

## Guía Docente: Nutrición y Ciclo Vital

DATOS GENERALES	
<b>Facultad</b>	Facultad de Ciencias de la Salud
<b>Titulación</b>	Grado en Nutrición Humana y Dietética
<b>Plan de estudios</b>	2012
<b>Materia</b>	Nutrición
<b>Carácter</b>	Obligatorio
<b>Período de impartición</b>	Primer Trimestre
<b>Curso</b>	Tercero
<b>Nivel/Ciclo</b>	Grado
<b>Créditos ECTS</b>	6
<b>Lengua en la que se imparte</b>	Castellano
<b>Prerrequisitos</b>	No se precisa

### DATOS DEL PROFESORADO

<b>Profesor</b>	Juan Antonio Latorre Catalá	<b>Correo electrónico</b>	juanantonio.latorre@ui1.es
<b>Área</b>	Nutrición y Bromatología	<b>Facultad</b>	Facultad de Ciencias de la Salud
<b>Perfil Profesional 2.0</b>	<a href="#">Linkedin</a>		

<b>Profesor</b>	Néstor Benítez Brito	<b>Correo electrónico</b>	nestor.benitez.brito@ui1.es
<b>Área</b>		<b>Facultad</b>	Facultad de Ciencias de la Salud
<b>Perfil Profesional 2.0</b>	<a href="#">Academia española de nutrición y dietética</a>		

<b>Profesor</b>	Maria de los Ángeles García García	<b>Correo electrónico</b>	marian.garcia@ui1.es
<b>Área</b>	Farmacia y Tecnología Farmacéutica	<b>Facultad</b>	Facultad de Ciencias de la Salud
<b>Perfil Profesional 2.0</b>	<a href="#">Blog</a> <a href="#">Twitter</a> <a href="#">Facebook</a>		

<b>Profesor</b>	Giuseppe Russolillo Femenías	<b>Correo electrónico</b>	giuseppe.russolillo@ui1.es
<b>Área</b>		<b>Facultad</b>	Facultad de Ciencias de la Salud
<b>Perfil Profesional 2.0</b>	<a href="#">Academia española de nutrición y dietética</a>		

## CONTEXTUALIZACIÓN Y JUSTIFICACIÓN DE LA ASIGNATURA

<b>Asignaturas de la materia</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nutrición</li> <li>• Nutrición y Ciclo Vital</li> <li>• Nutrición en la enfermedad y poblaciones con requerimientos especiales</li> <li>• Nutrición y Dietética Deportiva</li> </ul>
<b>Contexto y sentido de la asignatura en la titulación y perfil profesional</b>	<p>Nutrición y Ciclo Vital es una asignatura que está estrechamente relacionada con Salud Pública y Nutrición Comunitaria. Asimismo, está relacionada con otras como son la Nutrición y la Dietotecnia.</p> <p>Se trata de una asignatura de gran interés en el desempeño profesional futuro del alumno, ya que en ella se abordan los cambios fisiológicos de las diferentes etapas del ciclo vital que van a determinar unos requerimientos nutricionales específicos en cada una de las etapas de la vida, desde la infancia hasta la vejez. El conocimiento de los requerimientos nutricionales es el punto de partida para planificar dietas adecuadas para optimizar el estado nutricional y de salud en cada etapa del ciclo vital.</p> <p>La asignatura se estructura en seis unidades didácticas, correspondientes a cada una de las etapas del ciclo vital abordadas. En cada unidad didáctica se abordan los siguientes aspectos: principales cambios fisiológicos y/o características de cada etapa del ciclo vital con repercusión en los procesos de la nutrición y la alimentación, requerimientos nutricionales, y recomendaciones dietéticas específicas de cada etapa del ciclo vital.</p>

