



*Universidad de Buenos Aires*  
*Facultad de Medicina*

## **PROGRAMA DE LA MATERIA** **"NUTRICION"**

**AÑO: 2011**

### **INTRODUCCIÓN:**

De acuerdo con el objetivo de la Escuela de Enfermería, de sentar las bases para un desempeño idóneo en las diferentes circunstancias del quehacer profesional, Nutrición, como asignatura complementaria dentro de la curricula, apoya la fundamentación de las materias profesionales y apunta a la construcción del perfil del enfermero como profesional competente en dar cuidados y ayuda tanto a individuos como a la comunidad en los tres niveles de atención, especialmente en lo que hace a la promoción y prevención y en la educación para la salud.

### **OBJETIVOS GENERALES:**

Mediante el desarrollo del programa el estudiante será capaz de conocer el proceso de la nutrición y de identificar los aspectos nutricionales y alimentarios que intervienen en el mantenimiento de la salud del individuo y de la comunidad.

### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS:**

El estudiante identificará los nutrientes principales, sus fuentes alimentarias y podrá clasificarlos según la función que cumplen en el organismo.

- Conocer las definiciones de Nutrición y Alimentación.
- Comprender la relación entre salud y alimentación.
- Analizar la Influencia de las pautas socioculturales en la alimentación.
- Establecer la diferencia entre conceptos básicos relacionados con la nutrición.
- Conocer la clasificación de los alimentos.
- Conocer y comprender las Leyes de la Alimentación.
- Conocer los principios nutritivos: carbohidratos, proteínas, lípidos, vitaminas y Minerales.
- Conocer las fuentes alimentarias de cada Principio Nutritivo y las consecuencias de sus carencias.
- Conocer la alimentación recomendada durante el embarazo y para la mujer que lacta.
- Conocer la alimentación recomendada durante el crecimiento y desarrollo.
- Conocer la alimentación recomendada para el adulto mayor.
- Comprender los fundamentos de la superioridad de la lactancia materna.

## **CONTENIDOS:**

### **Unidad I .**

El proceso de la nutrición y sus Tiempos: alimentación, metabolismo y excreción. Pautas culturales que afectan los hábitos alimentarios, sus efectos sobre la salud.

Conceptos de Requerimientos y de Recomendaciones Nutricionales.

### **Unidad II**

Conceptos de alimento, producto alimenticio; principio alimentario, principio nutritivo alimento protector; alimento fuente, alimento enriquecido y alimento fortificado. Grupos de alimentos: Lácteos, Carnes y huevo, hortalizas y frutas, cereales y legumbres, azúcares y grasas. Alimentos fuente. Guías alimentarias para la población argentina.

### **Unidad III**

Las Leyes de la Alimentación: Cantidad, calidad, armonía y Adecuación.

Variantes del régimen normal según sexo, talla edad y actividad física.

### **Unidad IV**

Funciones energética, plástica y reguladora.

Carbohidratos y fibra: estructura química, clasificación, propiedades y funciones.

Proteínas: estructura química, clasificación, propiedades y funciones.

Lípidos: estructura química, clasificación, propiedades y funciones.

Vitaminas, minerales: estructura química, clasificación, propiedades y funciones.

Enfermedades carenciales.

### **Unidad V**

Alimentación de la gestante, sus requerimientos. Riesgos nutricionales durante la gestación.

Alimentación de la mujer que lacta, sus requerimientos. Riesgos nutricionales durante la lactancia.

Alimentación del preescolar, del escolar y del adolescente, sus requerimientos. Riesgos nutricionales durante estas etapas de la vida.

Alimentación del adulto mayor, sus requerimientos. Riesgos nutricionales durante la senectud.

Lactancia Materna.

## **CARACTERÍSTICAS METODOLÓGICAS:**

Modalidad: Presencial, Teóricos, Teórico-prácticos

## **EVALUACIÓN:**

Instancias de Evaluación:

- Individual, presencial, Escrita u oral.

Instrumentos de Evaluación:

- Examen Parcial con 2 Recuperatorios

- Examen Final

### **Características de la promoción/acreditación:**

- Se evaluará en una escala de 0 a 10 y la aprobación será con una nota mayor/igual a 4 (Cuatro).
- Deberá acreditarse una asistencia mínima del 80% de las clases.
- Se promocionara la materia con una nota mayor/igual a 7 (siete).

### **CARGA HORARIA TEÓRICA Y PRÁCTICA:**

Teóricas: 22 horas

Teórico-prácticas: 2 horas.

Materia Cuatrimestral.

### **BIBLIOGRAFÍA OBLIGATORIA:**

Lopez, Laura Beatriz; Suarez, Marta María FUNDAMENTOS DE NUTRICION NORMAL.  
Año:2005; Editorial El Ateneo.

### **BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA:**

Thompson, Janice L.; Manore, Melinda M.; Vaughan, Linda A. NUTRICIÓN  
Año 2008; Pearson Editora