

Guía docente de la asignatura

Fecha última actualización: 17/06/2021

Fecha de aprobación: 17/06/2021

Alimentación y Envejecimiento

Grado	Grado en Nutrición Humana y Dietética	Rama	Ciencias de la Salud				
Módulo	Complementos de Formación	Materia	Alimentación en las Diferentes Etapas de la Vida				
Curso	3º	Semestre	1º	Créditos	6	Tipo	Optativa

PRERREQUISITOS Y/O RECOMENDACIONES

Se recomienda haber cursado las siguientes asignaturas:

- Fisiología Celular y Humana
- Fisiología Humana
- Bioquímica Estructural
- Bioquímica Metabólica
- Fundamentos de Bromatología
- Ampliación de Bromatología
- Nutrición I
- Nutrición II
- Principios de Dietética
- Dietética

BREVE DESCRIPCIÓN DE CONTENIDOS (Según memoria de verificación del Grado)

- Envejecimiento: concepto, definición y denominación.
- Aspectos fisiológicos psicológicos y socioeconómicos del envejecimiento que afectan a la alimentación.
- Requerimientos nutricionales: macro y micronutrientes.
- Evaluación nutricional en mayores. Objetivos y limitaciones.
- La alimentación del mayor sano.
- La alimentación en situaciones de riesgo nutricional y desnutrición.
- Planificación de dietas en instituciones

COMPETENCIAS ASOCIADAS A MATERIA/ASIGNATURA**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 - Desarrollar la profesión con respeto a otros profesionales de la salud, adquiriendo habilidades para trabajar en equipo
- CG03 - 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
- CG04 - Conocer los límites de la profesión y sus competencias, identificando, cuando es necesario un tratamiento interdisciplinar o la derivación a otro profesional
- CG05 - Realizar la comunicación de manera efectiva, tanto de forma oral como escrita, con las personas, los profesionales de la salud o la industria y los medios de comunicación, sabiendo utilizar las tecnologías de la información y la comunicación especialmente las relacionadas con nutrición y hábitos de vida
- CG06 - Conocer, valorar críticamente y saber utilizar y aplicar las fuentes de información relacionadas con nutrición, alimentación, estilos de vida y aspectos sanitarios
- CG10 - Elaborar, interpretar y manejar las tablas y bases de datos de composición de alimentos
- CG12 - Conocer los nutrientes, su función en el organismo, su biodisponibilidad, las necesidades y recomendaciones, y las bases del equilibrio energético y nutricional
- CG14 - 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

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

- CE27 - Evaluar y calcular los requerimientos nutricionales en situación de salud y enfermedad en cualquier etapa del ciclo vital
- CE31 - Planificar, realizar e interpretar la evaluación del estado nutricional de sujetos y/o grupos, tanto sanos (en todas las situaciones fisiológicas) como enfermos

COMPETENCIAS TRANSVERSALES

- CT02 - Capacidad de utilizar con desenvoltura las TICs

RESULTADOS DE APRENDIZAJE (Objetivos)

- Conocer la influencia de la alimentación en el envejecimiento activo.
- Conocer las características específicas (fisiológicas, psicológicas y sociales) de la población mayor que condicionan su estado nutricional.
- Planificar, realizar e interpretar la evaluación del estado nutricional en población mayor, tanto sana como enferma.

PROGRAMA DE CONTENIDOS TEÓRICOS Y PRÁCTICOS

TEÓRICO



- **Módulo I: Proceso de envejecimiento** (temas 1-5)
 - **Módulo II: Envejecimiento y nutrición** (temas 6-16)
1. Envejecimiento: concepto, definición y denominación 2 h
 2. Aspectos demográficos de la población mayor 2 h
 3. Teorías sobre el envejecimiento 3 h
 4. Aspectos fisiológicos del envejecimiento que afectan a la alimentación 3h
 5. Aspectos psicológicos y socioeconómicos del envejecimiento que afectan a la alimentación 2 h
 6. La nutrición en el mayor: Requerimientos nutricionales: macronutrientes 2 h
 7. La nutrición en el mayor: Requerimientos nutricionales: micronutrientes 2 h.
 8. Influencia de la dieta en el proceso del envejecimiento 2 h
 9. La alimentación del mayor sano: Guías alimentarias 3 h
 10. Evaluación nutricional en mayores. Objetivos y limitaciones 2 h
 11. Valoración de la composición corporal 2 h
 12. Valoración de la capacidad funcional 2 h
 13. Valoración del riesgo nutricional 2 h
 14. La dieta en situaciones de riesgo nutricional/desnutrición. Alimentación básica adaptada 2 h
 15. Planificación de dietas en instituciones geriátricas 3 h
 16. Estudios epidemiológicos 3 h

PRÁCTICO

- Valoración del estado nutricional de un adulto mayor mediante:
 1. parámetros antropométricos
 2. parámetros bioquímicos
 3. estudio de la dieta: entrevista dietética y encuestas alimentarias
 4. test de capacidad funcional
 5. planificación de una dieta basal para una persona mayor

BIBLIOGRAFÍA

BIBLIOGRAFÍA FUNDAMENTAL

Bibliografía general

- Gil A. Tratado de Nutrición (5 tomos). Ed. Panamericana. 2017, Madrid.
- Mahan LK, Raymond JL. Krause. Dietoterapia, 14^a Ed. Elsevier España. SLU. 2017, Barcelona.
- Mataix J. Nutrición y Alimentación Humana (2 tomos). Ed. Ergon, 2009, Madrid.
- Oliveira Fuster, G. Manual de Nutrición Clínica y Dietética. Ed Dias de Santos. 2016. Madrid.
- Salas-Salvado, J. Nutrición y Dietética Clínica. 4^a edición. Ed. Elsevier Masson. 2019, Barcelona.

