

GUÍA DOCENTE

Curso 2011-2012

1. DESCRIPCIÓN DE LA ASIGNATURA

Grado:	Nutrición Humana y Dietética
Doble Grado:	
Asignatura:	ALIMENTACIÓN EN LA TERCERA EDAD
Módulo:	Ciencias de la Nutrición y la Salud
Departamento:	Biología Molecular e Ingeniería Química
Año académico:	2011-12
Semestre:	Segundo semestre
Créditos totales:	4,5
Curso:	3º
Carácter:	Obligatoria
Lengua de impartición:	Español

Modelo de docencia:	C1	
a. Enseñanzas Básicas (EB):		50%
b. Enseñanzas de Prácticas y Desarrollo (EPD):		50%
c. Actividades Dirigidas (AD):		

GUÍA DOCENTE

Curso 2011-2012

2. EQUIPO DOCENTE

2.1. Responsable de la asignatura

M^a de los Ángeles Ortega de la Torre

2.2. Profesores

Nombre:	M ^a de los Ángeles Ortega de la Torre
Centro:	Facultad de Ciencias Experimentales
Departamento:	Biología Molecular e Ingeniería Bioquímica
Área:	Nutrición Humana y Bromatología
Categoría:	Profesora Contratada Doctora
Horario de tutorías:	Tutorías on-line, a través de e-mail, Correo, Chat y Foro en WebCT, con atención continuada y respondidas en un plazo no superior a los dos días laborables siguientes. Tutorías convencionales presenciales previa cita confirmada por vía e-mail.
Número de despacho:	Edificio 22, Planta 2 ^a , Despacho 01.C
E-mail:	maortega@upo.es
Teléfono:	95 497 78 94



GUÍA DOCENTE

Curso 2011-2012

Nombre:	
Centro:	
Departamento:	
Área:	
Categoría:	
Horario de tutorías:	
Número de despacho:	
E-mail:	
Teléfono:	
Nombre:	
Centro:	
Departamento:	
Área:	
Categoría:	
Horario de tutorías:	
Número de despacho:	
E-mail:	
Teléfono:	



GUÍA DOCENTE

Curso 2011-2012

Nombre:	
Centro:	
Departamento:	
Área:	
Categoría:	
Horario de tutorías:	
Número de despacho:	
E-mail:	
Teléfono:	

--

GUÍA DOCENTE

Curso 2011-2012

3. UBICACIÓN EN EL PLAN FORMATIVO

3.1. Descripción de los objetivos

La asignatura “Alimentación en la Tercera Edad” debe capacitar al alumno con interés profesional o personal, para adquirir las competencias necesarias que le permitan intervenir en la alimentación de los ancianos de forma individual o en grupo, contribuyendo a garantizar o mejorar el estado general de salud de los ancianos. Así pues, el objetivo fundamental de la asignatura es el conocimiento de las bases de una alimentación saludable en la tercera edad, y su importancia para el mantenimiento o contribución a un buen estado general del anciano.

En concreto, se pretenden los siguientes resultados del aprendizaje:

- Evaluar los cambios fisiológicos, psicológicos y socioeconómicos inherentes al proceso de envejecimiento.
- Ser capaz de aplicar los aspectos fundamentales y conceptos básicos de la dietética y nutrición para llevar a cabo una alimentación sana y equilibrada en la tercera edad.
- Ser capaz de realizar la valoración del estado nutricional e historia dietética en el anciano sano y enfermo.
- Ser capaz de calcular los requerimientos energéticos y las necesidades nutricionales específicas del anciano, en diversos estados fisiológicos y en enfermedades propias de la tercera edad.
- Ser capaz de elaborar y/o supervisar planes alimentarios saludables individuales o colectivos, adecuados a los cambios propios de la tercera edad.
- Ser capaz de aplicar las bases teórico-prácticas para el diseño de dietas equilibradas, variadas y adaptadas a las distintas circunstancias personales o fisiológicas del anciano.
- Ser capaz de evaluar y analizar dietas según las necesidades individuales del anciano.
- Ser capaz de actualizar su formación a partir de las principales fuentes de información.

