

Guía Docente

Modalidad Semipresencial

Nutrición y Envejecimiento

Curso 2024/2025

Grado en Nutrición Humana y Dietética



UCAV
www.ucavila.es

Nombre:	NUTRICIÓN Y ENVEJECIMIENTO
Carácter:	OPTATIVA
Código:	30303GJ
Curso:	3º
Duración (Semestral/Anual):	SEMESTRAL
Nº Créditos ECTS:	3
Prerrequisitos:	ACONSEJABLE TENER CONOCIMIENTOS DE NUTRICIÓN, DIETÉTICA, FISIOPATOLOGÍA Y DIETOTERAPIA
Responsable docente:	Nuria Giménez Blasi Doctora en Nutrición y bromatología Graduada en Nutrición Humana y Dietética
Email:	nuria.gimenez@ucavila.es
Departamento (Área Departamental):	NUTRICIÓN Y DIETÉTICA
Lengua en la que se imparte:	CASTELLANO
Módulo VII:	OPTATIVAS
Materia:	NUTRICIÓN Y ENVEJECIMIENTO

Nutrición y envejecimiento aporta al alumno los conocimientos básicos para conocer las características específicas del envejecimiento que condicionan el estado nutricional. El objetivo principal de la asignatura es la evaluación del estado nutricional y la adaptación de la alimentación a las diferentes patologías más prevalentes en el anciano.

2.1. COMPETENCIAS GENERALES

- ✓ CG1 - 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.
- ✓ CG3 - 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.
- ✓ CG4 - Conocer los límites de la profesión y sus competencias, identificando cuando es necesario un tratamiento interdisciplinar o la derivación a otro profesional.
- ✓ CG5 - 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.
- ✓ CG6 - Conocer, valorar críticamente y saber utilizar y aplicar las fuentes de información relacionadas con nutrición, alimentación, estilos de vida y aspectos sanitarios.
- ✓ CG7 - Tener la capacidad de elaborar informes y cumplimentar registros relativos a la intervención profesional del Dietista Nutricionista.
- ✓ CG8 - Identificar y clasificar los alimentos y productos alimenticios. Saber analizar y determinar su composición, sus propiedades, su valor nutritivo, la biodisponibilidad

de sus nutrientes, características organolépticas y las modificaciones que sufren como consecuencia de los procesos tecnológicos y culinarios.

- ✓ CG9 - Conocer los procesos básicos en la elaboración, transformación y conservación de los alimentos de origen animal y vegetal.
- ✓ 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.
- ✓ CG13 - Integrar y evaluar la relación entre la alimentación y la nutrición en estado de salud y en situaciones patológicas.
- ✓ 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.
- ✓ CG15 - Diseñar y llevar a cabo protocolos de evaluación del estado nutricional, identificando los factores de riesgo nutricional.
- ✓ CG16 - Interpretar el diagnóstico nutricional, evaluar los aspectos nutricionales de una historia clínica y realizar el plan de actuación dietética.
- ✓ CG20 - Conocer e intervenir en el diseño, realización y validación de estudios epidemiológicos nutricionales, así como participar en la planificación, análisis y evaluación de programas de intervención en alimentación y nutrición en distintos ámbitos.
- ✓ CG21 - Ser capaz de participar en actividades de promoción de la salud y prevención de trastornos y enfermedades relacionadas con la nutrición y los estilos de vida, llevando a cabo la educación alimentaria- nutricional de la población.
- ✓ CG22 - Colaborar en la planificación y desarrollo de políticas en materia de alimentación, nutrición y seguridad alimentaria basadas en las necesidades de la población y la protección de la salud.
- ✓ CG26 - Elaborar, controlar y cooperar en la planificación de menús y dietas adaptados a las características del colectivo al que van destinados.

- ✓ CG29 - Adquirir la formación básica para la actividad investigadora, siendo capaces de formular hipótesis, recoger e interpretar la información para la resolución de problemas siguiendo el método científico, y comprendiendo la importancia y las limitaciones del pensamiento científico en materia sanitaria y nutricional.

