

ALIMENTACIÓN Y ENVEJECIMIENTO

Curso académico 2013-14

MÓDULO	MATERIA	CURSO	SEMESTRE	CRÉDITOS	TIPO
Ciencias de la Nutrición y la Salud	Alimentación y envejecimiento	4º	1	6	Optativa
PROFESOR(ES)			DIRECCIÓN COMPLETA DE CONTACTO PARA TUTORÍAS (Dirección postal, teléfono, correo electrónico, etc.)		
María Dolores Ruiz López Reyes Artacho Martín-Lagos			Dpto. Nutrición y Bromatología, 3ª planta. Facultad de Farmacia. 18071		
			HORARIO DE TUTORÍAS Dra. Ruiz López 10,30 - 12,30 lunes, miércoles y viernes		
			Dra. Artacho Martín Lagos 9,30 - 11,30 martes, miércoles y jueves		
GRADO EN EL QUE SE IMPARTE			OTROS GRADOS A LOS QUE SE PODRÍA OFERTAR		
Grado en Nutrición Humana y Dietética			Ciencia y Tecnología de los alimentos, Grado de Farmacia		
PRERREQUISITOS Y/O RECOMENDACIONES (si procede): :					
Tener cursadas las asignaturas: . Fundamentos de Bromatología; Ampliación de Bromatología; Nutrición I; Nutrición II y principios de Dietética.					
BREVE DESCRIPCIÓN DE CONTENIDOS (SEGÚN MEMORIA DE VERIFICACIÓN DEL GRADO)					
<p>Envejecimiento: concepto, definición y denominación. Aspectos demográficos de la población mayor. Teorías sobre el envejecimiento. Aspectos fisiológicos psicológicos y socioeconómicos del envejecimiento que afectan a la alimentación. Requerimientos nutricionales: macro y micronutrientes. Guías alimentarias para población mayor. Educación nutricional en población mayor. Evaluación nutricional en mayores. Objetivos y limitaciones. Valoración del riesgo nutricional. La alimentación del mayor sano. La alimentación en situaciones de riesgo nutricional y desnutrición. Alimentación básica adaptada. Planificación de dietas en instituciones. Estudios epidemiológicos.</p>					



COMPETENCIAS GENERALES Y ESPECÍFICAS

Competencias genéricas (CG):

- 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 cultura (CG.1.1).
- Desarrollar la profesión con respeto a otros profesionales de la salud, adquiriendo habilidades para trabajar en equipo (CG.1.2).
- 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 (CG.1.3).
- Conocer los límites de la profesión y sus competencias, identificando, cuando es necesario un tratamiento interdisciplinar o la derivación a otro profesional (CG.1.4).
- Conocer, valorar críticamente y saber utilizar y aplicar las fuentes de información relacionadas con nutrición, alimentación, estilos de vida y aspectos sanitarios (CG.2.2).

Competencias específicas (CE):

- Conocer la influencia de la alimentación en el envejecimiento activo (CE.1)
- Conocer las características específicas (fisiológicas, psicológicas y sociales) de la población mayor que condicionan su estado nutricional (CE.2.)
- Planificar, realizar e interpretar la evaluación del estado nutricional en población mayor, tanto sana como enferma (CE.3.)
- Conocer los límites legales y éticos de la práctica dietética (CE.4).

OBJETIVOS (EXPRESADOS COMO RESULTADOS ESPERABLES DE LA ENSEÑANZA)

- Ser capaz de realizar e interpretar la evaluación nutricional de un adulto mayor
- Saber planificar una dieta en función del estado nutricional de la persona mayor

TEMARIO DETALLADO DE LA ASIGNATURA

1. Envejecimiento: concepto, definición y denominación
2. Aspectos demográficos de la población mayor
3. Teorías sobre el envejecimiento
4. Aspectos fisiológicos del envejecimiento que afectan a la alimentación.
5. Aspectos psicológicos y socioeconómicos del envejecimiento que afectan a la alimentación
6. Influencia de la dieta en el proceso del envejecimiento
7. Requerimientos nutricionales: macro y micronutrientes
8. Guías alimentarias para población mayor
9. Educación nutricional en población mayor
10. Evaluación nutricional en mayores. Objetivos y limitaciones.
11. Valoración del riesgo nutricional
12. La alimentación del mayor sano
13. La alimentación en situaciones de riesgo nutricional y desnutrición. Alimentación



- básica adaptada
- 14. Planificación de dietas en instituciones
 - 15. Estudios epidemiológicos