3.2. Aportaciones al plan formativo

El incremento de la esperanza de vida, debido en parte a una mejor nutrición, ha potenciado en los últimos años el que se preste mayor atención a este grupo de población de mayor edad, con requerimientos nutricionales específicos. Dadas sus características especiales desde el punto de vista fisiológico, cronológico, psicológico y social, es importante conocer y evaluar las consecuentes modificaciones sensoriales, de ingesta, digestivas, metabólicas y de hábitos alimenticios, para corregir la dieta y adecuarla a sus necesidades concretas, evitando con ello graves errores nutricionales. La asignatura “Alimentación en la Tercera Edad”, de 3er Curso del Grado en NHyD, forma parte del Módulo de Ciencias de la Nutrición y la Salud, y está incluida en la Materia “Alimentación y Dietética”. Su carácter obligatorio indica la importancia de esta asignatura para el Dietista-Nutricionista, puesto que como expertos en alimentación, deben conocer cómo intervenir en la alimentación del anciano, individual

GUÍA DOCENTE

Curso 2011-2012

o colectivamente, así como sus necesidades nutricionales según su situación fisiológica. Este conocimiento es importante en todos los ámbitos profesionales: i) clínico, ya que le permitirá profundizar en los conocimientos necesarios para actuar sobre la alimentación del anciano o grupo de ancianos sanos y/o enfermos; ii) comunitario y de salud pública, ya que ampliará sus habilidades para desarrollar programas nutricionales aplicados a esta etapa vital; iii) restauración colectiva y social, para gestionar, organizar el servicio de alimentación, calidad y seguridad alimentaria para la tercera edad; iv) industrial, asesorando en la innovación, la calidad nutricional, propiedades saludables y marketing de nuevos productos destinados al colectivo de la tercera edad; v) docentes, ya que podrá actuar como formador ofreciendo los conocimientos necesarios a aquellas personas, organismos y entidades que deseen recibir una formación específica en dietética y nutrición aplicada a la tercera edad; iv) investigador, en todo los temas relacionados con la alimentación y su efecto sobre la salud en la tercera edad.

3.3. Recomendaciones o conocimientos previos requeridos

Para cursar esta asignatura no se establecen requisitos previos. Sin embargo, resulta aconsejable, para un mejor aprovechamiento de la asignatura, que los alumnos hayan cursado las asignaturas de Anatomía Humana, Fisiología Humana y Bioquímica de 1er curso, y Bromatología, Dietética y Nutrición básica y ciclo vital de 2º curso.

GUÍA DOCENTE

Curso 2011-2012

4. COMPETENCIAS

4.1 Competencias de la Titulación que se desarrollan en la asignatura

1. Posesión y comprensión de conocimientos de su área de estudio, desde niveles básicos hasta niveles avanzados, que estén en la vanguardia del conocimiento.
2. Capacidad para aplicar los conocimientos a su área de trabajo, pudiendo elaborar y defender argumentos, así como resolver problemas.
3. Capacidad para reunir e interpretar datos importantes que le permitan realizar juicios derivados de una reflexión sobre temas relevantes de índole social, ética o científica.
4. Capacidad para transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público avanzado y experto.
5. Desarrollo de las habilidades de aprendizaje suficientes para poder llevar a cabo estudios posteriores con un alto grado de autonomía.
6. Capacidad de análisis y síntesis.
7. Habilidades de gestión de la información y expresión del conocimiento (habilidad para buscar y analizar información proveniente de diversas fuentes).
8. Saber exponer en forma escrita y oral.
9. Capacidad crítica.
10. Trabajo en equipo.
11. Capacidad de aprender, renovar y actualizar constantemente los conocimientos adquiridos.

4.2. Competencias del Módulo que se desarrollan en la asignatura

1. Conocer las necesidades y requerimientos nutricionales en función de las características del individuo y situaciones fisiológicas, en la salud y en la enfermedad.
2. Aplicar los conocimientos de la Ciencia de los Alimentos y la Nutrición al diseño de dietas, así como realizar y evaluar dietas terapéuticas.
3. Identificar las bases de una alimentación saludable y del balance nutricional.
4. Valorar el estado nutricional de sujetos sanos y enfermos, así como interpretar sus datos clínicos y bioquímicos.
5. Identificar los problemas dietéticos-nutricionales del paciente, sus factores de riesgo, elaborar una historia dietética e interpretar una historia clínica.
6. Comprender la farmacología clínica y la interacción entre fármaco y nutriente.
7. Capacidad de análisis y de síntesis y saber exponer de forma oral y escrita.
8. Adquirir habilidades de gestión de la información y expresión del conocimiento.

GUÍA DOCENTE

Curso 2011-2012

4.3. Competencias particulares de la asignatura

1. Comprender las bases fisiológicas, psicológicas, sociales y culturales de la nutrición en la población anciana.
2. Evaluar y realizar el seguimiento del estado nutricional de individuos y colectivos de la tercera edad.
3. Definir las necesidades y recomendaciones nutricionales adecuadas para la tercera edad.
4. Saber establecer distintas pautas dietéticas y elaborar dietas equilibradas adaptadas a la tercera edad.
5. Conocer los problemas alimentarios y hábitos alimentarios más frecuentes en el anciano.
6. Conocer los patrones de selección de alimentos en la población anciana según las patologías más frecuentes de la tercera edad.
7. Saber evaluar el efecto de los fármacos en la alimentación y sus posibles interacciones con los nutrientes.
7. Saber evaluar y analizar dietas, ajustándolas a las necesidades particulares de los ancianos de forma individual o colectiva.
8. Proporcionar soportes dietético-nutricionales al anciano tanto en la salud como en la enfermedad y su prevención en individuos y colectividades, según su estado fisiológico, cultura, forma de vida, etc.
9. Saber buscar, manejar y analizar las fuentes bibliográficas sobre alimentación en la tercera edad, teniendo la capacidad de renovar y actualizar constantemente los conocimientos adquiridos.
10. Saber exponer en forma escrita y oral.

