

DATOS GENERALES DE LA ASIGNATURA

ASIGNATURA: Alimentación y Envejecimiento

PLAN DE ESTUDIOS: Grado en Nutrición Humana y Dietética (PGR-NUTRI)

GRUPO: 2324-T1

CENTRO: Facultad de Ciencias de la Salud

CARÁCTER DE LA ASIGNATURA: Optativo

ECTS: 6,0

CURSO: 4º

SEMESTRE: 1º Semestre

IDIOMA EN QUE SE IMPARTE:

Castellano, excepto las asignaturas de idiomas que se impartirán en el idioma correspondiente

DATOS DEL PROFESOR

NOMBRE Y APELLIDOS: ELENA NIETO VIVAS

EMAIL: enieto@uemc.es

TELÉFONO: 983 00 10 00

HORARIO DE TUTORÍAS: Martes a las 16:00 horas

CV DOCENTE:

Desde 2021, como docente de la Universidad Europea Miguel de Cervantes, impartiendo las asignaturas de Nutrición y envejecimiento (4º curso), Restauración Colectiva y Educacion nutricional de 3º curso en el Grado de Nutrición Humana y Dietética.

Diplomada en NUTRICIÓN HUMANA Y DIETÉTICA por la Universidad Alfonso X El Sabio en Madrid (Junio 2007)

Ciclo Formativo en Grado Superior en DIETÉTICA Y NUTRICIÓN en el Instituto Gregorio Fernández, de Valladolid. (Junio 2003)

CV PROFESIONAL:

*Desde 2019-actualmente como nutricionista en el ámbito geriatrico, realizando la **valoración del estado nutricional** de los ancianos para conseguir un seguimiento y tratamiento personalizado y evitar problemas como la malnutrición, situación de déficit a la que la población anciana es muy vulnerable.*

2018-Responsable del departamento de nutrición en la empresa de restauración colectiva Scas elaborando menus adaptados a cada edad, colectivo y patologías y/o alergias que pudieran presentarse.

2011-2017 Nutricionista y gerente de la clínica de nutrición Ele Nutricion y Masajes, realizando planes nutricionales individuales y personalizados a la demanda de cada paciente. Impartiendo charlas, talleres y sesiones formativas a diferentes colectivos.

2007-2011 como nutricionista en diferentes consultas privadas realizando asesoramiento y seguimiento personalizado de planes nutricionales.

DATOS ESPECÍFICOS DE LA ASIGNATURA

DESCRIPTOR DE LA ASIGNATURA:

La desnutrición que es frecuente en la población geriátrica puede afectar al pronóstico de una determinada patología y para poder tratarla adecuadamente se debe evaluar el estado nutricional de forma completa usando las herramientas disponibles. Mediante el desarrollo de la asignatura el estudiante aprenderá la importancia

epidemiológica actual del envejecimiento y su repercusión en las profesiones sanitarias. Se estudiarán los procesos patológicos más frecuentes asociados al envejecimiento, los síndromes geriátricos, la valoración nutricional y el manejo nutricional específico a tener en cuenta en cada caso.

Al finalizar la asignatura el alumno será capaz de:

- Conocer la fisiología del envejecimiento.
- Evaluar y decidir sobre las técnicas de cribado nutricional más adecuadas para la población geriátrica. Integrar nuevos conocimientos en el contexto de la valoración del estado nutricional en población geriátrica y ser capaz de resolver problemas relacionados con la valoración nutricional en contextos de carácter multidisciplinar (valoración geriátrica integral).
- Justificar las bases del equilibrio energético y nutricional en geriatría, adaptando las recomendaciones nutricionales y de hidratación a las necesidades fisiológicas del envejecimiento así como contrastar planes dietético-nutricionales adaptados a distintos contextos en personas mayores y colectivos geriátricos.
- Revisar críticamente el uso de distintos suplementos y productos dietéticos diseñados para la población geriátrica.
- Ser capaz de prevenir y controlar situaciones complejas relacionadas con el servicio de alimentación en centros y residencias geriátricas, mediante la aplicación de metodologías en el ámbito de la higiene y seguridad alimentaria.
- Justificar la pertinencia de incorporar nuevos alimentos y componentes funcionales en la alimentación de las personas mayores en base a la evidencia científica.
- Evaluar y transmitir de un modo claro las novedades sobre nuevos alimentos y componentes funcionales y su importancia en el contexto de la alimentación geriátrica.
- Valorar la relación entre la alimentación y la nutrición en diversas condiciones patológicas en el anciano, destacando la importancia de la desnutrición relacionada con las enfermedades crónicas.

Para poder cursar esta asignatura se recomienda que el alumno tenga aprobadas las asignaturas de Nutrición I, Nutrición II, Endocrinología y Farmacología.