## COMPETENCIAS QUE ADQUIERE EL ESTUDIANTE Y RESULTADOS DE APRENDIZAJE

<p><b>Competencias de la asignatura</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CE-28: Integrar a las personas con discapacidad al ámbito de la nutrición humana y la dietética.</li> <li>• CE-23: Conocer las organizaciones de salud, nacionales e internacionales, así como los diferentes sistemas de salud, reconociendo el papel del Dietista-Nutricionista.</li> <li>• CE-16: Intervenir en la organización, gestión e implementación de las distintas modalidades de alimentación y soporte Nutricional hospitalario y del tratamiento dietético-Nutricional ambulatorio.</li> <li>• CE-15: Conocer la estructura de los servicios de alimentación y unidades de alimentación y nutrición hospitalaria, identificando y desarrollando las funciones del Dietista-Nutricionista dentro del equipo multidisciplinar.</li> <li>• CE-14: Interpretar el diagnóstico Nutricional, evaluar los aspectos Nutricionales de una historia clínica y realizar el plan de actuación dietética.</li> <li>• CE-08: Integrar y evaluar la relación entre la alimentación y la nutrición en estado de salud y en situaciones patológicas.</li> <li>• CE-07: Conocer los nutrientes, su función en el organismo, su biodisponibilidad, las necesidades y recomendaciones, y las bases del equilibrio energético Nutricional.</li> <li>• CB-01: 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.</li> <li>• CG-18: Conocer y actuar dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.</li> <li>• CG-07: Conocer y comprender la evolución histórica, antropológica y sociológica de la alimentación, la nutrición y la dietética en el contexto.</li> <li>• CG-04: Conocer los límites de la profesión y sus competencias, identificando cuando es necesario un tratamiento interdisciplinar o la derivación a otro profesional.</li> <li>• CG-02: Desarrollar la profesión con respeto a otros profesionales de la salud, adquiriendo habilidades para trabajar en equipo.</li> <li>• CU-16: Saber transmitir un informe técnico de la especialidad.</li> <li>• CU-08: Entender las prácticas y el trabajo colaborativo como una manera de aplicar la teoría y como una manera de indagar sobre la práctica valores teóricos.</li> <li>• CU-06: Aprender a trabajar individualmente de forma activa.</li> <li>• CU-03: Utilizar la expresión oral y escrita de forma adecuada en contextos personales y profesionales.</li> </ul>
<p><b>Resultados de aprendizaje de la asignatura</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conoce las bases del equilibrio nutricional y su regulación, así como la metodología para la estimación de las necesidades nutricionales.</li> <li>• Conoce las características nutricionales de un paciente tanto sano como con patología a lo largo de las diferentes etapas de la vida.</li> <li>• Valora nutricionalmente tanto a pacientes sanos como con patologías.</li> <li>• Desarrolla una visión crítica ante la información médica que le llegue al profesional.</li> <li>• Realiza valoraciones nutricionales de pacientes deportistas, así como elaborar un consejo dietético-nutricional acorde a sus necesidades.</li> <li>• Conoce las peculiaridades de la nutrición en el ámbito hospitalario.</li> <li>• Diseña protocolos de actuación Nutricional a nivel hospitalario.</li> </ul>

