

## Alimentació i nutrició aplicades

Curs 2018-19

### Dades generals de l'assignatura

**6 ECTS 4r curs / 2on semestre/ Optativa**

**Laura Esquiús de la Zarza**

[lesquiús@umanresa.cat](mailto:lesquiús@umanresa.cat)

Doctora per la Universitat de Barcelona. Llicenciada en Biologia, especialitat Biosanitària. Diplomada en Nutrició Humana i Dietètica.

### Descripció general de l'assignatura

Aquesta assignatura té com a finalitat proporcionar coneixements teòrics i pràctics sobre nutrició, alimentació i dietètica per tal de que l'alumne sigui capaç de realitzar consell i educació nutricional a la població. Es treballaran els grups d'aliments i les necessitats nutricionals de les persones sanes i amb problemes de salut en les diferents etapes del cicle vital. S'aprofundirà en les dificultats en l'alimentació i la nutrició que poden aparèixer en determinades situacions patològiques i geriàtriques, així com en el risc de desnutrició i les seves conseqüències, les seves manifestacions clíniques i la importància de les adaptacions dietètiques i de la nutrició enteral i parenteral.

### Competències

G2 - Atendre les necessitats de salut de la població i als reptes del propi col·lectiu professional mitjançant actituds innovadores i dinàmiques.

CB2 - Que els estudiants sàpiguen aplicar els seus coneixements al seu treball o vocació d'una forma professional i posseeixin les competències que solen demostrar-se per mitjà de l'elaboració i defensa d'arguments i la resolució de problemes dins la seva àrea d'estudi.

CB5 - Que els estudiants hagin desenvolupat aquelles habilitats d'aprenentatge necessàries per emprendre estudis posteriors amb un alt grau d'autonomia

T2 - Projectar els valors de l'emprenedoria i de la innovació en l'exercici de la trajectòria personal acadèmica i professional a través del contacte amb diferents realitats de la pràctica i amb motivació cap al desenvolupament professional.

T5 - Exercir la ciutadania activa i la responsabilitat individual amb compromís amb els valors democràtics, de sostenibilitat i de disseny universal a partir de pràctiques basades en l'aprenentatge, servei i en la inclusió social.

T6 - Fer servir diferents formes de comunicació, tant orals com escrites o audiovisuals, en la llengua pròpia i en llengües estrangeres, amb un alt grau de correcció en l'ús, la forma i el contingut.

E1 - Dissenyar, implementar i avaluar accions de prevenció dels trastorns de la comunicació i el llenguatge.

E2 - Explorar, avaluar, diagnosticar i emetre pronòstic d'evolució dels trastorns de la comunicació i el llenguatge des d'una perspectiva multidisciplinària, fundada en la capacitat d'interpretació de la història clínica per al que s'aplicaran els principis basats en la millor informació possible i en condicions de seguretat clínica.

E3 - Usar les tècniques i instruments d'exploració propis de la professió i registrar, sintetitzar i interpretar les dades aportades integrant-les al conjunt de la informació.

E4 - Dominar la terminologia que permeti interactuar eficaçment amb altres professionals.

E6 - Seleccionar, implementar i facilitar l'aprenentatge de sistemes de comunicació augmentatius així com el disseny i ús de pròtesis i ajudes tècniques necessàries adaptats a les condicions físiques, psicològiques i socials dels seus pacients.

E12 - Conèixer, dissenyar i aplicar programes preventius relacionats amb la logopèdia, i fomentar les habilitats comunicatives en la població.

E16 - Conèixer i valorar de forma crítica les tècniques i els instruments d'avaluació i diagnòstic en Logopèdia, així com els procediments de la intervenció logopèdica.

E21 - Ser capaç de realitzar una gestió clínica centrada en el pacient, en l'economia de la salut i l'ús eficient dels

recursos sanitaris, així com la gestió eficaç de la documentació clínica amb especial atenció a la confidencialitat.

E23 - Ser capaç d'exercir la professió, respectant l'autonomia del pacient, els seus determinants genètics, demogràfics, culturals i econòmics, aplicant els principis de justícia social i comprenent les implicacions ètiques de la salut en un context mundial en transformació.

### Resultats d'aprenentatge

- Descriu els nutrients i les seves propietats per poder dissenyar i intervenir en les dietes i en els tractaments de les alteracions de la deglució.
- Reconeix i identifica els problemes de salut més habituals en les persones grans amb la finalitat de poder dissenyar i dur a terme les avaluacions i els tractaments logopèdics en els centres sociosanitaris.
- Resol problemes i situacions pròpies de l'acompliment professional amb actituds emprenedores i innovadores.
- Utilitza adequadament el llenguatge oral (verbal i no verbal) en la interacció personal i professional en català, castellà i anglès.
- Es desenvolupa en situacions complexes o que requereixen el desenvolupament de noves solucions tant en l'àmbit acadèmic com laboral o professional dins l'àmbit de la logopèdia.
- Identifica les seves pròpies necessitats formatives en el seu camp d'estudi i entorn laboral o professional i organitza el seu propi aprenentatge amb un alt grau d'autonomia en tot tipus de contextos (estructurats o no).

