



**AÑO ACADÉMICO: 2019**

**DEPARTAMENTO Y/O DELEGACION: CRUB**

**AREA:** Fundamento de las ciencias aplicadas a la enfermería

**ORIENTACION:** Nutrición y Dietoterapia

**PROGRAMA DE ASIGNATURA: NUTRICION Y DIETOTERAPIA**

**OBLIGATORIA / OPTATIVA:** Obligatoria

**CARRERA A LA QUE PERTENECE Y/O SE OFRECE:** Licenciatura en Enfermería

**PLAN DE ESTUDIOS - ORDENANZA Nº:** ordenanza 1019/17

**TRAYECTO (PEF): (A, B) (Sólo debe ser completado para la carrera de Educ. Física)**

**CARGA HORARIA SEMANAL SEGÚN PLAN DE ESTUDIOS:** 4h

**CARGA HORARIA TOTAL:** 64hs

**RÉGIMEN:** cuatrimestral

**CUATRIMESTRE:** primer cuatrimestre

**EQUIPO DE CATEDRA**

Apellido y Nombres

Cargo y Dedicación

TASSO SILVINA

PAD 3

MORENO ANGELA CAROLINA

JTP 3

**ASIGNATURAS CORRELATIVAS:**

1. **PARA CURSAR:** Tener cursadas Morfofisiología Aplicada, Física y Química Biológica Aplicada
2. **PARA RENDIR EXAMEN FINAL:** Tener aprobada Morfofisiología Aplicada, Física y Química Biológica Aplicada

## **1. FUNDAMENTACION:**

La intervención de los profesionales en enfermería, en distintas áreas de la salud, hace necesaria la capacitación para un buen desempeño en cada una de ellas. Por lo tanto, es importante, formarlos para entender la necesidad de una buena nutrición, para que sean capaces de reconocer las propiedades de los alimentos, y realizar buenas recomendaciones, que estén aptos para manejar vocabulario adecuado, y poder interpretar prescripciones. Asimismo, identificar los distintos tipos de dieta según la patología de los pacientes, reconocer deficiencias alimentarias, desempeñarse en áreas fuera de las instituciones con conocimientos sólidos, que les permita reconocer excesos y carencias, así como también hacer las derivaciones oportunas. Con mucha frecuencia, son los enfermeros los primeros en evaluar a los pacientes en los centros periféricos necesitando por ello, profesionales capacitados para la interpretación correcta.

## **2. OBJETIVOS:**

- Comprender la importancia de la Nutrición y la Dietoterapia
- Conocer los distintos alimentos y su valor biológico.
- Interpretar correctamente una prescripción nutricional
- Conocer los distintos planes de alimentación y saberlos aplicar
- Saber realizar una selección de alimentos según la patología
- Adquirir el lenguaje correspondiente a la materia
- Desarrollar conocimientos transferibles

## **3. CONTENIDOS SEGÚN PLAN DE ESTUDIOS:**

- Principios de la Nutrición.
- Valoración nutricional.
- Carbohidratos, Lípidos y Proteínas.
- Minerales, Vitaminas.
- Guías Alimentarias.
- Nutrición en las distintas etapas del ciclo vital.
- Educación alimentaria y nutricional.
- Las leyes de la alimentación.
- Variables intervinientes en el estado nutricional de individuos y grupos.
- Enfermedades producidas por falta de principios nutritivos.
- Dietas terapéuticas. Alimentación Enteral y Parenteral.

## **3. CONTENIDO PROGRAMA ANALÍTICO:**

## **UNIDAD N°1: Introducción a la materia.**

**Nutrición:** definición, concepto. **Nutriente:** definición, clasificación, ejemplos.

**Alimentación:** definición. Concepto. Función, necesidades.

**Alimentos:** definición y funciones. Tiempos de la Nutrición, descripción y análisis.

**Energía:** definición. Kcal definición, usos. Kjoules, definición, usos.

**Antropometría.** Peso y talla. Criterios de medición.

**IMC Índice de masa corporal,** definición, clasificación según OMS (Organización Mundial de la Salud). Peso saludable en relación al cálculo de IMC.