Programa práctico:

- Valoración del estado nutricional de un mayor mediante
 - parámetros antropométricos
 - parámetros bioquímicos
 - estudio de la dieta: entrevista dietética y encuestas alimentarias
 - test de capacidad funcional
- Planificación de una dieta basal para una residencia de mayores y su adaptación a las siguientes patologías
 - Dietas para la disfagia
 - Dietas para diabéticos
 - Dietas para hipertensos
 - Dietas para el control de peso

BIBLIOGRAFÍA

- **Arbones G, Carbajal A, Gonzalevo B, et al.** (2002). Nutrición y recomendaciones dietéticas en personas mayores. Grupo de trabajo "salud pública" de la Sociedad Española de Nutrición (SEN). Nutr Hosp XVIII (3): 109 – 137.
- **Gil, A.** (2010). Tratado de Nutrición (4 tomos). Ed. Panamericana. Madrid.
- **Gómez Candela C, Reus Fernández JM.** (2004). Manual de recomendaciones nutricionales en pacientes geriátricos. Editores Médicos S.A. Madrid.
- **Mahan LK, Escott-Stump S.** (2009). Krause, Nutrición y dietoterapia, 12ª Ed. Elsevier, SL Barcelona.
- **Mataix J.** (2009) Nutrición y Alimentación Humana (2 tomos). Ed. Ergon, Madrid.
- **Millan Calenti J.C.** (2010). Gerontología y Geriatria. Valoración e intervención. Ed. Panamericana. Madrid.
- **Muñoz M, Aranceta J y Guijarro JL.** (2005). Libro blanco de la alimentación de los mayores. Ed. Panamericana, Madrid.
- **Planas M (coordinación).** (2007) Documentos de consenso valoración nutricional en



el anciano. Recomendaciones prácticas de los expertos en geriatría y nutrición SENPE y SEGG- Edición: Galénitas-Nigra Trea,.

- **Rosenberg I H, Sastre A.** (2002). Nutrition and Aging. Nestlé Nutrition Workshop series. Clinical and performance Program vol. 6. Ed. Nestlé Ltd and S. Karger,
- **Rubio M.A.** (2002). Manual de alimentación y nutrición en el anciano. Ed. SCM, Madrid.
- **Salvador-Carulla L, Cano Sánchez A, Cabo Soler J.** (2004) Longevidad. Tratado integral sobre salud en la segunda mitad de la vida. Ed. Panamericana.
- **Shils ME, Olson J A y Shike M.** Nutrición en Salud y Enfermedad. 9ª edición (2 tomos). Ed. McGraw-Hill- Interamericana, Madrid, 2002.
- **Timiras P.** (1997). Bases fisiológicas del envejecimiento y geriatría. Ed Masson, Barcelona.

ENLACES RECOMENDADOS

- <http://www.nutricioncomunitaria.org/> (Sociedad española de Nutrición Comunitaria)
- <http://www.senba.es/> (Sociedad de Nutrición Básica y adaptada)
- <http://www.sennutricion.org/> (Sociedad Española de Nutrición)
- <http://www.aesan.es> (Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición)
- <http://fen.org.es> (Fundación Española de Nutrición)

EVALUACIÓN (INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN, CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y PORCENTAJE SOBRE LA CALIFICACIÓN FINAL, ETC.)

Evaluación Continua

Evaluación de los conocimientos teóricos. Se realizará un control no eliminatorio y un examen final que computará el 70% de la calificación final. El examen teórico constará de preguntas cortas y/o preguntas tipo test de desarrollo sobre el contenido del temario teórico y lo tratado en seminarios.

Evaluación de seminarios y trabajos autónomos. Son obligatorios y supone un 10% de la nota final.

Evaluación de los conocimientos prácticos. Es obligatoria la realización de las prácticas para superar la asignatura, siendo imprescindible la asistencia a las mismas (1,5 créditos presenciales) y la realización de una prueba que avale sus conocimientos. Las prácticas suponen un 20% de la calificación final obtenida.

La superación de la asignatura supondrá tener aprobadas cada una de las partes y realizado el trabajo autónomo.

Evaluación Única Final

Aquellos alumnos que, por motivos debidamente justificados, no se acojan al método de evaluación continua realizarán un examen final que constará de una parte teórica y una parte práctica. La parte teórica representará el 75% y la práctica el 25% de la calificación final.

La superación de la asignatura supondrá tener aprobadas cada una de las partes.