Bibliografía específica

- Anchón y Tuñón M, Montero Bravo AN. Úbeda Martín N, Varela Moreiras G. Alimentación institucional y de ocio en el siglo XXI: entorno geriátrico. Instituto Tomás Pascual. 2013,



Madrid.

- Caballero García JC, Benítez Rivero J. Manual de atención al anciano desnutrido en el nivel primario de salud. Grupo de Trabajo de Atención Primaria, perteneciente a la Sociedad Española de Geriátrica y Gerontología (SEGG). 2011, Madrid.
- García Navarro JA, Varela Moreira G. Libro Blanco de la Nutrición en las personas mayores. Ed. SEGG y FEN. 2019, Madrid.
- Gil Gregorio P, Ramos Cordero P, Cuesta Triana F, Mañas Martínez MC, Cuenllas Díaz A, Carmona Álvarez I. Nutrición en el anciano. Guía de buena práctica clínica en geriatría. Sociedad Española de Geriátrica y Gerontología (SEGG). 2013, Madrid.
- Gómez Candela C, Reus Fernández JM. Manual de recomendaciones nutricionales en pacientes geriátricos. Editores Médicos S.A. 2004, Madrid.
- Junta de Andalucía. Libro Blanco del envejecimiento activo., Consejería para la Igualdad y Bienestar Social. 2010, Sevilla.
- Millan Calenti J.C. Gerontología y Geriátrica. Valoración e intervención. Ed. Panamericana. 2010, Madrid.
- Muñoz M, Aranceta J, Guijarro JL. Libro blanco de la alimentación de los mayores. Ed. Panamericana. 2004, Madrid
- Planas M (coordinación). Documentos de consenso valoración nutricional en el anciano. Recomendaciones prácticas de los expertos en geriatría y nutrición SENPE y SEGG- Ed. Galénitas-Nigra Trea, 2007, Barcelona.

BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA

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.aecosan.es> (Agencia Española de Consumo, Seguridad Alimentaria y Nutrición)
- <http://fen.org.es> (Fundación Española de Nutrición)
- <http://www.efad.org/everyone> (European Federation of the Associations of Dietitians)

METODOLOGÍA DOCENTE

- MD01 Lección magistral/expositiva.
- MD02 Seminarios y sesiones de discusión y debate.
- MD03 Resolución de problemas y estudio de casos prácticos.
- MD04 Prácticas de laboratorio y/o clínicas.
- MD07 Análisis de fuentes y documentos.
- MD08 Realización de trabajos en grupo.
- MD09 Realización de trabajos individuales.
- MD11 Tutorías.
- MD12 Participación en plataformas docentes.

EVALUACIÓN (instrumentos de evaluación, criterios de evaluación y porcentaje sobre la



calificación final)**EVALUACIÓN ORDINARIA**

- Evaluación de los conocimientos teóricos. Se realizará un examen final que computará el 50% de la calificación final. El examen teórico constará de preguntas que pueden ser cortas y/o de desarrollo o/y preguntas tipo test sobre el contenido del temario teórico y lo tratado en seminarios.
- Evaluación de seminarios y trabajos autónomos. Son obligatorios y supone un 35% 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 sesiones presenciales y la realización de una prueba que avale sus conocimientos. Las prácticas suponen un 15% de la calificación final obtenida.

EVALUACIÓN EXTRAORDINARIA

- Evaluación de los conocimientos teóricos. Se realizará un examen final que computará el 50% de la calificación final. El examen constará de preguntas que pueden ser cortas y/o de desarrollo o/y preguntas tipo test sobre el contenido del temario teórico y lo tratado en seminarios.
- Evaluación de seminarios y trabajos autónomos. Son obligatorios y supone un 35% 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 sesiones presenciales y la realización de una prueba que avale sus conocimientos. Las prácticas suponen un 15% de la calificación final obtenida.

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 70% y la práctica el 30% de la calificación final. El periodo de solicitud de la evaluación única al director del Departamento será de dos semanas a partir de la fecha de matriculación del estudiante.

INFORMACIÓN ADICIONAL

Los estudiantes deben consultar la página Web del Departamento para la actualización de los datos relacionados con la docencia y especialmente los apartados de Horario de tutoría de los profesores, Procedimiento de petición de evaluación única final y otros apartados que el profesor indique, así como la plataforma de docencia PRADO 2.

En relación con otros aspectos que pueden afectar al desarrollo y evaluación de la presente asignatura se remite al alumnado a la información que se ofrezca mediante avisos puntuales en la página web oficial del Departamento de Nutrición y Bromatología (<https://www.ugr.es/~nutricion/>), y especialmente a la documentación publicada en sus apartados de docencia e información del alumnado.



Consúltense además la Normativa de evaluación y calificación de los estudiantes de la Universidad de Granada <http://secretariageneral.ugr.es/bougr/pages/bougr112/doc/examenes/>

INCLUSIÓN y DIVERSIDAD de la UGR

En el caso de estudiantes con discapacidad u otras necesidades específicas de apoyo educativo, el sistema de tutoría deberá adaptarse a sus necesidades, de acuerdo a las recomendaciones de la Unidad de Inclusión de la Universidad, procediendo los Departamentos y Centros a establecer las medidas adecuadas para que las tutorías se realicen en lugares accesibles. Asimismo, a petición del profesor, se podrá solicitar apoyo a la unidad competente de la Universidad cuando se trate de adaptaciones metodológicas especiales.