**VCT valor calórico total:** definición, concepto. Cálculo según ADA (Asociación Dietética Americana).

**Valoración nutricional:** Valoración global Objetiva, Valoración nutricional subjetiva.

Descripción, usos

**Leyes de Escudero:** exposición y análisis de las mismas.

## **UNIDAD N° 2: Grupos de alimentos**

**Verduras y Frutas, Legumbres cereales, papa, pan y pastas; leche , yogur y queso; carnes y huevos; aceites, frutas secas y semillas; opcionales dulces y grasas.** Descripción de cada uno, clasificación cromática convencional de los vegetales, utilidad de la misma.

**Agua:** necesidades, funciones

**Nutrientes:** clasificación según la función: energéticos, plásticos, reguladores, protectores. Su utilidad en la Educación nutricional

**Macro y micronutrientes:** definición según necesidades de cantidad.

**Plato de la alimentación saludable.** Gráfica para la población argentina. Descripción, uso en Educación alimentaria nutricional (EAN)

## **UNIDAD N ° 3: Macronutrientes**

**Hidratos de carbono:** definición, clasificación, función y fuentes. Aporte calórico por gramo.

**Proteínas,** definición, función y fuentes. Valor biológico, análisis de las proteínas.

**Aporte calórico por gramo. Aminoácidos esenciales, descripción, carencia y enfermedad. Complementariedad proteica:** definición, usos. Enfermedad por carencia: Kwashiorkor

**Lípidos:** Clasificación, función Lípidos esenciales. Fuentes. **Grasas TRANS:** definición; importancia de reducir el consumo. Aporte calórico por gramo.

**Colesterol:** descripción, función. Fuentes. Necesidades. Clasificación de lipoproteínas. Valor diagnóstico de las mismas.

**Dislipemias:** conceptos sobre hipertrigliceridemia, hipercolesterolemia, aterosclerosis. Lipidograma en laboratorio de análisis bioquímicos.

Plan de alimentación adecuado a cada circunstancia, selección de alimentos y formas de preparación.

Desnutrición: definición, descripción. Necesidades.

#### UNIDAD N° 4: Micronutrientes

Vitaminas: Clasificación según solubilidad. Necesidades diarias.

Descripción de vitaminas A, complejo B (B1, B2, B3, B5, B6, B9 B12), C, D, E, K.

Adaptación del consumo de alimentos con vitamina K en pacientes anticoagulados .

B9: necesidad en periodo inicial de la gestación, enfermedad por carencia.

Suplementación necesaria en este estado biológico.

Fuentes alimentarias, avitaminosis, toxicidad.

Anemia megaloblástica: descripción, fuentes alimentarias para revertirla

Anemia megaloblástica perniciosa: descripción, fuentes alimentarias para revertirla

Minerales: definición, necesidades.

Hierro: descripción, fuentes alimentarias, clasificación en hemínico/no hemínico.

Enfermedad por carencia: anemia ferropénica. Abordaje nutricional

Calcio: descripción, fuentes alimentarias. Osteoporosis y osteopenia: descripción, uso diagnóstico de la densitometría. Actividad física y su rol en la patología.

Sodio, necesidades, alimentos fuentes. Excesos y patología. Hipertensión arterial.

Concepto, descripción, selección de alimentos bajos en sodio.

Fósforo, potasio, cloro, azufre, magnesio, manganeso, yodo, flúor, zinc, cobalto y selenio. Descripción, fuentes alimentarias, enfermedades producidas por carencia.

Relación entre nutrientes y hormonas tiroideas.

#### UNIDAD N° 5: Guías alimentarias

GAPA: guías alimentarias para la población argentina

Mensajes de las guías, descripción y análisis. Uso en Educación alimentaria nutricional.

Plato de la alimentación saludable, necesidad de la inclusión de actividad física y recomendaciones de consumo de sal.

Rótulos de información nutricional: descripción. Obligatoriedad de publicar nutrientes según ANMAT (administración nacional de medicamentos alimentos y tecnología médica). Interpretación de datos.

Composición química de los alimentos (composición aproximada)

EAN, usos y beneficios para la población.

Variables intervinientes en el estado nutricional de individuos y grupos. Instrumentos de medición, indicadores. Revisión de encuestas ENNyS (encuesta nacional de nutrición y salud)

Dieta del adulto saludable.

#### UNIDAD N°6: Nutrición en el anciano

Adulto mayor: definición.