GUÍA DOCENTE

Curso 2011-2012

5. CONTENIDOS DE LA ASIGNATURA (TEMARIO)

ENSEÑANZAS BÁSICAS:

Bloque temático I.- Principios generales del envejecimiento.

Tema 1. Introducción y definiciones.

Tema 2. Aspectos demográficos del envejecimiento.

Tema 3. Aspectos psicológicos y sociosanitarios del envejecimiento.

Tema 4. Aspectos biológicos del envejecimiento.

Bloque temático II.- Modulación nutricional del envejecimiento. Recomendaciones nutricionales en la tercera edad.

Tema 5. Nutrición y duración de la vida.

Tema 6. Requerimientos nutricionales del anciano.

Tema 7. Evaluación nutricional en ancianos.

Bloque temático III.- Recomendaciones alimentarias en la tercera edad.

Tema 8. Alimentación en el anciano sano.

Tema 9. Malnutrición en el anciano.

Tema 10. Programas nutricionales para el colectivo de ancianos.

Bloque temático IV.- Nutrición y patología.

Tema 11. Adaptación de la dieta en el anciano. Patrones de selección de alimentos entre las personas mayores según patologías.

Tema 12. La dieta en la prevención de la enfermedad.

Tema 13. Interacción fármaco-nutriente.

Bloque temático V. Consideraciones nutricionales especiales en la tercera edad.

Tema 14. Nutrición artificial en la tercera edad.

Tema 15. Cuidados nutricionales en un marco institucionalizado.

ENSEÑANZAS PRÁCTICAS:

Práctica 1: Valoración nutricional del anciano.

Práctica 2: Diseño de dietas para ancianos en distintas situaciones fisiológicas.

Práctica 3: Análisis y valoración de la dieta de un geriátrico.

ENSEÑANZAS DE DESARROLLO:

Desarrollo, redacción y presentación individual o en equipo de trabajos de investigación, sobre temas teóricos o prácticos relacionados con la asignatura.

GUÍA DOCENTE

Curso 2011-2012

6. METODOLOGÍA Y RECURSOS

Para el desarrollo del temario de la asignatura y su evaluación se combinarán distintos procedimientos metodológicos:

ENSEÑANZAS BÁSICAS:

- Presentación en el aula por parte de la profesora, en clases participativas, de conceptos y procedimientos asociados a los temas, con apoyo en material gráfico y documentos bibliográficos que el alumno debe analizar.
- Preparación de discusiones y debates sobre temas relevantes en Alimentación en la Tercera Edad.
- Realización de actividades complementarias y ejercicios individuales o en equipo, presenciales o virtuales, consistentes fundamentalmente en la resolución de problemas o casos prácticos.

ENSEÑANZAS PRÁCTICAS Y DE DESARROLLO:

- Realización de prácticas de laboratorio en equipo, y de prácticas de simulación en ordenador, organizadas sobre grupos reducidos de alumnos, en el laboratorio de prácticas del Área de Nutrición y/o en aulas de informática, cuyo contenido se especificará en forma de cuadernos o guías, que el alumno deberá entregar para cada sesión práctica.
- Desarrollo, redacción y presentación individual o en equipo de trabajos de investigación, sobre temas teóricos o prácticos relacionados con la asignatura.

ESTUDIO PERSONAL DEL ALUMNO.

REALIZACIÓN DE PRUEBAS DE EVALUACIÓN Y/O EXÁMENES.

GUÍA DOCENTE

Curso 2011-2012

7. EVALUACIÓN

La asignatura contempla una doble posibilidad de evaluación continua y evaluación final. La evaluación continua exigirá la asistencia y realización de las sesiones prácticas, seminarios, clases teóricas, tutorías y actividades programadas, de forma que su contribución presencial sea al menos del 70 %.

