

GUÍA DOCENTE

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 Bioquímica
Año académico:	
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):		



UNIVERSIDAD
**PABLO DE
OLAVIDE**
SEVILLA

GUÍA DOCENTE

2. EQUIPO DOCENTE

Responsable de la asignatura

M^a de los Ángeles Ortega de la Torre

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 alcanzar el máximo grado de especialización en este campo nutricional, adquiriendo las competencias necesarias para intervenir en la alimentación de los ancianos individualmente o en colectividades, 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.
- Conocer 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 diseñar, evaluar y analizar dietas equilibradas, variadas y adaptadas a las distintas circunstancias personales o fisiológicas del anciano.
- Ser capaz de actualizar su formación a partir de las principales fuentes de información.

GUÍA DOCENTE

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 Nutrición Humana y Dietética, 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 de un anciano o colectivo de la tercera edad, así como sus necesidades nutricionales según la situación fisiológica del individuo.

Este conocimiento es importante en todos sus 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, para un mejor aprovechamiento de la asignatura, resulta aconsejable que los alumnos hayan cursado previamente las asignaturas de *Anatomía Humana*, *Fisiología Humana* y *Bioquímica* de 1^{er} curso, y *Bromatología*, *Dietética* y *Nutrición básica y ciclo vital* de 2^o curso.

GUÍA DOCENTE

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,

GUÍA DOCENTE

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.

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. Conocer los problemas alimentarios y hábitos alimentarios más frecuentes en el anciano.
5. 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.
6. Conocer los patrones de selección de alimentos en la población anciana según las patologías más frecuentes de la tercera edad.
7. Establecer pautas dietéticas, y diseñar, evaluar y analizar dietas equilibradas, ajustándolas a las necesidades particulares de los ancianos de forma individual o colectiva.
8. Saber evaluar el efecto de los fármacos en la alimentación y sus posibles interacciones con los nutrientes en la tercera edad.
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.

GUÍA DOCENTE

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. Teorías 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. Evaluación nutricional en ancianos.

Tema 6. Nutrición y calidad de vida.

Tema 7. Requerimientos nutricionales del anciano.

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. Alimentación Básica Adaptada para el anciano.

Tema 12. Patrones de selección de alimentos y protocolos de actuación según las patologías más frecuentes en la población anciana.

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.

GUÍA DOCENTE

ENSEÑANZAS PRÁCTICAS:

Práctica 1: Valoración nutricional del anciano.

Práctica 2: Diseño de dietas para ancianos.

Práctica 3: Aspectos prácticos del soporte nutricional en colectivos de ancianos.

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

7. EVALUACIÓN

La asignatura contempla una doble posibilidad de evaluación continua y evaluación final. La evaluación continua exigirá la asistencia y/o 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:

- Exámenes teóricos: Conjunto de exámenes *on-line* o de carácter presencial, que se realizarán a lo largo del curso, y 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 global 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. Para aquellas prácticas que requieran la preparación de un trabajo grupal redactado, y posterior exposición en clase en sesiones previamente asignadas, 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. Contribución global a la nota final: 35%.

- 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, presentación del trabajo, bibliografía y fuentes bibliográficas alternativas de base, compromiso de trabajo, motivación e interés por parte de los alumnos, claridad, rigor, ortografía, gramática y originalidad. Contribución a la nota final: 25%.

GUÍA DOCENTE

- 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: 50%.

- 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. Para aquéllas prácticas que requieran la preparación de un trabajo grupal redactado, y posterior exposición en clase en sesiones previamente asignadas, 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. Contribución global a la nota final: 35%.

- 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., o Trabajo de investigación individual redactado sobre temas teóricos o prácticos relacionados con la asignatura. Contribución a la nota final: 15%.

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%. La calificación podrá ser: No Presentado (NP); Suspenso (0-4.99); Aprobado (5-6.99); Notable (7-8.99); Sobresaliente (9-10); Matrícula de Honor (según Normativa establecida por la Universidad Pablo de Olavide).

GUÍA DOCENTE

8. BIBLIOGRAFÍA GENERAL

- Timiras PS. (1996). Bases fisiológicas del envejecimiento y geriatría. Ed. Masson.
- González M. (2008). Manual de alimentación geriátrica. Ed Formación Alcalá, S.L.
- Ribera Casado JM, Gil Gregorio P. (1999). Alimentación, Nutrición y Salud en el Anciano. Edimsa.
- Martín Espinosa AJ. (2008). Alimentación y nutrición para la tercera edad. Ed. Innovación y Cualificación, S.L.
- Muñoz M, Aranceta J, Guijarro JL. (2005). Libro blanco de la alimentación de los mayores. Ed. Panamericana.
- Gómez Candela C, Reuss Fernández JM (2004). Manual de recomendaciones nutricionales en pacientes geriátricos. Editores Médicos, S.A.
- Muntané M.D. (2009). Dietética antiaging y anticáncer. Ed. Díaz de Santos.
- Serrano M. (2010). Guía de alimentación para personas mayores. Ed. Ergon.