

Asignatura: Nutrición

Carrera: Licenciatura en Enfermería

Ciclo lectivo: 2014

Docente: Lic. Erika Martin (Coordinadora)

Carga horaria semanal: 3 hs.

Tipo de asignatura: se trata de una materia exclusivamente teórica con trabajos de ejercitación dentro del espacio áulico.

Fundamentación:

Nutrición es una materia importante en la formación que reciben los enfermeros, ya que ellos, agentes de la salud, necesitan de su aporte para poder desempeñarse más idóneamente en su rol de educadores en la comunidad sana así como también para prestar un servicio más integral en un segundo nivel de atención

Objetivos:

Que el alumno:

- comprenda la importancia que tiene para la nutrición de un individuo realizar una alimentación completa, suficiente, armónica y adecuada.
- conozca las características que tiene la alimentación en las distintas etapas biológicas.
- conozca el valor nutritivo de los alimentos y concientizarlo sobre la importancia de una correcta selección y combinación de los mismos para la nutrición humana
- fomente en los alumnos una conducta activa e investigativa
- aprenda el correcto manejo de los alimentos y los riesgos de enfermedades transmitidas por los mismos a fin de preservar su valor nutritivo y prevenir su contaminación respectivamente.
- analice la situación alimentaria-nutricional nacional en la actualidad.
- conozca cuáles son sus incumbencias y responsabilidades en los cuidados alimentarios de la comunidad a su cuidado.

Contenidos Mínimos:

Problemas relacionados con la nutrición. Nutrición normal. Alimentación. La alimentación y los valores nutritivos de acuerdo a las etapas del ciclo vital. Rol del personal de enfermería en la comunidad relacionado a la promoción y prevención de la adecuada nutrición con las necesidades de cada individuo.

Contenidos temáticos o Unidades:

UNIDAD 1: Introducción a la nutrición

Problemas de la unidad: ¿Cuál es la diferencia entre Nutrición y alimentación?

Contenidos mínimos

Conceptos y definiciones fundamentales

Nutrición. Tiempos de la nutrición. Régimen normal. Leyes de la Alimentación.

Energía: Concepto. Formas de utilización. Tasa metabólica basal. Gasto energético en reposo. Gasto energético total.

Trabajos prácticos: Improvisar definiciones en grupo. Cálculo de peso teórico y gasto energético total.

Bibliografía básica: Apunte de cátedra

Bibliografía complementaria: Mahan- Arlin. Krause. Nutrición y dietoterapia, 8ª Edición, Editorial Interamericana, México, 1995. Cap. 2.

Guyton. Tratado de fisiología médica. 7ª Edición. Editorial Interamericana, México, 1989.

UNIDAD 2 : Alimentos

Objetivo de la unidad:

Conocer el valor nutritivo de los alimentos e identificar dentro de los hábitos alimentarios, aquellos que son beneficiosos o perjudiciales para la salud.

Incorporar conductas que lleven a preservar el alimento en correcto estado nutricional y sanitario.

Contenidos mínimos:

Funciones del alimento: El alimento visto como integrador social, estímulo emocional y vehículo de sustancias nutritivas

Hábitos alimentarios: Definición y análisis. Reconocer aquellos favorables y perjudiciales para la salud

Clasificación de los alimentos según su función nutricional: energéticos, reguladores y plásticos

Grupos de alimentos básicos: Óvalo de la nutrición saludable, aportes de cada grupo y raciones adecuadas de cada uno de ellos

Bibliografía Básica: Mahan- Arlin. Krause, Nutrición y dietoterapia. 8ª Edición. Editorial Interamericana, México, 1995

Rey Ana M - Silvestre Alejandro. Comer sin riesgos. Manual de higiene alimentaria para manipuladores y consumidores. Editorial Hemisferio Sur S.A.

UNIDAD 3: Macronutrientes y micronutrientes

Objetivos de la unidad: Entender cuál es la función de los diferentes nutrientes en el organismo.

Contenidos mínimos:

Hidratos de carbono: Importancia nutricional. Clasificación. Estructura. Funciones. Digestión, absorción y metabolismo. Efecto ahorrador de proteínas. Fibra dietética.

Proteínas: Importancia nutricional. Fuentes. Clasificación, estructura y funciones. Digestión, absorción y metabolismo.

Lípidos: Importancia nutricional. Fuentes. Clasificación y estructura y propiedades. Digestión, absorción y metabolismo. Ácidos grasos esenciales y colesterol.

Minerales y Vitaminas: Concepto Fuentes. Funciones. Requerimientos nutricionales

Trabajos prácticos: Analizar las fórmulas químicas de distintos alimentos y productos alimenticios. La idea es hacerlos traer envases y analizar la info que presentan, ejercicios y enganchar con la unidad de código alimentario argentino, etc,etc

Bibliografía básica: Apuntes de la cátedra

Bibliografía complementaria: Guyton. Tratado de fisiología médica, 7ª Edición, Editorial Interamericana, México, 1989.

Cap. 11-12.