Efectos fisiológicos del envejecimiento y su repercusión en la alimentación.

Adaptación de la dieta normal a esta etapa de la vida, reemplazos convenientes. Necesidad de nutrientes. Valoración nutricional según Organización Panamericana de la Salud.

Hidratación: recursos para promover una correcta hidratación. Necesidades, carencia. Deshidratación riesgos. Signos de deshidratación.

Necesidades nutricionales del adulto mayor. EAN.

#### UNIDAD N° 7: Nutrición en el embarazo y la lactancia

Embarazo: definición, concepto, edad fértil. Embarazo en población susceptible de carencias: adolescencia, mujeres multiparas, mujeres afeosas, embarazos múltiples.

Necesidades nutricionales de cada etapa: trimestres de la gestación, descripción.

Enfermedad por carencia de nutrientes. Anemia en el embarazo

Lactancia: definición, concepto. Importancia de la lactancia materna. BLH bancos de leche humana. Beneficios, ubicación en la argentina.

Ley argentina en apoyo de la lactancia materna. Decreto 22/2015, reglamentario de la Ley 26.873 de Promoción y Concientización Pública sobre la Lactancia Materna

Tipos de secreción láctea, importancia nutricional. Composición aprox.

Ventajas de la lactancia materna para la madre y el lactante.

Imposibilidad de lactancia materna: impedimentos para la madre (fármacos que afectan la lactancia, enfermedades psiquiátricas, sida según la OMS). Impedimentos para el lactante (galactosemia, fenilcetonuria, y otras enfermedades metabólicas)

Prueba del talón o pesquisa neonatal, importancia del diagnóstico temprano. Ley argentina 26.279, obligatoriedad de su realización.

Microbiota de la leche humana. Conocimientos actuales, ruta entero mamaria.

Leche de vaca: Composición y comparación con la leche materna. Ventajas y desventajas de su consumo. Fórmula para adaptar en caso de necesidad.

Leches maternizadas: descripción. Fórmulas para alimentación del recién nacido a término, recién nacido pre término. Diferencia entre fórmula de inicio y de continuación. Nutrición para errores congénitos del metabolismo: leches especiales.

Plan materno infantil, descripción. Importancia.

#### UNIDAD N° 8: Crecimiento

Crecimiento: concepto. Los mil días de la alimentación saludable: descripción, necesidades nutricionales. Carencias y sus complicaciones

Alimentación complementaria: criterios de incorporación de los distintos alimentos.

Fundamentación. Exposición temprana a alimentos alergénicos. Riesgos

Dieta de un niño sano.

Gráficas para evaluación del crecimiento: peso, edad, talla: su manejo y utilidad.

Diagnóstico del estado nutricional. Lejarraga, Orfila, Morasso. Uso en los centros de salud.

Gráficas OMS IMC EDAD, uso, diagnóstico.

Crecimiento patológico. Su detección con las gráficas.

Desnutrición: definición, causas. Detección temprana. Abordaje nutricional

Clasificación del grado de desnutrición

#### **UNIDAD 9: Técnica dietoterápica**

**Dietoterapia, definición, aplicación, importancia.**

**Indicaciones comunes: NXB, dieta astringente, dieta líquida, dieta astringente, dieta hiposódica. Tipificación frecuente.**

**Procedimiento nutricional en resecciones. Progresión de la dieta. Interpretación de indicaciones nutricionales.**

**SIDA: descripción, nociones sobre la patología. Indicaciones nutricionales, dieta estéril, su utilidad.**

**Quemados: definición, descripción. Necesidades nutricionales. Hidratación. Suplementación necesaria.**

#### **UNIDAD 10: Dietoterapia en enfermedades del esófago y el estómago**

**Esófago: definición. Disfagia. Definición. Características de la patología. Abordaje nutricional, selección de alimentos. Modificaciones de las texturas. Estómago: definición. Gastritis: descripción. Plan de alimentación Adecuado Gástrico: selección de alimentos, modificaciones en las preparaciones. Reflujo gastroesofágico: descripción. Cuidado de los líquidos, selección de alimentos.**