CONTENIDOS DE LA ASIGNATURA:

1. **Nutrición y envejecimiento, cambios fisiológicos** : Proceso de envejecimiento: Concepto, definición y demografía
 1. Requerimientos nutricionales y valoración nutricional : Valoración del paciente geriátrico: valoración de la composición corporal, de la capacidad funcional, del estado y riesgo nutricional. Requerimientos nutricionales del paciente geriátrico: macronutrientes y micronutrientes.
 2. Nutrición y envejecimiento : Aspectos fisiológicos del envejecimiento que afectan a la alimentación. Aspectos psicológicos y socioeconómicos del envejecimiento que afectan a la alimentación
 3. Alimentación adaptada : Problemas nutricionales en la tercera edad
2. **Patologías y síndromes geriátricos** : Abordaje nutricional del paciente geriátrico
 1. Patologías y nutrición en el anciano
 2. Síndromes geriátricos
 3. Disfagia
 4. Deterioro cognitivo
3. **Soporte nutricional** : Soporte nutricional: alimentación básica adaptada, suplementos nutricionales.
 1. Suplementación nutricional
 2. Interacciones más frecuentes
4. **El nutricionista geriátrico** : Planificación de dietas en instituciones geriátricas.
 1. Papel del dietista-nutricionista geriátrico

RECURSOS DE APRENDIZAJE:

La asignatura se desarrollará en el aula de teoría que contará con pizarra, proyector y PC. El resto de los materiales necesarios estarán disponibles a través de la plataforma Moodle.

COMPETENCIAS BÁSICAS:

- CB1. Que los estudiantes hayan demostrado poseer y comprender conocimientos en un área de estudio que parte de la base de la educación secundaria general, y se suele encontrar a un nivel que, si bien se apoya en libros de texto avanzados, incluye también algunos aspectos que implican conocimientos procedentes de la vanguardia de su campo de estudio
- CB2. Que los estudiantes sepan aplicar sus conocimientos a su trabajo o vocación de una forma profesional y posean las competencias que suelen demostrarse por medio de la elaboración y defensa de argumentos y la resolución de problemas dentro de su área de estudio
- CB3. Que los estudiantes tengan la capacidad de reunir e interpretar datos relevantes (normalmente dentro de su área de estudio) para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas relevantes de índole social, científica o ética
- CB4. Que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado
- CB5. Que los estudiantes hayan desarrollado aquellas habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía

COMPETENCIAS GENERALES:

- CG01. Reconocer los elementos esenciales de la profesión del Dietista-Nutricionista, incluyendo los principios éticos, responsabilidades legales y el ejercicio de la profesión, aplicando el principio de justicia social a la práctica profesional y desarrollándola con respeto a las personas, sus hábitos, creencias y culturas.
- CG02. Reconocer la necesidad de mantener y actualizar la competencia profesional, prestando especial importancia al aprendizaje, de manera autónoma y continuada, de nuevos conocimientos, productos y técnicas en nutrición y alimentación, así como a la motivación por la calidad.
- CG03. Conocer los límites de la profesión y sus competencias, identificando cuando es necesario un tratamiento interdisciplinar o la derivación a otro profesional.
- CG05. Conocer, valorar críticamente y saber utilizar y aplicar las fuentes de información relacionadas con nutrición, alimentación, estilos de vida y aspectos sanitarios.
- CG06. Tener la capacidad de elaborar informes y cumplimentar registros relativos a la intervención profesional del Dietista-Nutricionista.
- CG08. Elaborar, interpretar y manejar las tablas y bases de datos de composición de alimentos.
- CG09. Conocer los nutrientes, su función en el organismo, su biodisponibilidad, las necesidades y recomendaciones, y las bases del equilibrio energético y nutricional.
- CG10. Integrar y evaluar la relación entre la alimentación y la nutrición en estado de salud y en situaciones patológicas.
- CG11. Aplicar los conocimientos científicos de la fisiología, fisiopatología, la nutrición y alimentación a la planificación y consejo dietético en individuos y colectividades, a lo largo del ciclo vital, tanto sanos como enfermos.
- CG12. Diseñar y llevar a cabo protocolos de evaluación del estado nutricional, identificando los factores de riesgo nutricional.
- CG13. Interpretar el diagnóstico nutricional, evaluar los aspectos nutricionales de una historia clínica y realizar el plan de actuación dietética.

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS:

- CE07. Adquirir habilidades de trabajo en equipo como unidad en la que se estructuran de forma uni o multidisciplinar e interdisciplinar los profesionales y demás personal relacionados con la evaluación diagnóstica y tratamiento de dietética y nutrición.
- CE14. Interpretar y manejar las bases de datos y tablas de composición de alimentos.
- CE25. Aplicar las Ciencias de los Alimentos y de la Nutrición a la práctica dietética.
- CE27. Evaluar y calcular los requerimientos nutricionales en situación de salud y enfermedad en cualquier etapa del ciclo vital.
- CE30. Conocer, detectar precozmente y evaluar las desviaciones por exceso o defecto, cuantitativas y cualitativas, del balance nutricional.