## PROGRAMACION DE CONTENIDOS

<b>Breve descripción de la asignatura</b>	<p>A lo largo de la vida, el ser humano pasa por una serie de situaciones fisiológicas, que requieren de abordajes específicos a nivel sanitario, y en especial a nivel Nutricional. Es fundamental conocer las características que se dan en estas situaciones, para ser capaz de realizar una adecuada valoración Nutricional del paciente, que permita después elaborar un correcto consejo dietético, adaptado a sus necesidades. En esta asignatura se pretende englobar todas estas peculiaridades, inherentes por otra parte al ser humano, dotando al alumno de una visión crítica y profesional para el abordaje del paciente sano.</p>
<b>Contenidos</b>	<p><b>UD 1. ALIMENTACIÓN EN EL LACTANTE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Introducción: etapas en la alimentación del niño</li> <li>• Características fisiológicas del lactante.</li> <li>• Requerimientos nutricionales del lactante.</li> <li>• Lactancia: lactancia materna y lactancia artificial</li> <li>• Alimentación complementaria o <i>beikost</i></li> <li>• Alimentación vegetariana en el lactante</li> </ul> <p><b>UD 2. ALIMENTACIÓN EN LA PRIMERA INFANCIA Y EN ETAPAS PREESCOLAR Y ESCOLAR</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Alimentación y nutrición en la primera infancia (1 a 3 años) <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ Características de la primera infancia (1 a 3 años)</li> <li>◦ Requerimientos nutricionales en la primera infancia (1 a 3 años)</li> <li>◦ Normas básicas de alimentación en la primera infancia (1 a 3 años)</li> <li>◦ Anorexia simple en la infancia</li> </ul> </li> <li>• Alimentación y nutrición en las etapas preescolar y escolar <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ Características de las etapas preescolar y escolar</li> <li>◦ Requerimientos nutricionales en las etapas preescolar y escolar</li> <li>◦ Normas básicas de alimentación en las etapas preescolar y escolar</li> </ul> </li> <li>• El comedor escolar</li> </ul> <p><b>UD 3. ALIMENTACIÓN EN EL ADOLESCENTE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cambios fisiológicos en la adolescencia</li> <li>• Requerimientos nutricionales en la adolescencia</li> <li>• Problemas nutricionales: situaciones de riesgo nutricional en la adolescencia</li> <li>• La dieta saludable en la adolescencia</li> <li>• Recomendaciones generales durante la adolescencia</li> </ul> <p><b>UD 4. ALIMENTACIÓN EN EL EMBARAZO Y LA LACTANCIA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Alimentación durante la etapa preconcepcional <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ Cambios fisiológicos en el embarazo</li> <li>◦ Requerimientos nutricionales de la mujer embarazada</li> <li>◦ Recomendaciones dietéticas para la mujer embarazada</li> <li>◦ Situaciones en el embarazo que requieren pautas dietéticas especiales</li> </ul> </li> <li>• Alimentación durante la lactancia <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ Cambios fisiológicos y metabólicos en la mujer lactante</li> <li>◦ Requerimientos nutricionales de la mujer lactante</li> <li>◦ Recomendaciones dietéticas para la mujer lactante</li> </ul> </li> </ul> <p><b>UD 5. ALIMENTACIÓN EN LA MENOPAUSIA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cambios fisiológicos en la menopausia</li> <li>• Requerimientos nutricionales en la menopausia</li> <li>• Recomendaciones dietéticas en la menopausia</li> </ul>

## UD 6. ALIMENTACIÓN EN LAS PERSONAS MAYORES

- Cambios fisiológicos asociados al envejecimiento
- Valoración nutricional geriátrica
- Requerimientos nutricionales en las personas mayores
- Alimentos enriquecidos y suplementos nutricionales
- Pautas dietéticas generales

## METODOLOGÍA

### Actividades formativas

- **Estudios de Caso:** De manera introductoria se le propondrá al alumno que resuelva una situación real, atractiva y motivadora que le permita adentrarse en los contenidos a desarrollar durante la Unidad Didáctica. El único requisito necesario es que el alumno resuelva las cuestiones planteadas mediante la aplicación de la lógica y de los conocimientos aportados por otras unidades o asignaturas.
- **Foros de debate:** Se busca desarrollar la capacidad analítica y crítica del alumnado, fomentar la actitud participativa de los alumnos mediante el planteamiento de temas controvertidos y de actualidad, que permitan el afianzamiento y la profundización de los conocimientos aprendidos durante los contenidos teóricos.
- **Trabajos colaborativos:** Se propondrá la realización de trabajos grupales dirigidos de aplicación práctica, apoyándose en los contenidos de la asignatura y en distintos recursos bibliográficos.
- **Actividades individuales de contenido:** Se plantearán al alumno trabajos individuales en los que se aplicarán los aspectos conceptuales y procedimientos aprendidos en la asignatura, apoyándose en distintos recursos bibliográficos. Asimismo, entre las actividades individuales de contenido también se incluye la realización de pruebas de autoevaluación de los contenidos de la asignatura.