2.2. COMPETENCIAS BÁSICAS

- ✓ CB1 - Que los estudiantes hayan demostrado 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
- ✓ CB2 - Que los estudiantes sepan aplicar sus conocimientos a su trabajo o vocación de una forma profesional y posean las competencias que suelen demostrarse por medio de la elaboración y defensa de argumentos y la resolución de problemas dentro de su área de estudio.
- ✓ CB3 - Que los estudiantes tengan la capacidad de reunir e interpretar datos relevantes (normalmente dentro de su área de estudio) para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas relevantes de índole social, científica o ética
- ✓ CB4 - Que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado
- ✓ CB5 - Que los estudiantes hayan desarrollado aquellas habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores

2.3. COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

- ✓ CE1 - Conocer los fundamentos químicos, bioquímicos y biológicos de aplicación en nutrición humana y dietética.
- ✓ CE2 - Conocer la estructura y función del cuerpo humano desde el nivel molecular al organismo completo en las distintas etapas de la vida.
- ✓ CE4 - Conocer la evolución histórica, antropológica y sociológica de la alimentación, la nutrición y la dietética en el contexto de la salud y la enfermedad.

- ✓ CE5 - Conocer los distintos métodos educativos de aplicación en ciencias de la salud, así como las técnicas de comunicación aplicables en alimentación y nutrición humana.
- ✓ CE6 - Conocer las bases y fundamentos de la alimentación y la nutrición humana.
- ✓ CE7 - Adquirir habilidades de trabajo en equipo como unidad en la que se estructuran de forma uni o multidisciplinar e interdisciplinar los profesionales y demás personal relacionados con la evaluación diagnóstica y tratamiento de dietética y nutrición.
- ✓ CE8 - Conocer el sistema sanitario español y los aspectos básicos relacionados con la gestión de los servicios de salud, fundamentalmente los que estén relacionados con aspectos nutricionales.
- ✓ CE9 - Describir los fundamentos antropológicos de la alimentación humana. Describir y argumentar las desigualdades culturales y sociales que pueden incidir en los hábitos de alimentación.

2.4. COMPETENCIAS TRANSVERSALES

- ✓ CT1 - Capacidad de análisis y síntesis.
- ✓ CT2 - Capacidad de organización y planificación.
- ✓ CT3 - Capacidad de resolución de problemas.
- ✓ CT4 - Capacidad para el trabajo en equipo.
- ✓ CT5 - Capacidad para el trabajo en un contexto internacional.
- ✓ CT6 - Capacidad de razonamiento crítico.
- ✓ CT7 - Capacidad de aprendizaje autónomo.
- ✓ CT8 - Capacidad de liderazgo.
- ✓ CT9 - Capacidad para tener iniciativa y espíritu emprendedor.
- ✓ CT10 - Capacidad para aplicar los conocimientos en la práctica.
- ✓ CT11 - Desarrollar la responsabilidad y el compromiso ético con el trabajo buscando siempre la consecución de la calidad.

- ✓ CT12 - Capacidad de adaptarse a los cambios y de tomar decisiones con prudencia y coherencia buscando siempre la justicia.
- ✓ CT13 - Capacidad de reflexión sobre los efectos que el desarrollo de su actividad profesional tiene sobre el medio ambiente y la sociedad en general, así como los condicionantes ambientales que limitan su actividad profesional.
- ✓ CT14 - Desarrollar habilidades básicas de manejo de los diferentes sistemas informáticos (hardware, redes, software), del sistema operativo y de manejo de herramientas electrónicas de expresión escrita (procesadores de texto), así como de hojas de cálculo y consulta de bases de datos, según las necesidades.
- ✓ CT15 - Adquisición de habilidades de búsqueda y aplicación de criterios científicos y metodológicos para seleccionar y valorar la información de Internet.

2.5. RESULTADOS DE APRENDIZAJE

- ✓ El alumno conocerá las variaciones producidas en los procesos digestivos y metabólicos que tienen lugar en la ancianidad.
- ✓ El alumno será capaz de elaborar dietas adaptadas a las situaciones fisiológicas y patológicas del anciano.

3.1. PROGRAMA

Unidad didáctica 1. Proceso de envejecimiento.

- ✓ Tema 1. Introducción. Conceptos generales, epidemiología del envejecimiento.
- ✓ Tema 2. Fisiología del envejecimiento. Modificaciones generales asociadas al envejecimiento y su relación con la nutrición y alimentación.

Unidad didáctica 2. Envejecimiento y nutrición.

- ✓ Tema 3. Requerimientos nutricionales del anciano sano. Elaboración de menú y pautas de unificación.
- ✓ Tema 4. Valoración del estado nutricional en el anciano.

Unidad didáctica 3. Recomendaciones nutricionales para las patologías más prevalentes en el envejecimiento. Intervención nutricional y tratamiento dietético.

