



SYLLABUS NUTRICION Y DIETAS

I. INFORMACIÓN GENERAL

- 1.1 Carrera Profesional : Enfermería Técnica
- 1.2 Ciclo Académico : III Ciclo
- 1.3 Semestre Lectivo : 2021-I
- 1.4 Carga Horaria Diaria : 05 horas
- 1.5 Equipo Docente : Licenciado en Enfermería
Licenciado en Obstetricia

II. SUMILLA

La asignatura de Nutrición y Dietas proporciona al estudiante el análisis y aplicación de los principios básicos de la nutrición, la identificación de las variantes de la alimentación y nutrición en los períodos críticos de la vida y en pacientes con problemas de salud. Le permitirá evaluar al estudiante, el estado nutricional mediante el manejo de instrumentos para diagnosticar y analizar la calidad de vida de la población; permitiendo el desarrollo de habilidades y actitudes en la solución de la problemática nutricional del poblador peruano; inculcando los principios éticos para el mejor ejercicio de su profesión.

III. COMPETENCIAS DE LA ASIGNATURA

Los estudiantes al finalizar la asignatura estarán en condiciones de:

- Comprender la digestión y absorción de los alimentos, resaltando la importancia de cada nutriente y aplicar los principios básicos de la ciencia de la nutrición y alimentación en la atención integral del individuo, familia.

- Identificar las principales dietas hospitalarias y patologías digestivas prevalentes en las diferentes etapas de la vida y participar como parte del equipo de salud en las actividades preventivo-promocional

IV. CONTENIDO TEMÁTICO

I UNIDAD DE FORMACION		
Competencia: Comprender la digestión y absorción de los alimentos, resaltando la importancia de cada nutriente y aplicar los principios básicos de la ciencia de la nutrición y alimentación en la atención integral del individuo, familia.		
Día	Fecha	Temario
01		Introducción y generalidades del curso. Definición de nutrición, alimentación y alimentos. Grupos de alimentos
02		Alimentación Equilibrada. Leyes de la alimentación. Los malos hábitos alimenticios. Higiene, manejo y conservación de los alimentos
03		Anatomía y fisiología del aparato digestivo. Energía y metabolismo. Calculo de las necesidades energéticas
04		Nutrientes. Macronutrientes y micronutrientes Carbohidratos: definición, clasificación, digestión absorción y transporte; ciclo de los carbohidratos, funciones, niveles de glicemia en sangre, dosaje de glucosa en ayunas, exceso y deficiencia, cantidad requerida.
05		Proteínas: clasificación, digestión, absorción, metabolismo, funciones y requerimientos diarios de proteínas. Patologías asociadas al exceso y deficiencia de proteínas Lípidos: características, funciones, clasificación, absorción, transporte, metabolismo, fuentes. Componentes del perfil lipídico: HDL, LDL, colesterol Definición de ácidos grasos omega 3 y omega 6
06		Vitaminas: Liposolubles, Hidrosolubles. Fuentes Los minerales: definición, funciones, clasificación, fuentes, deficiencia, toxicidad (exceso). Microminerales u oligoelementos. Agua, sodio y potasio
07		Alimentación de la gestante, alimentos ricos en hierro, esquema de alimentación Alimentación del Lactante; etapa de la alimentación del lactante de seis meses, esquema simplificado sobre la alimentación completa del lactante, consejos para una exitosa alimentación complementaria, esquema de alimentación
08		Alimentación de preescolar y escolar. La Lonchera Pre-escolar y Escolar, concepto, importancia, esquema de alimentación Taller Grupal I: Presentación de lonchera preescolar Alimentación del adolescente; necesidades nutricionales del adolescente, esquema de alimentación de un adolescente Alimentación en el adulto; tipos de alimentos que debe de consumir el adulto mayor.
09		EXAMEN PARCIAL. RESOLUCION DEL EXAMEN

II UNIDAD DE FORMACION

Competencia: Identificar las principales dietas hospitalarias y patologías digestivas prevalentes en las diferentes etapas de la vida y participar como parte del equipo de salud en las actividades preventivo-promocionales con el fin de lograr una alimentación saludable en cada etapa de vida.