En el caso de evaluación continua, los instrumentos de evaluación, criterios y contribución a la nota final de los mismos, se detallan a continuación:

- Examen final teórico: Prueba final escrita de conocimientos y/o de resolución de problemas, para valorar el dominio de los conocimientos teóricos y operativos de la asignatura, planificación y organización, ortografía y presentación. Contribución a la nota final: 35%.
- Sesiones prácticas obligatorias organizadas sobre grupos reducidos de alumnos, en el laboratorio de prácticas del Área de Nutrición y/o en aulas de informática, cuyo contenido se especificará en forma de cuadernos o guías, que el alumno deberá entregar para cada sesión práctica. Se valorarán resultados, estructura, calidad, originalidad, ortografía, presentación del informe, manejo de programas informáticos de diseño de dietas, inclusión de observaciones y recomendaciones nutricionales que aporten valor a la tarea. Contribución a la nota final: 20%.
- Trabajo de investigación, enmarcado dentro de las Enseñanzas Prácticas y de Desarrollo: Preparación de un trabajo redactado de carácter obligatorio sobre temas teóricos o prácticos relacionados con la asignatura, realizado por grupos reducidos de alumnos. En su evaluación se tendrá en cuenta la elección y discusión del tema escogido, valoración de la bibliografía y fuentes bibliográficas alternativas de base, planificación, determinación del método de trabajo, distribución de tareas y/o funciones entre los alumnos, seguimiento en las reuniones, discusiones y debates, seguimiento y análisis de la participación y contribución de los alumnos, compromiso de trabajo, motivación e interés por parte de los alumnos, discusión de los resultados y conclusiones, elaboración del trabajo redactado, preparación de la presentación y defensa del mismo frente al resto de los compañeros, etc. El proceso de elaboración será supervisado por la profesora a través de tutorías presenciales o virtuales, a lo largo del curso. El trabajo será finalmente expuesto en clase en sesiones previamente asignadas. Tanto el trabajo redactado como la presentación serán evaluados y además del contenido, se valorará su claridad, rigor, ortografía, gramática y originalidad. Contribución a la nota final: 20%.
- Portafolio o aportaciones libres de los alumnos: Actividades o ejercicios complementarios de carácter voluntario, en forma de problemas numéricos, diseño de gráficos o esquemas, respuestas a cuestiones metodológicas o de diseño de dietas, deducción de conclusiones, etc. que se realizarán en sesiones presenciales y/o virtuales. En cada caso se valorarán resultados, estructura, calidad, originalidad, ortografía y

GUÍA DOCENTE

Curso 2011-2012

presentación del trabajo. Contribución a la nota final: 20%.

- Asistencia a clase y participación, según registro de tablas de asistencia, observación y notas de la profesora. Se valorará la actitud participativa en clase, en el resto de sesiones presenciales, en las herramientas virtuales Foro y Chat de WebCT, así como el interés, asistencia y participación en las tutorías presenciales y/o virtuales. Contribución a la nota final: 5%

En el caso de evaluación final, los instrumentos de evaluación, criterios y contribución a la nota final de los mismos, se detallan a continuación:

- Examen final teórico: Prueba final escrita de conocimientos y/o de resolución de problemas. Contribución a la nota final: 60%.
- Sesiones prácticas obligatorias organizadas sobre grupos reducidos de alumnos, en el laboratorio de prácticas del Área de Nutrición y/o en aulas de informática, cuyo contenido se especificará en forma de cuadernos o guías, que el alumno deberá entregar para cada sesión práctica. Contribución a la nota final: 20%.
- Trabajo de investigación, enmarcado dentro de las Enseñanzas Prácticas y de Desarrollo: Preparación de un trabajo individual redactado de carácter obligatorio sobre temas teóricos o prácticos relacionados con la asignatura. Contribución a la nota final: 20%.

El criterio general de evaluación será considerar aprobado al alumno que demuestre, mediante las pruebas de evaluación programadas, haber alcanzado todos los objetivos y competencias establecidos en un nivel mínimo del 50%.

8. BIBLIOGRAFÍA GENERAL

- Schlenker E., (1994). Nutrición en el envejecimiento. Mosby/Doyma.
- Timiras PS. (1996). Bases fisiológicas del envejecimiento y geriatría. Ed. Masson.
- Rubio Herrera, M A (2002). Manual de alimentación y nutrición en el anciano. Ed Masson.
- Gómez Candela C, Reuss Fernández JM (2004). Manual de recomendaciones nutricionales en pacientes geriátricos. Editores Médicos, S.A.
- Muñoz M, Aranceta J, Guijarro JL. (2005). Libro blanco de la alimentación de los mayores. Ed. Panamericana.
- Espacio Formación. (2007). Manual de alimentación y nutrición en la tercera edad. Editorial CEP, S.L.
- González M. (2008). Manual de alimentación geriátrica. Ed Formación Alcalá, S.L.
- Muntané M.D. (2009). Dietética antiaging y anticáncer. Ed. Díaz de Santos.
- Serrano M. (2010). Guía de alimentación para personas mayores. Ed. Ergon.