**Helicobacter pylori. Descripción, diagnóstico positivo en laboratorio bioquímico.**

#### **UNIDAD 11: Dietoterapia en enfermedades intestinales**

**Intestino: descripción, función. Breve repaso de fisiología digestiva.**

**Diarrea: definición, descripción. Clasificación con escala de heces de Bristol. Importancia de la hidratación. Selección e incorporación de alimentos en progresión.**

**Celiaquía: descripción de la patología. Características. Selección de alimentos. Información sobre ANMAT. Guía de alimentos aptos. Ley de celiaquía en la argentina 26.588. EAN**

**Constipación: definición según ROMA IV. Su clasificación con escala de heces de Bristol. Selección de alimentos estimulantes, formas de consumo.**

#### **UNIDAD 12: Dietoterapia en enfermedades metabólicas: Diabetes 1 y 2. Obesidad**

**Obesidad: definición, complejidad de la patología, enfermedades concomitantes. Triada de riesgo: obesidad, hipertensión, diabetes. Abordaje nutricional. Necesidad de tratamiento interdisciplinario. Cirugía bariátrica. Descripción, beneficios.**

**Páncreas, nociones y funciones.**

**Glucemia basal y post ingesta. Criterio diagnóstico para diabetes mellitus. Hemoglobina glicosilada, descripción.**

**Diabetes 1: descripción, medidas nutricionales. Glucemia medición necesaria. Insulina, tipos, formas de administración. Microinfusora o bomba de insulina, su utilidad. Plan de alimentación. Manejo de hidratos de carbono. Hipoglucemia: definición, descripción del cuadro. Manejo nutricional.**

**Diabetes 2, nociones sobre la patología. Medidas nutricionales. Plan de alimentación.**

#### **UNIDAD 13: Alimentación por vías de excepción**

**Definición. Diferencias entre alimentación enteral y parenteral. Uso de las mismas. Ventajas y desventajas.**

Enteral: descripción. Tipos: nasofaríngea. Ostomías: descripción. Gastrostomía, Yeyunostomía. Fórmulas usadas, marcas comerciales de uso frecuente.  
Sondas: usos y beneficios. Efectos adversos frecuentes  
Dietas enterales especiales en diabetes, enfermedad renal, enfermedad pulmonar, sin lactosa, con fibra. Parenteral: descripción. Fórmulas comerciales de uso frecuente.

#### **4. BIBLIOGRAFÍA BÁSICA Y DE CONSULTA:**

**Apuntes de cátedra**

**Páginas web:**

**ANMAT.gov.ar** Administración Nacional de Alimentos Medicamentos y Tecnología Médica

**SAP.org.ar** Sociedad Argentina de Pediatría

**MSAL.gov.ar** Ministerio de Salud de la Nación, Temas de salud de la A a la Z

**CESNI.org.ar** Centro de Estudios sobre Nutrición Infantil, biblioteca virtual

**Libro:**

**TÍTULO:** Fundamentos de Nutrición Normal

**AUTOR (ES):** Laura Lopez, M.Marta Suarez

**EDITORIAL:** El Ateneo

**EDICION:**

**BIBLIOTECA:** NO

**TÍTULO:** Nutrición clínica y Dietoterapia

**AUTOR (ES):** Liliana Rodota/ M. Eugenia Castro

**EDITORIAL:** Panamericana

**EDICION:**

**BIBLIOTECA:** NO

#### **5. PROPUESTA METODOLÓGICA:**

Aquellos temas que requieren indispensablemente la intervención docente serán desarrollados por la misma con sistema de preguntas a los alumnos y viceversa.-  
Interacción

En los casos en que el tema lo permita se trabajara con materiales de investigación, libros apuntes, graficas, muestras de productos comerciales, etc.  
Los alumnos prepararan trabajos prácticos que se les entregará en cada clase

## **6. EVALUACIÓN Y CONDICIONES DE ACREDITACION:**

Los alumnos deberán completar trabajos prácticos de elaboración a lo largo del ciclo, y aprobarlos en presentación escrita. Regularizarán la asignatura al cumplir con el 80% de los trabajos prácticos solicitados a lo largo de la cursada. Aquellos alumnos que no aprobaran un trabajo práctico, deberán rehacerlo en una segunda y última oportunidad. La evaluación se hará en dos parciales que abarcarán cada uno la mitad del programa aproximadamente

### **ALUMNOS REGULARES:**

Podrán aprobar la cursada de la materia aprobando los dos parciales con nota mayor a cuatro sobre diez en ambos., representando el mismo el 60% del examen; y cumpliendo con la aprobación del 80% de los trabajos prácticos solicitados.