Robert K. Murray , Daryl k. Granner, Peter A. Mayes, Victor W. Rodwell, Bioquímica de Harper. Editorial El Manual Moderno, México, 1992. Sección I, II, III.

Mahan, Arlin. Krause, Nutrición y dietoterapia, 8ª Edición, Editorial Interamericana, México, 1995. Cap. 1al 7

UNIDAD 4: Seguridad e Higiene Alimentaria

Objetivo: Conocer la importancia de la correcta manipulación de los alimentos para la prevención de enfermedades transmitidas por la alimentación.

Contenidos Mínimos:

Manejo y conservación del alimento: Importancia de la correcta manipulación del alimento para evitar la contaminación. Formas de preparación de los alimentos. Enfermedades transmitidas por los alimentos: conceptos

Control sanitario de los alimentos. Leyes sobre el alimento. Código Alimentario Argentino. La industria de los alimentos.

UNIDAD 5: Nutrición en las distintas etapas biológicas

Objetivo de la unidad: Conocer los cuidados alimentarios en las diferentes estados biológicos

Contenidos mínimos:

Embarazo: Fisiología del embarazo. Ganancia ponderal. Requerimientos nutricionales. Nutrición en situaciones especiales: Diabetes e Hipertensión. Requerimientos nutricionales maternos durante la lactancia.

Lactancia: Fisiología mamaria y producción láctea. Composición química de la leche materna. Ventajas del amamantamiento. Alimentación complementaria y suplementación. Hospital Amigo de la madre y el Niño

Niñez y adolescencia: Requerimientos nutricionales que aseguran un correcto crecimiento y desarrollo en ambas etapas evolutivas. Provisión de una dieta adecuada. Hábitos alimentarios característicos del adolescente y su impacto en el estado nutricional. Alteraciones en la conducta alimentaria

Ancianidad: Cambios fisiológicos y químicos. Alteraciones en los tiempos de la nutrición. Requerimientos nutricionales. Características de la alimentación

Bibliografía Básica: Mahan- Arlin. Krause, Nutrición y dietoterapia. 8ª Edición. Editorial Interamericana, México, 1995. Cap. 9, 10, 12, 13, 14.
Guyton. Tratado de fisiología médica. 7ª Edición. Editorial Interamericana, México, 1989.
Alejandro O Donnell. Nutrición Infantil. Editorial Celcius, Argentina, 1986. Cap.1-6, 9, 10, 13.

UNIDAD 6: Rol y funciones del profesional en enfermería dentro de la asistencia a personas sanas de la comunidad

Objetivo: Que el alumno pueda conocer y comprender cuales son sus responsabilidades y compromisos como integrante del equipo de salud, con las personas en cuanto a la promoción de una alimentación saludable y prevención de aparición de patologías.

Bibliografía: Apuntes de la clase.

UNIDAD 7: Soporte Nutricional

Objetivo: Que el alumno sea capaz de diferenciar los distintos tipos de Soporte Nutricional, de las indicaciones y contraindicaciones de la Nutrición Enteral y Parenteral.

Conocer los beneficios y las complicaciones de cada uno de los diferentes soportes como así también el rol del profesional de enfermería en el Soporte Nutricional

Contenidos mínimos: Definición de soporte nutricional Enteral y Parenteral. Concepto de Desnutrición Hospitalaria. Indicações y Contraindicaciones. Vías de acceso, pautas y métodos de administración. Fórmulas Nutricionales. Complicaciones devenida del Soporte. Rol de enfermería.

UNIDAD 8: Actualización nutricional

Objetivo de la unidad: Reconocer las causas y problemáticas que giran entorno al hambre y la desnutrición infantil. Conocer la situación alimentaria nacional y debatir sobre las políticas públicas tendientes a solucionarla.

Contenidos mínimos:

Nutrición: Factores que la determinan. La nutrición en los países del tercer mundo. La nutrición y la economía nacional
Hambre, sus causas y consecuencias sociales. Repercusión en el organismo de la desnutrición. Políticas públicas alimentarias actuales
Indicadores para medir la situación nutricional.
Seguridad alimentaria.
Disponibilidad, distribución y consumo de los alimentos
Relación entre condiciones socioeconómicas y factores de riesgo nutricional.

Bibliografía básica: Alejandro O Donnell. Nutrición Infantil. Editorial Celcius, Argentina, 1986. Cap 17, 20.
Programa Mundial de Alimentos. Italia. El hambre, un legado con el que hay que acabar.
O. N. U. El hambre en el mundo, la ética y el derecho a la alimentación.

Modalidad de dictado

Las clases se realizarán de forma presencial, y fundamentalmente serán de carácter teórico-expositivo. Eventualmente se podrán realizar ejercicios a modo de práctica o comprensión de alguna temática en particular pero dentro del aula.

Régimen de aprobación

Se realizarán dos exámenes parciales los cuales serán escritos, cada uno contará con su respectivo recuperatorio. Los mismos serán aprobados con el 70% del examen en correcto estado o con nota igual o superior a cuatro.

De esta manera el alumno regularizará su materia y quedará en condiciones de rendir el final de la misma, para lo que contará con dos años de plazo terminada la cursada.