- ✓ Tema 5. Malnutrición.
- ✓ Tema 6. Disfagia. Alimentación Básica Adaptada.
- ✓ Tema 7. Alteraciones del tracto gastrointestinal en pacientes geriátricos (diarrea, estreñimiento, reflujo gastroesofágico, patología hepática y biliar).
- ✓ Tema 8. Alteraciones del comportamiento y función cognitiva. Alzheimer. Parkinson.
- ✓ Tema 9. Otras situaciones (patología ósea y articular, úlceras por presión.)

3.2. BIBLIOGRAFÍA

Libros y artículos de referencia

- ✓ Gil A. Tratado de Nutrición (Tomos I al IV). Madrid: Médica Panamericana; 2017.
- ✓ Mataix JM. Nutrición y Alimentación Humana (Tomo 2). Madrid; Ed Ergon; 2008.
- ✓ Mahan LK, Raymond JL. Krause Dietoterapia. 14ª edición. Barcelona: Elsevier; 2017.
- ✓ Salas-Salvadó J. Nutrición y Dietética Clínica. Barcelona: Elsevier Masson; 2019.
- ✓ Bellido-Guerrero D, De Luis Román DA. Manual de Nutrición y metabolismo. Madrid: Díaz de Santos; 2006.
- ✓ Moreiras O, Carbajal A, Cabrera L, Cuadrado C. Tablas de composición de alimentos. Guía de prácticas. 19ª edición. Madrid: Pirámide; 2018.
- ✓ Arbonés G, Carbajal A, Gonzalvo B, González-Gross M, Joyanes M, Marques-López I, Vaquero MP. Nutrition and dietary recommendations for the elderly "public health" working group of the Spanish Nutrition Society [Nutrición y recomendaciones dietéticas para personas mayores. Grupo de trabajo "Salud pública" de la Sociedad Española de Nutrición (SEN).], Nutr Hosp. 2003; 18(3):109-137.

- ✓ SENPE (Sociedad Española de Nutrición Parenteral y Enteral) SEGG (Sociedad Española de Geriatría y Gerontología). Valoración Nutricional en el Anciano. Ed. Galénitas-Nigra Trea; 2008.
https://www.segg.es/media/descargas/Acreditacion%20de%20Calidad%20SEGG/Residencias/valoracion_nutricional_anciano.pdf
- ✓ Fundación Edad & Vida. Guía para la Alimentación de las personas mayores. 2013.
<https://www.edad-vida.org/publicaciones/guia-para-la-alimentacion-y-nutricion-de-las-personas-mayores/>
- ✓ Brody R. Nutrition Issues in Dysphagia:identification, management and the role of the dietitian. NCP. 1999; 15(5):S47-S51.

Enlaces recomendados

- ✓ Sociedad Española de Geriatría y Gerontología (SEGG). <http://www.segg.org>.
- ✓ International Dysphagia Diet Standardization Initiative <https://iddsi.org/>.
- ✓ Louay Omran, Dysphagia. <http://www.cyberounds.com/cmecontent/art76.html>



La asignatura se desarrollará a través de los siguientes métodos y técnicas generales:

- ✓ **Clases virtuales:** mediante la clase magistral virtual el profesor de la asignatura expondrá y explicará a los alumnos los contenidos principales de la misma, fomentando la participación y la opinión crítica de los alumnos.
- ✓ **Tutoría académica virtual:** El profesor pondrá a disposición del alumno un tiempo para que éste pueda plantear cuantas dudas le surjan en el estudio de la materia, pudiendo el docente ilustrar sus explicaciones por medio de ejemplos y cualquier otra orientación de interés para el alumno.
- ✓ **Actividades de evaluación**
- ✓ **Actividades de la plataforma virtual:** el alumno elaborará los diferentes trabajos según las competencias y actividades correspondientes que deba trabajar durante el semestre.

- ✓ Estudio autónomo del alumno
- ✓ Actividades de evaluación

5



Evaluación

La evaluación es un componente fundamental de la formación del alumno. Está compuesta por un examen final escrito y la evaluación continua, que consta de ejercicios y actividades evaluables.

La evaluación de esta asignatura se realiza mediante la media ponderada del examen (50 % de la calificación final) y la evaluación continua (con valor del 50 %).

Examen (50 % de la nota final): la superación de dicho examen constituye un requisito indispensable para la superación de la asignatura. El alumno deberá tener en el examen al menos un 5 sobre 10 para poder realizar la ponderación de notas. El alumno con nota inferior se considerará suspenso. El alumno dispondrá de dos convocatorias de examen por curso académico. No se guardará la nota del examen, si éste estuviera aprobado, para una convocatoria posterior. Este examen podrá constar de preguntas tipo test de opción múltiple con cuatro opciones de respuesta y/o preguntas de verdadero/falso. Los errores en las respuestas de dichas preguntas puntuarán de forma negativa a criterio del profesor.