Examen final: se tomará en las fechas estipuladas por calendario académico, y podrá ser escrito u oral. Se aprobará con nota de cuatro o más, sobre diez puntos; representando el mismo, el 60% del examen.

La asistencia a clases teóricas no será obligatoria.

La asistencia a los trabajos prácticos será obligatoria.

### **ALUMNOS PROMOCIONALES:**

Aquellos que tengan la totalidad de los trabajos prácticos aprobados, y nota de más de siete sobre diez puntos, en ambos parciales (no promediable)

### **ALUMNOS LIBRES:**

Deberán rendir examen escrito que corresponde a los aspectos teóricos y prácticos vistos en toda la materia, con contenidos actualizados al año en que se presenta. Se aprobará el mismo con nota de cuatro o más, sobre diez puntos. Una vez aprobados, rendirán examen oral en un acto único y continuado en el tiempo. El examen oral se aprobará con nota de cuatro o más, sobre diez. La aprobación de la asignatura se obtiene con la aprobación de ambas partes, siendo la nota un promedio entre cada una de las instancias evaluadas.

## **7. DISTRIBUCIÓN HORARIA:**

**HORAS TEORICOS:** 3 horas exposición o más, dependiendo de la necesidad de tiempo para trabajos prácticos

**HORAS PRACTICOS:** 1 hora o menos dependiendo de la modalidad del trabajo práctico (grupal, individual, con material provisto por docente, etc)


## **8. CRONOGRAMA TENTATIVO:**



Fecha	N°	Temas
4/2		Reunión de cátedra
7/2		Investigación de casos clínicos
11/2		Preparación examen final
14/2		Examen final
18/2		Revisión de material disponible para presentar en clase (leches especiales, vitaminas, etc)
21/2		Examen final
25/2		Discusión de TP
28/2		Armado de TP
4/3		Revisión de precios de alimentos de canasta básica
7/3	Clase 1	Unidad 1; Unidad 2
11/3		Armado de material para trabajar en clase
14/3	Clase 2	Unidad 3
18/3		Selección de casos clínicos. Reunión con cátedra Farmacología. Relacionar temas afines
21/3		Unidad 4, Unidad 5, Unidad 6
25/3		Selección de material (vitaminas, minerales)
28/3	Clase 3	Unidad 7
1/4		Preparación examen parcial
4/4	Clase 4	1r PARCIAL. Unidad 8
8/4		Armado del recuperatorio del 1r parcial.
11/4	Clase 5	RECUPERATORIO. Unidad 9, Unidad 10
15/4		Selección de casos clínicos a trabajar en clase. Reunión con cátedra farmacología, vincular clases.
18/4		FERIADO RELIGIOSO NACIONAL
22/4		Selección de folletería
25/4	Clase 6	Unidad 11
29/4		Selección de material ANMAT
2/5	Clase 7	Unidad 12
6/5		Selección casos clínicos. Búsqueda de material afín.
9/5	Clase 8	Unidad 12

13/5		Recolección de material útil, rótulos diversos
16/5	Clase 9	Unidad 13
20/5		Elaboración examen final
23/5		Mesa de examen MAYO
27/5		Elaboración de examen , 2d parcial
30/5		2do PARCIAL
3/6		Armado de recuperatorio
6/6		RECUPERATORIO 2d PARCIAL
10/6		Armado examen parcial para alumnos con certificado
13/6		Examen parcial para alumnos con certificado
17/6		Armado de planillas finales, corrección de últimos TP
20/6		FERIADO NACIONAL

  
DOCENTE A CARGO

  
Lic. CAROLINA SUAREZ  
Coordinadora Carrera Licenciatura en Enfermería  
Centro Regional Universitario Bariloche  
Universidad Nacional del Comahue  
CONFORMIDAD DEL DEPARTAMENTO

CONFORMIDAD SECRETARIA ACADEMICA  
CENTRO REGIONAL UNIVERSITARIO BARILOCHE

  
Mg. ALFONSO AGUILAR  
Secretario Académico  
Centro Regional Univ. Bariloche  
Univ. Nacional del Comahue