

**Asignatura:** Nutrición

**Carrera:** Licenciatura en Enfermería

**Ciclo Lectivo:** 2019

**Equipo docente:** Erika Martin; María Florencia Ludevid; Roxana Gonella

**Coordinadora:** Erika Martin

**Carga horaria semanal:** 3 Horas teóricas

**Tipo de asignatura:** Teórica con trabajos de ejercitación dentro del espacio áulico

### **Fundamentación:**

La importancia de la alimentación ha sido reconocida en la medicina desde el origen de la ciencia. Ya Aristóteles advertía que no todos los alimentos eran adecuados para todas las personas, sino que dependía de su estado de salud y su estado biológico, pero siempre se le dio mucha más importancia a la relación entre alimentación y salud en sus aspectos negativos que en los positivos (importaba más la posibilidad de enfermar por el consumo de ciertos alimentos, que la función curativa de algunos alimentos en ciertas situaciones). Hoy se ha aceptado el concepto de la necesidad de una alimentación adecuada para estimular, sostener y mejorar la salud.

La asignatura Nutrición permite brindar a los estudiantes de enfermería, conocimientos fundamentales sobre los alimentos, sus nutrientes y las funciones que desempeñan dentro del organismo, así como también las variaciones existentes entre las demandas nutricionales según el estado biológico del que se trate como también cuáles serían las posibles consecuencias de sus carencias o excesos. Desde un enfoque multidisciplinario, los profesionales podrán desarrollar más eficazmente las acciones básicas en la promoción de la salud y en la prevención de enfermedades al igual que en su tratamiento. En Nutrición no solo contempla el aspecto nutritivo de la alimentación, sino que también ubica al alimento como un elemento de integración social. En este último aspecto, la materia no solo se centrará en la implicancia que tiene la alimentación en lo que respecta a la identidad cultural de una sociedad sino también en la conformación del individuo como integrante de un grupo social determinado.

Con respecto a otras materias de niveles más avanzados en la carrera, Nutrición aporta conocimientos sobre las diferentes funciones nutritivas de los alimentos, su digestión, metabolización y utilización, que serán necesarios en los distintos talleres de práctica profesional. También la asignatura permitirá al futuro profesional reconocer los riesgos ocasionados por una incorrecta manipulación o conservación de los alimentos como así también profundizar sobre las razones y conveniencias de optar por alguna de las diferentes vías de alimentación y conocer el manejo particular que merece cada una de ellas.

### **Objetivos para alcanzar:**

Que el estudiante

\* 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.
- \* Incorpore una conducta activa e investigativa.
- \* Aprenda sobre la correcta manipulación de alimentos a fin de preservar su valor nutritivo y prevenir su contaminación y las enfermedades transmitidas por los mismos
- \* Pueda conocer y analizar acerca de la situación alimentaria-nutricional nacional en la actualidad.
- \* Conozca cuáles son sus incumbencias y responsabilidades como profesional de enfermería en los cuidados alimentarios de la comunidad.

### **Contenidos Mínimos:**

Problemas relacionados con la nutrición. Nutrición normal. Alimentación. La alimentación y los valores nutritivos de acuerdo a las etapas del ciclo vital. Importancia de la lactancia materna en la nutrición del lactante. 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 o Unidades temáticas:**

#### **Unidad 1: Introducción a la nutrición**

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

Contenidos mínimos

\*Conceptos y definiciones fundamentales. Historia de la nutrición. Conceptos: Nutrición y alimentación. Tiempos de la nutrición. Régimen normal.

#### **Unidad 2: Macronutrientes y Agua**

Objetivos de la unidad: Entender cuál es la función de los diferentes macronutrientes y el agua 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: Sus implicancias en la salud

\*Agua: Sus funciones esenciales en el organismo. Requerimientos en las diferentes etapas de la vida. Consecuencias de su carencia.

Trabajos prácticos: Lectura y resolución de ejercicios de forma grupal.

### **Unidad 3: Energía**

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

\*Evaluación del estado nutricional: concepto de Peso actual, Peso ideal e Índice de masa corporal.

Trabajos prácticos: Lectura y resolución de ejercicios de forma grupal. Cálculos de peso teórico y gasto energético total. Evaluación del estado nutricional.

### **Unidad 4: Micronutrientes**

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

\*Minerales y Vitaminas: Concepto Fuentes. Funciones. Requerimientos nutricionales

Trabajos prácticos: Analizar las fórmulas químicas de distintos alimentos y productos alimenticios. Confección de cuadro con micronutrientes, funciones y alimentos fuente.

### **Unidad 5: Alimentos**

Objetivo de la unidad: Acceder al conocimiento sobre los aspectos culturales, sociales y nutricionales de los alimentos.

Contenidos mínimos:

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

\*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.

\*Leyes de la alimentación

Trabajo práctico: Actividades de repaso.

### **Unidad 6: Posibles vías de alimentación: 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. Indicaciones y Contraindicaciones. Vías de acceso, pautas y métodos de administración. Fórmulas Nutricionales. Complicaciones devenida del Soporte. Rol de enfermería.

Trabajo práctico: Actividades de repaso.