- CE31. Planificar, realizar e interpretar la evaluación del estado nutricional de sujetos y/o grupos, tanto sanos (en todas las situaciones fisiológicas) como enfermos.
- CE33. Identificar los problemas dietético-nutricionales del paciente, así como los factores de riesgo y las prácticas inadecuadas.
- CE34. Elaborar e interpretar una historia dietética en sujetos sanos y enfermos. Interpretar una historia clínica. Comprender y utilizar la terminología empleada en ciencias de la salud.
- CE35. Interpretar e integrar los datos clínicos, bioquímicos y farmacológicos en la valoración nutricional del enfermo y en su tratamiento dietético-nutricional.
- CE37. Planificar, implantar y evaluar dietas terapéuticas para sujetos y/o grupos.
- CE50. Prescribir el tratamiento específico, correspondiente al ámbito de competencia del dietista-nutricionista.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE:

El alumno será capaz de:

- Conocer las bases fisiológicas del envejecimiento y sus implicaciones en la nutrición.
- Aplicar la valoración del estado nutricional y la intervención dietético nutricional en el paciente geriátrico.

BIBLIOGRAFÍA Y RECURSOS DE REFERENCIA GENERALES

BIBLIOGRAFÍA BÁSICA:

- Abizanda Soler P y Rodríguez Mañas. (2014): Tratado de medicina geriátrica. Fundamentos de la atención sanitaria a los mayores.. Elsevier. ISBN: 9788490221204
- Entrala A (2001): Minerales. Guías alimentarias para la población española.. ISBN: 9788479782146

BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA:

- Cuadrado Vives C. Moreira Tunis O. Varela Moreira G. (2015): Guía de orientación nutricional para personas mayores. Madrid: Dirección General de Salud Pública y Alimentación; .. ISBN: 5105 -2011

WEBS DE REFERENCIA:

Web / Descripción

[UEMC](http://www.uemc.es/uemc/)(<http://www.uemc.es/uemc/>)

Universidad privada en Valladolid que imparte docencia en modalidad presencial y online

[NUTRICIÓN EN EL ANCIANO](https://www.segg.es) (<https://www.segg.es>)

NUTRICIÓN EN EL ANCIANO Guía de buena práctica clínica en geriatría

[Fundació Alicia](https://www.alicia.cat/es/)(<https://www.alicia.cat/es/>)

Web de referencia en Alimentación en textura modificada

PLANIFICACIÓN DEL PROCESO DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE DE LA ASIGNATURA

METODOLOGÍAS:

MÉTODO DIDÁCTICO:

El método didáctico será el de elección para las clases teóricas. El docente introducirá cada tema en el aula mediante la exposición de los contenidos, y a su vez de fomentará la participación del alumno mediante el planteamiento de dudas y cuestiones abiertas que den lugar a debate y reflexión.

MÉTODO DIALÉCTICO:

Se caracteriza por la participación de los alumnos en los debates surgidos o planteados durante las clases teóricas, así como en los casos prácticos expuestos y la intervención de éstos a través del diálogo y de la discusión crítica.

Utilizando este método el alumno adquiere conocimiento mediante la confrontación de opiniones y puntos de vista aplicando también los conocimientos adquiridos durante las clases teóricas. Con esta metodología también se evalúa el grado de comprensión de los alumnos.

MÉTODO HEURÍSTICO:

Este método puede desarrollarse de forma individual o en grupo a través de las actividades de evaluación continua (entregas de trabajos, resolución de ejercicios, presentaciones, etc.). El objetivo es que el alumno asuma un papel de trabajo activo en el proceso de aprendizaje adquiriendo los conocimientos mediante la experimentación y la resolución de problemas.

CONSIDERACIONES DE LA PLANIFICACIÓN:

SEMANA 1-6: Presentación de la asignatura. BLOQUE I

Actividades formativas:

- Clase presencial y clase práctica
- Problem Base learning
- Estudio teórico y práctico
- Evaluación
- Entrega y presentación trabajo práctico

SEMANA 7-10: BLOQUE II

Actividades formativas:

- Clase presencial y clase práctica
- Problem Base learning
- Seminario y actividades complementarias
- Estudio teórico y práctico
- Entrega y presentación de trabajo práctico

SEMANA 11 - 14: BLOQUE II

Actividades formativas:

- Clase presencial y clase práctica
- Problem Base learning
- Seminario y actividades complementarias
- Evaluación
- Estudio teórico y práctico
- Entrega y presentación de trabajo práctico

SEMANA 15: BLOQUE IV

Actividades formativas:

- Clase presencial y clase práctica
- Problem Base learning
- Trabajo en grupo: trabajos teóricos y prácticos
- Seminario y actividades complementarias

Las tutorías grupales serán las recogidas en la semana amarilla de preparación para la convocatoria ordinaria y extraordinaria. Desde la Facultad de Ciencias de la Salud se notificarán tanto al profesorado como al alumnado los calendarios de estas tutorías.