Evaluación continua (50 % de la nota final): no se admitirán trabajos de evaluación continua fuera de la fecha límite de entrega, que será comunicada al alumno con suficiente antelación. Los trabajos de la evaluación continua que no se presenten se considerarán suspensos con una calificación cualitativa de cero.

EJERCICIOS Y ACTIVIDADES EVALUABLES	PROPORCIÓN
Actividades de evaluación continua	50 %
Examen escrito	50 %
TOTAL	100 %

Criterios de calificación de la evaluación continua

Los criterios para la evaluación de las actividades correspondientes a la evaluación continua se presentan en la siguiente tabla, donde se resumen los aspectos a valorar y el porcentaje que representa cada uno de los mismos:

COMPONENTES EVALUABLES	PROPORCIÓN
Contenidos generales	10 %
Temas de especialidad	75 %
Otras aportaciones	15 %
TOTAL	100 %

Los criterios para la evaluación de la evaluación continua son los siguientes:

ASPECTO DEL TEXTO	CARACT. POSTIVAS	1	0,7 5	0, 5	0,25	0	CARACT. NEGATIVAS
Estructura (orden lógico)	Bien organizado						Sin orden, índice o esquema

Formato	Adecuado						Inadecuado
Objetivos	Fundamentados y claros						No se especifican
Expresión escrita	Corrección gramatical y ortografía						Incorrección y faltas
Metodología	Bien expuesta						Mal o no se explica
Bibliografía	Se utiliza la necesaria						No hay indicios de ello
Terminología	Adecuado uso						Uso inadecuado
Análisis	Corrección						Incorrección
Interpretación	Rigurosa						Defectuosa o inexistente
Conclusión	Existe, clara y correcta						Confusa, errada o ausente
Argumentación	Coherente y acertada						Afirmaciones poco coherentes



Para el apoyo tutorial, el alumno tendrá a su disposición un equipo docente encargado de acompañar al alumno durante toda su andadura en el proceso formativo, prestando una atención personalizada al alumno. Sus funciones están claramente diferenciadas

complementándose al mismo tiempo. Las personas principales de este acompañamiento tutorial son:

- ✓ **Orientador Académico Personal:** encargado de planificar al alumno el estudio de la asignatura en función del tiempo disponible, incluso realiza nuevas planificaciones ajustándose a nuevos periodos marcados por el alumno según sus circunstancias personales y familiares. Otra de sus funciones es la de realizar un seguimiento del estudio del alumno, así como de dar al alumno información de carácter general necesaria en su proceso formativo.
- ✓ **Profesor docente:** encargado de resolver todas las dudas específicas de la asignatura y de informar al alumno de todas las pautas que debe seguir para realizar el estudio de la asignatura.

El alumno dispondrá de un horario de tutorías para contactar con estas figuras durante toda su formación académica. La información sobre el horario la encontrará el alumno en la plataforma virtual.

Horario de tutorías de la asignatura: en relación a los horarios de atención en tutorías para consultas, aclaración de dudas, revisiones de trabajos y exámenes, etc., el profesor informará en la plataforma Blackboard de las franjas en las que tenga disponibilidad, pudiendo variar de un cuatrimestre a otro y también durante los meses de verano. Todo ello será informado oportunamente y con suficiente antelación a través del Campus Virtual.

Herramientas para la atención tutorial: Correo electrónico y plataforma Blackboard.



El alumno deberá consultar los horarios de clases de la asignatura en el apartado correspondiente dentro de la página web de la UCAV: www.ucavila.es. Igualmente, se informará de ellos en la Plataforma Blackboard.

El peso de cada unidad formativa dentro de cada asignatura queda determinado en el cronograma por el tiempo dedicado a la misma. El alumno deberá acometer el estudio

marcado por la herramienta de planificación utilizada en el campus virtual, después de la planificación realizada con su tutor. A continuación, se muestra una tabla con las unidades didácticas que componen la asignatura y las unidades de tiempo que se requieren para su estudio.

UNIDADES DIDÁCTICAS	UNIDAD DE TIEMPO	HORAS DEDICACIÓN
Unidad 1	2	5 HORAS
Unidad 2	4	25 HORAS
Unidad 3	6	45 HORAS
TOTAL	100	75

El plan de trabajo y las semanas son orientativos, pudiendo variar ligeramente, dependiendo de la evolución del alumno durante las distintas sesiones.