Día	Fecha	Temario
10		Taller Grupal II: Presentación de menú nutritivo (desayuno, almuerzo, cena) según etapa de vida.
11		Enfermedades patológicas. Gastritis; Causas de esta patología, síntomas más frecuentes, alimentos prohibidos, tratamiento, esquema de alimentación. Taller Grupal III : Ejemplos de dietas para pacientes con gastritis
12		Obesidad; Tratamiento nutricional de la obesidad, recomendaciones, esquema de alimentación. Dieta en personas obesos
13		Desnutrición aguda, bajo de peso o adelgazamiento. Desnutrición severa; Kwashiorkor y Marasmo, tratamiento nutricional, prevención. Dieta en personas con desnutrición
14		Dietoterapia: Definición, objetivos de la dietoterapia, modificaciones de la dieta, clasificación de las dietas terapéuticas: por su consistencia, por el contenido de calorías, por el contenido de nutrientes. Dietas terapéuticas hospitalarias.
15		Dieta líquida estricta, indicaciones y esquema de alimentación. Dieta líquida amplia, indicaciones y esquema de alimentación. Dieta Blanda, indicaciones y esquema de alimentación. Dieta completa, indicaciones y esquema de alimentación.
16		Dieta completa Hiperproteica, indicaciones y esquema de alimentación. Dieta Hipocalórica, indicaciones y esquema de alimentación. Dieta Hipoglúcida, indicaciones y esquema de alimentación. Dieta Hiposódica, indicaciones y esquema de alimentación.
17		Dieta Licuada Hiperproteica, indicaciones y esquema de alimentación. Dietas para pacientes con afecciones cardiovasculares Taller Grupal IV: Presentación de dietas terapéuticas Nutrición en condiciones Patológicas. Nutrición Artificial: Enteral y Parenteral, indicaciones y las complicaciones. Presentación grupal de maqueta sobre alimentación por sonda naso gástrica (opcional)
18		EXAMEN FINAL. EXAMEN DE REZAGADOS. RESOLUCION DEL EXAMEN. ENTREGA DE PROMEDIO FINAL

V. ESTRATEGIA METODOLOGICA

5.1. Método

- Método científico, analítico y sintético.
- Método participativo (dinámica de grupos).
- Método Inductivo – Deductivo.

5.2. Estrategias

- Técnicas: Clase magistral, uso de diapositivas, manuales, talleres grupales, protocolos.
- Formas: Oral y Escrita
- Modo : Personal y Grupal

VI. EVALUACION

6.1 Calificación: Toda calificación es en el sistema vigesimal (de 0 a 20); el calificativo mínimo es de TRECE (13) y la fracción 0.5 o más en cualquier nota o promedio siempre es a favor del estudiante, redondeando al número entero inmediato superior.

6.2 EXAMEN DE REZAGADOS: solo tendrán derecho al examen de rezagados los estudiantes que NO hayan rendido algún EXAMEN (PARCIAL o FINAL). El estudiante que NO ASISTA A NINGUNO DE LOS DOS EXAMENES (PARCIAL Y FINAL) NO podrá rendir el examen de rezagados y se le colocara en el registro oficial NSP

6.3 El promedio de cada UNIDAD DE FORMACION se basa en los siguientes parámetros:

- **A:** Actitud (Asistencia a clases, tardanzas, uso del uniforme, respeto a las normas institucionales, participación en el aula, presentación personal, etc.)
- **ED:** Evaluación diaria (orales o escritos)
- **EP:** Evaluación Parcial y Final
- **AP:** Aptitud (Desarrollo del alumno durante las prácticas, examen práctico, revisión Examen Práctico (aptitud).

$$\frac{A + ED + EP + AP}{4}$$



El promedio final se obtiene:

$$\frac{\text{Promedio de I U.F.} + \text{Promedio de II U.F.}}{2}$$

VII. BIBLIOGRAFÍA

Básicas

- NUTRICION Y ALIMENTACION HUMANA, José Mataix Verdú. Edit. Océano ergon. Tomo I – II. España 2012.
- GUZMÁN BARRÓN, Blanco de Alvarado Nutrición Humana. Tomos I y II. 2013.
- DIVA SANSUR y MARÍA RODRÍGUEZ Evaluación de la ingesta dietaria.2013.
- SECRETOS DE LA NUTRICIÓN, Charles W. Van Wag III. MD. Mc. Graw-Hill Interamericana Editores S.A. Mexicana 2010

Complementarias

- Lineamientos de Nutrición Materno Infantil del Perú. Ministerio de Salud. Lima – Perú 2014.
- Evaluación del crecimiento y del estado nutricional en la población infantil. UNICEF 2012.