Las tutorías individuales serán previa cita en el horario de tutoría individual establecido.

La modalidad (remota o presencial) en la que se realizarán las tutorías, tanto individuales si las hubiese, como grupales, se informará por parte del profesor/a al alumnado.

Esta planificación estimada podrá verse modificada por causas ajenas a la organización académica primeramente presentada. El profesor informará convenientemente a los alumnos de las nuevas modificaciones puntuales.

PROGRAMACIÓN DE ACTIVIDADES Y EVALUACIONES:

PROGRAMACIÓN DE ACTIVIDADES:

Actividad	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	¿Se evalúa?	CO	CE
EXAMEN PARCIAL BLOQUE I				X												X	X	X
EXAMEN PARCIAL BLOQUE II											X					X	X	X
EXAMEN PARCIAL BLOQUE III															X	X	X	X
ACTIVIDAD BLOQUE I				X												X	X	X
ACTIVIDAD BLOQUE II										X						X	X	X
ACTIVIDAD BLOQUE III														X		X	X	X

CONSIDERACIONES DE LA EVALUACIÓN EN LA CONVOCATORIA ORDINARIA:

Pruebas de evaluación:

Se realizará un **examen parcial y eliminatorio de materia** después de la finalización de cada bloque y actividades de evaluación continua.

- Examen parcial bloque I (20% de la evaluación final)
- Examen parcial bloque II (20% de la evaluación final)
- Examen parcial bloque III (20% de la evaluación final)
- Actividades de evaluación continua en cada bloque (40% de la evaluación final)
 - Se realizarán varias actividades en cada bloque, cuya nota individual se evaluará sobre 10 y el promedio de la nota de todas las actividades será el 40% de la nota final. Para poder hacer la media, se deben presentar TODAS las actividades y sacar al menos un 4 en cada una para poder hacer la media.

La nota final de la asignatura se corresponde con la suma de la nota de todas las pruebas de evaluación, aplicando los porcentajes correspondientes.

Para superar la asignatura en evaluación ordinaria, es necesario que el alumno supere todos los exámenes parciales con al menos un 5 sobre 10 y presente todas las actividades de evaluación continua, llegando al menos a un 4 para poder hacer media.

CONSIDERACIONES DE LA EVALUACIÓN EN LA CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA:

El alumno/a que tenga que presentarse a la convocatoria extraordinaria se le guardará la nota de las actividades evaluables, en caso de haberlas aprobado en convocatoria ordinaria.

En la evaluación extraordinaria, la nota final de la asignatura se corresponde con la suma de la nota de todas las pruebas de evaluación, aplicando los porcentajes correspondientes. Es necesario que el alumno supere todas las pruebas de evaluación con al menos un 5 sobre 10 para superar la asignatura.

Examen final: el alumno tendrá que recuperar aquellas partes que no haya aprobado durante la evaluación ordinaria:

- Si se presenta al bloque I, II y III el examen final supondrá el 60% de la nota final
- Si tiene que presentarse a 2 bloques: 40% de la nota final
- Si tiene que presentarse a 1 bloque: 20% de la nota final

Exámenes de los bloques I, II y III aprobados, pero alguna(s) actividad(es) de evaluación continua con menos de un 4: deberá presentar un trabajo de cada una de las actividades suspensas para poder hacer la media y optar al 40% de la nota. El resto de notas de las actividades aprobadas, se guardan.

Si el alumno no tiene todos los bloques aprobados y tampoco todas las actividades de evaluación continua con al menos un 4, en la convocatoria extraordinaria deberá realizar el examen del bloque o bloques correspondientes y entregar el/los trabajos de las actividades suspensas.

NOTAS COMUNES A LA EVALUACIÓN ORDINARIA Y EXTRAORDINARIA

** La realización fraudulenta de cualquiera de las pruebas de evaluación, así como la extracción de información de las pruebas de evaluación, será sancionada según lo descrito en el Reglamento 7/2015, de 20 de noviembre, de Régimen Disciplinario de los estudiantes, Arts. 4, 5 y 7 y derivarán en la pérdida de la convocatoria correspondiente, así como en el reflejo de la falta y de su motivo en el expediente académico del alumno.*

**Los sistemas de evaluación descritos en esta GD son sensibles tanto a la evaluación de las competencias como de los contenidos de la asignatura.*

SISTEMAS DE EVALUACIÓN:

	SISTEMA DE EVALUACIÓN	PORCENTAJE (%)
Ejecución de prácticas		40%
Pruebas escritas		60%