### Blocs didàctics

#### **Bloc didàctic 1: Nutrició**

- 1.1. Conceptes bàsics: nutrició, alimentació i dietètica.
- 1.2. Els nutrients
- 1.3. Grups d'aliments
- 1.4. Nous aliments
- 1.5. Toxicologia alimentària
- 1.6. Tecnologia culinària i conservació d'aliments

#### **Bloc didàctic 2: Dietètica**

- 2.1. Necessitats i recomanacions nutricionals
- 2.2. Alimentació equilibrada
- 2.3. Dieta mediterrània
- 2.4. Alimentació de l'adult sa
- 2.5. Alimentació en les diferents etapes fisiològiques de la vida
  - Embaràs i la lactància.
  - Lactants i primera infància.
  - Edat escolar i adolescència.
  - Menopausa
  - Edat avançada
- 2.6. Dietes alternatives i noves tendències

#### **Bloc didàctic 3: Dietoteràpia**

- 3.1. Introducció
- 3.2. Avaluació clínica i de l'estat nutricional. Anamnesi alimentària
- 3.3. Desnutrició
- 3.4. Dieta basal i dieta terapèutica
- 3.5. Nutrició enteral i parenteral

### Activitats Formatives

Exposició magistral professor

Visualització de vídeos i conferències

Simulacres, jocs, dinàmiques, role play, dramatitzacions
Confecció d'esquemes, presentacions gràfiques, mapes conceptuals i pòsters
Confecció de vídeos i o materials audiovisuals
Debats, col·loquis, converses o grups de discussió
Construcció/elaboració de materials o productes
Estudi de cas, supòsits pràctics i casos clínics
Treballs d'ampliació i síntesi
Exposicions orals i defenses de projectes
Lectura i comprensió de textos i elaboració d'informes o resums
Exàmens i proves
Discussions i comentaris de documents (audiovisuals, escrits, orals...)
Preparació individual de proves
Correcció/revisió d'exercicis i seguiment
Activitats pràctiques i de laboratori
Realització d'activitats o exercicis d'aplicació

Instruments d'avaluació	%	Recuperable	%Total
Observació de la participació	Assistència a les sessions i activitats realitzades a classe	No	10
Seguiment del treball realitzat	Seguiment d'activitats realitzades a casa	No	40
Proves específiques d'avaluació: exàmens	Examen	Sí	30
Realització de Treballs o projectes requerits	Treball final	No	20

## Bibliografia

### Bàsica:

Gil Á, editor. Tratado de nutrición. Vol. 4, Nutrición humana en el estado de salud. 3ª ed. Madrid: Editorial Médica Panamericana; 2017.

Gil Á, editor. Tratado de nutrición. Vol. 5, Nutrición y enfermedad. 3ª ed. Madrid: Editorial Médica Panamericana; 2017.

Luis Román DA de, Bellido Guerrero D, García Luna PP, editors. Dietoterapia, nutrición clínica y metabolismo. Madrid: Díaz de Santos; 2010. Troba'l a la biblioteca:

[http://cataleg.upc.edu/record=b1443669~S1\\*cat](http://cataleg.upc.edu/record=b1443669~S1*cat)

Mataix Verdú FJ. Nutrición y alimentación humana. 2a ed. Majadahonda: Ergon; 2009. Troba'l a la biblioteca: [http://cataleg.upc.edu/record=b1444205~S1\\*cat](http://cataleg.upc.edu/record=b1444205~S1*cat)

Salas-Salvadó J. Nutrición y dietética clínica. 3a ed. Barcelona: Masson; 2014. Troba'l a la biblioteca: [http://cataleg.upc.edu/record=b1390367~S1\\*cat](http://cataleg.upc.edu/record=b1390367~S1*cat)

### Complementària

Clavé i Civit P, García Peris P. Guía de diagnóstico y de tratamiento nutricional y rehabilitador de la disfagia orofaríngea. Barcelona: Glosa; 2011.

Farran A, Zamora-Ros R, Cervera P. Tablas de composición de alimentos CESNID = Taules de composició d'aliments del CESNID. 2a ed. Barcelona: Universitat de Barcelona; 2004. Troba'l a la biblioteca: [http://cataleg.upc.edu/record=b1286559~S1\\*cat](http://cataleg.upc.edu/record=b1286559~S1*cat)

Mahan LK, Raymond JL. Krause dietoterapia. 14a ed. Barcelona: Elsevier; 2017. Troba'l a la biblioteca: [http://cataleg.upc.edu/record=b1509499~S1\\*cat](http://cataleg.upc.edu/record=b1509499~S1*cat)

Mataix Verdú FJ, editor. Tabla de composición de alimentos. 5a ed. Granada: Universidad de Granada, Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos; 2009. Troba'l a la biblioteca: [http://cataleg.upc.edu/record=b1444011~S1\\*cat](http://cataleg.upc.edu/record=b1444011~S1*cat)

Portions alimentaires: manuel-photos pour l'estimation des quantités. Paris: Polytechnica; 2002. Troba'l a la biblioteca: [http://cataleg.upc.edu/record=b1286282~S1\\*cat](http://cataleg.upc.edu/record=b1286282~S1*cat)