### **Unidad 7: Nutrición en las distintas etapas biológicas**

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

Contenidos mínimos:

\*Embarazo: Fisiología del embarazo. Ganancia ponderal. Requerimientos nutricionales maternos durante el embarazo. Nutrición en situaciones especiales: Diabetes gestacional-Eclampsia y Preclamsia. Requerimientos nutricionales de la madre durante la lactancia.

\*Lactancia: Fisiología mamaria y producción láctea. Composición química de la leche materna.

Ventajas del amamantamiento. Contraindicaciones de la lactancia. Alimentación complementaria y suplementación. Hospital Amigo de la madre y el Niño. Bancos de leche materna

\*Alimentación complementaria oportuna

\*Niñez y adolescencia: Requerimientos nutricionales que aseguran un correcto crecimiento y desarrollo en ambas etapas evolutivas. Provisión de una dieta adecuada. Hábitos alimentarios:  
-Definición y análisis. Reconocer aquellos favorables y perjudiciales para la salud  
-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

Trabajo práctico: Actividades adecuadas a cada etapa biológica.

### **Unidad 8: 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 su 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.

Trabajo práctico: Resolución de cuestionario.

### **Bibliografía Obligatoria:**

- Bases de la Nutrición Clínica. 2da Edición en español. Sobotka. ESPEN 2000. Editorial El Manual Moderno, México, 1992. Sección I, II, III.
- Guía de Práctica Clínica de Soporte Nutricional Enteral y Parenteral en pacientes hospitalizados y domiciliarios. Resolución 1548/2007. Ministerio de Salud.
- Guyton. Tratado de fisiología médica, 7\* Edición, Editorial Interamericana, México, 1989. Cap. 11-12.
- Krause, Nutrición y dietoterapia, 8\* Edición, Editorial Interamericana, México, 1995. Cap. 1al 7
- Longo, E.; Navarro, E.: Técnica Dietoterápica. Ed. El Ateneo. 1:388. 1998.
- Longo, E. Guías alimentarias para la población argentina: manual de multiplicadores. 1º Edición. Buenos Aires: Asociación Argentina de Dietistas y Nutricionistas Dietistas; 2010.
- López L.B, Suárez M.M. Fundamentos de nutrición normal. 1º Edición. Buenos Aires: El Ateneo; 2003.
- Mahan- Arlin. Krause, Nutrición y dietoterapia. 8\* Edición. Editorial Interamericana, México, 1995. Cap. 9, 10, 12, 13, 14.
- Manual de Manipulación de Alimentos. Ministerio de Salud de la Provincia de Buenos Aires. Mayo, 2011.
- Normas de la Buena Práctica Clínica del Soporte Nutricional Artificial (SNA) en pacientes adultos hospitalizados. AANEP 2008
- O Donnell, A. Nutrición Infantil. Editorial Celcius, Argentina, 1986. Cap.1-6, 9, 10, 13.
- Onzari, M. Fundamentos de nutrición en el deporte. 1º Edición. Buenos Aires: El Ateneo; 2008.
- Rey Ana M – Silvestre Alejandro. Comer sin riesgos. Manual de higiene alimentaria para manipuladores y consumidores. Editorial hemisferio sur S.A.
- Robert K. Murray, Daryl k. Granner, Peter A. Mayes, Víctor W. Rodwell, Bioquímica de Harper. Editorial El Manual Moderno, México, 1992. Sección I, II, III.
- Torresani M.E. Cuidado nutricional pediátrico. 2º Edición. Buenos Aires: Eudeba; 2006.

### **Propuesta pedagógico-didáctica**

Las clases se realizarán de forma presencial, de carácter teórico expositivo con actividades prácticas de resolución domiciliaria o dentro del trabajo áulico.

Se realizarán tres exámenes escritos a lo largo de la cursada. A su vez se considerará la participación en clase y compromiso con la asignatura

### **Condiciones de aprobación de la cursada:**

Para aprobar la cursada de la asignatura, el alumno deberá asistir, como mínimo, al 75 % de las clases y aprobar las evaluaciones parciales.

### **Régimen de aprobación:**

La materia puede aprobarse por Examen Regular o promoción directa.

Por examen regular: El/la estudiante se encontrará aprobado cuando alcance una nota igual a 4 (cuatro) puntos. Esta nota equivale al 60% del examen respondido correctamente. Cada estudiante contará con su respectivo examen recuperatorio (todas las instancias deben tener

al menos una posibilidad de examen recuperatorio para quienes hayan obtenido entre 0 y 6 puntos y para quienes hayan estado ausente justificadamente en la evaluación parcial). De esta manera el alumno regularizará su materia y quedará en condiciones de rendir el final de la misma.

Por promoción de la materia: Como figura dentro del Reglamento Académico de esta Universidad, el alumno quedará en condiciones de promocionar la materia si alcanza en promedio una nota igual o superior a 7 (siete) entre las tres evaluaciones, debiendo tener una igual o mayor a 6 (seis) puntos en cada una de estas. Si el alumno tuviera que ir a recuperatorio la nota que se tendrá en cuenta será la alcanzada en el mismo.