## EVALUACIÓN

### Sistema evaluativo

El sistema de evaluación se basará en una selección de las pruebas de evaluación más adecuadas para el tipo de competencias que se trabajen. El sistema de calificaciones estará acorde con la legislación vigente (Real Decreto 1125/2003, de 5 de septiembre, por el que se establece el sistema europeo de créditos y el sistema de calificaciones en las titulaciones universitarias de carácter oficial y de validez en todo el territorio nacional).

El sistema de evaluación de la Universidad Isabel I queda configurado de la siguiente manera:

#### Sistema de evaluación convocatoria ordinaria

##### Opción 1. Evaluación continua

Los estudiantes que opten por esta vía de evaluación deberán realizar el **Seguimiento de la Evaluación continua (EC)** y podrán obtener hasta un **60%** de la calificación final a través de las actividades que se plantean en la Evaluación continua.

Además deberán realizar un **Examen final presencial (EX)** que supondrá **40%** restante. Esta prueba tiene una parte dedicada al control de la identidad de los estudiantes que consiste en la verificación del trabajo realizado durante la Evaluación continua y otra parte

en la que realizan diferentes pruebas teórico-prácticas para evaluar las competencias previstas en cada asignatura.

Para la aplicación de los porcentajes correspondientes el estudiante debe de haber obtenido una nota mínima de un 4 en cada una de las partes de las que consta el sistema de Evaluación continua.

Se considerará que el estudiante supera la asignatura en la convocatoria ordinaria por el sistema de Evaluación continua siempre y cuando al aplicar los porcentajes correspondientes se alcance una calificación mínima de un 5.

### **Opción 2. Prueba de evaluación de competencias**

Los estudiantes que opten por esta vía de evaluación deberán realizar una **Prueba de evaluación de competencias (PEC)** y un **Examen final presencial (EX)**.

La **PEC** se propone como una prueba que el docente plantea con el objetivo de evaluar en qué medida el estudiante adquiere las competencias definidas en su asignatura. Dicha prueba podrá ser de diversa tipología, ajustándose a las características de la asignatura y garantizando la evaluación de los resultados de aprendizaje definidos. Esta prueba supone el 50% de la calificación final.

El **Examen final presencial**, cuyas características serán las mismas que las comentadas en la opción 1, supondrá el **50%** de la calificación final.

Al igual que con el sistema de evaluación anterior para la aplicación de los porcentajes correspondientes el estudiante debe de haber obtenido una puntuación mínima de un 4 en cada una de las partes de las que consta la opción de Prueba de evaluación de competencias.

Se considerará que el estudiante supera la asignatura en la convocatoria ordinaria por el sistema de la Prueba de evaluación de competencias siempre y cuando al aplicar los porcentajes correspondientes se alcance una calificación mínima de un 5.

### **Sistema de evaluación convocatoria extraordinaria**

Todos los estudiantes, independientemente de la opción seleccionada, que no superen las pruebas evaluativas en la convocatoria ordinaria, tendrán derecho a una convocatoria extraordinaria.

La convocatoria extraordinaria completa consistirá, en la realización de una **Prueba de evaluación de competencias** que supondrá el **50%** de la calificación final y un **Examen final presencial** cuya calificación será el **50%** de la calificación final.

Para la aplicación de los porcentajes correspondientes el estudiante debe de haber obtenido una nota mínima de un 4 en cada una de las partes de las que consta el sistema de evaluación de la convocatoria extraordinaria.

Los estudiantes que hayan suspendido todas las pruebas evaluativas en convocatoria ordinaria (Evaluación continua o Prueba de evaluación de competencias y Examen final) o no se hayan presentado, deberán realizar la convocatoria extraordinaria completa, como se recoge en el párrafo anterior.

