

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.

Lic Arzamendia Yesica

Lic Inestal Soledad

Lic Sarmiento Laura