En caso de que hayan alcanzado una puntuación mínima de un 4 en alguna de las pruebas evaluativas de la convocatoria ordinaria (Evaluación continua o Prueba de evaluación de competencias y Examen final) se considerará su calificación para la convocatoria extraordinaria, debiendo el estudiante presentarse a la prueba que no haya alcanzado dicha puntuación o que no haya realizado.

En el caso de que el alumno obtenga una puntuación que oscile entre el 4 y el 4,9 en las dos partes en que se compone la convocatoria ordinaria (EC o PEC y Examen) solo se considerará para la convocatoria extraordinaria la nota obtenida en la Evaluación continua o Prueba de evaluación de competencias ordinaria (en función del sistema de evaluación elegido), debiendo el alumno realizar el examen extraordinario para poder superar la asignatura.

Al igual que en la convocatoria ordinaria se entenderá que el alumno ha superado la materia en convocatoria extraordinaria si, aplicando los porcentajes correspondientes, se alcanza una calificación mínima de un 5.

## BIBLIOGRAFÍA Y OTROS RECURSOS

### Bibliografía básica

**Gil A, editor. Tratado de Nutrición. Vol. IV. 3ª Ed. Madrid: Ed. Panamericana; 2017.**

Este tercer tomo está enfocado al conocimiento de los requerimientos nutricionales y a las guías dietéticas en diferentes etapas de la vida desde el lactante hasta el anciano. También se consideran varios aspectos de interés relacionados con la nutrición y la salud pública y los sistemas de información y documentación en nutrición.

**Hernández M, Sastre A, editores. Tratado de nutrición. Madrid: Ediciones Díaz de Santos; 1999.**

El tratado recopila el trabajo de más de 100 autores que se inició con un Master en Nutrición Clínica de la Universidad Autónoma de Madrid. Alimentación y nutrición: delimitación conceptual y perspectiva histórica. Bioquímica: Estructura, metabolismo y función de los nutrientes. Fisiología de la nutrición. Bromatología. Nutrición clínica. Nutrición y salud pública.

### Bibliografía complementaria

EFSA. How much water does my body need? *EFSA Journal*. 2010; 8(3): p. 1459

Fewtrell M, Bronsky J, Campoy C, Domellöf M, Embleton N, Mis NF, et al. Complementary feeding: A position paper by the European Society for Paediatric Gastroenterology, Hepatology, and Nutrition (ESPGHAN) committee on nutrition. *J Pediatr Gastroenterol Nutr*. 2017; 64(1): p. 119-132.

Lambert MNT, Hu LM, Jeppesen PB. A systematic review and meta-analysis of the effects of isoflavone formulations against estrogen-deficient bone resorption in peri-and postmenopausal women. *American J Clin Nutr*. 2017; 106(3): p. 801-811.

Langley?Evans SC. Nutrition in early life and the programming of adult disease: a review. *J Hum Nutr Diet*. 2015; 28(S1): p. 1-14.

Malik VS, Pan A, Willett WC, Hu FB. Sugar-sweetened beverages and weight gain in children and adults: a systematic review and meta-analysis. *Am J Clin Nutr*. 2013; 98(4): p. 1084-1102.

Moreiras O, Carbajal A, Cabrera L, Cuadrado C. Tablas de composición de alimentos. Madrid: Ediciones Pirámide; 2013.

Salam RA, Hooda M, Das JK, Arshad A, Lassi ZS, Middleton P, et al. Interventions to improve adolescent nutrition: A systematic review and meta-analysis. *J Adolesc Health*.



2016; 59(4): p. S29-S39.

Sociedad Española de Nutrición Comunitaria (SENC). Objetivos nutricionales para la población española. Consenso de la Sociedad Española de Nutrición Comunitaria 2011. *Rev Esp Nutr Com.* 2011; 17(4): p. 178-199.

Szajewska H, Guarino A, Hojsak I, Indrio F, Kolacek S, Shamir R, et al. Use of probiotics for management of acute gastroenteritis: a position paper by the ESPGHAN Working Group for Probiotics and Prebiotics. *J Pediatr Gastroenterol Nutr.* 2014; 58(4): p. 531-539.

Wijnhoven T, van Raaij J, Sjöberg A, Eldin N, Yngve A, Kunešová M, et al. WHO European Childhood Obesity Surveillance Initiative: school nutrition environment and body mass index in primary schools. *Int J Environ Res Public Health.* 2014; 11(11): p. 11261-11285.

#### Otros recursos

Agencia española de consumo, seguridad alimentaria y nutrición [Internet]. Madrid: Ministerio de sanidad, servicios sociales e igualdad; s.f. [actualizado 2019; citado 25 junio 2019]. Área de seguridad alimentaria. Disponible en: [http://www.aecosan.msssi.gob.es/AECOSAN/web/subhomes/seguridad\\_alimentaria/aecosan\\_seguridad\\_alimentaria.htm](http://www.aecosan.msssi.gob.es/AECOSAN/web/subhomes/seguridad_alimentaria/aecosan_seguridad_alimentaria.htm)

*La Agencia Española de Consumo, Seguridad Alimentaria y Nutrición, AECOSAN, integra y desempeña en el marco competencial de la administración general del estado las funciones relacionadas con la promoción y el fomento de los derechos de los consumidores y usuarios en bienes y servicios, así como la seguridad alimentaria y la nutrición saludable.*

American Academy of Pediatrics [Internet]. Illinois: American Academy of Pediatrics; s.f. [actualizado 2019; citado 15 agosto 2018]. Disponible en: <https://www.aap.org/en-us/Pages/Default.aspx>

*La Academia Americana de Pediatría es una asociación profesional estadounidense de pediatras con sede en Illinois y mantiene su Departamento de Asuntos Federales oficina en Washington. DC.*

Asociación Española de Pediatría [Internet]. Madrid: Asociación Española de Pediatría; s. f. [actualizado 2019; citado 25 junio 2019]. Disponible en: <http://www.aeped.es/>

*La Asociación Española de Pediatría forma parte de la Federación Internacional de Asociaciones de Pediatría, de la European Academy of Pediatrics (EAP/UNEPSA) y de la Asociación Latinoamericana de Pediatría (ALAPE).*

Autoridad Europea de Seguridad Alimentaria (EFSA) [Internet]. Parma: Autoridad Europea de Seguridad Alimentaria (EFSA); s.f. [actualizado 2019; citado 25 junio 2019]. Disponible en: <https://www.efsa.europa.eu/>

*La Autoridad Europea para la Seguridad de los Alimentos es una agencia de la Unión Europea, que empezó a ser operativa en 2002. Su sede permanente se localiza en Parma, Italia.*

Eat Right [Internet]. Chicago: Academy of Nutrition and Dietetics; s. f. [actualizado 2019; citado 25 junio 2019]. Disponible en: <http://www.eatright.org/>

*La Academy of Nutrition and Dietetics (Academia de Nutrición y Dietética) es la mayor organización estadounidense de profesionales de alimentos y nutrición con cerca de*

72.000 miembros.

Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) [Internet]. Roma: Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO); s.f. [actualizado 2019; citado 25 junio 2019]. Disponible en: <http://www.fao.org/home/es/>

*La Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura, mundialmente conocida como FAO, es un organismo especializado de la ONU que dirige las actividades internacionales encaminadas a erradicar el hambre.*

Organización Mundial de la Salud (OMS) [Internet]. Ginebra: Organización Mundial de la Salud (OMS); s.f. [actualizado 2019; citado 25 junio 2019]. Disponible en: <http://www.who.int/es/>

*La Organización Mundial de la Salud es el organismo de la Organización de las Naciones Unidas especializado en gestionar políticas de prevención, promoción e intervención en salud a nivel mundial.*

USDA [Internet]. Washington: United States Department of Agriculture; s.f. [actualizado 2019; citado 25 junio 2019]. Disponible en: <https://www.usda.gov/>

*El Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (en inglés, United States Department of Agriculture, USDA) es una unidad ejecutiva del Gobierno Federal de EE. UU.*