



# Nutrición Orientada a la Salud

**Plan de Estudios**

**Código: NOS - 2021 - 001**

## Módulo 1

### Introducción a la nutrición: alimentación, nutrición y dietética

- Definición de nutrición
- Conceptos y definición de términos básicos
- Las ciencias de la nutrición
- Funciones y clasificación
- Pautas nutricionales
- Historia de las vitaminas y minerales deportivos

## Módulo 2

### Los macronutrientes en la dieta

- Los hidratos de carbono
  - Definición de los carbohidratos
  - Almacenamiento
  - Funciones principales
  - El azúcar y la enfermedad
  - La ingesta dietética
- Las proteínas
  - Definición de proteínas
  - Proteínas de calidad
  - Síntesis de proteínas
  - Funciones principales
  - La ingesta dietética
  - Proteínas y salud
  - Dieta vegetariana
- Los lípidos
  - Definición de los lípidos
  - Almacenamiento de los lípidos
  - Funciones principales
  - Ingesta de lípidos
  - Los lípidos y la salud

## Módulo 3

### Los micronutrientes

- Las vitaminas, fuentes, deficiencias y toxicidad
  - Vitaminas liposolubles: vitamina A, vitamina D, vitamina E, vitamina K
- Las vitaminas hidrosolubles, fuentes, deficiencias y toxicidad
  - Tiamina, riboflavina, niacina, folato, vitamina B12, vitamina B6, ácido pantoténico, vitamina C

- Agua y los electrolitos, fuentes, deficiencias y toxicidad
  - Sodio, cloruro, potasio, agua

- Los minerales, fuentes, deficiencias y toxicidad
  - Macrominerales: calcio, fósforo, magnesio
  - Minerales traza: hierro, zinc, yodo, selenio, cobre

## Módulo 4

### Procesamiento de nutrientes

- Sistema gastrointestinal
  - Digestión
  - Absorción
- Metabolismo
  - Glucosa
  - Aminoácidos
  - Glicerol y ácidos grasos
  - Ciclo del ácido cítrico
  - Cadena de transporte electrónico
  - Metabolismo del alcohol

## Módulo 5

### Evaluación del estado nutricional

- Historial clínico
- Historia dietética
- Antropometría y composición corporal
- Datos bioquímicos
- Valoración Global Subjetiva (VGS)
- Evaluación con método SOAP

## Módulo 6

### Balance energético

- Definición y concepto de energía
- Composición corporal
- La tasa metabólica basal (TMB)
- Evaluación y necesidad energética en humanos
- Control de peso

## Módulo 7

### Guías alimentarias

- Rangos de distribución de macronutrientes media

## Continuación Módulo 7

- Ingestas dietéticas de referencia
- Directrices dietéticas internacionales
- Mi plato
- Evaluación y planificación dietética

## Módulo 8

### Dietas normales y terapéuticas

- Definición y concepto
- Dieta normal
- Prescripción de dietas
- Dieta modificada en la consistencia y contenidos
- La alimentación y las dietas hospitalarias

## Módulo 9

### Nutrición en los ciclos de vida

- El embarazo y lactancia materna
- El ciclo del recién nacido y primeros años
- La infancia y niñez desde 1 hasta 9 años de edad
- La adolescencia y la menarquia
  
- Nutrición en la edad adulta
  - El ejercicio como actividad física
  - Fundamentos aptitud
  - Sistemas energéticos
  - La dieta y el gimnasio
  - Hidratación
  - Ayudas ergogénicas
  - Envejecimiento

## Módulo 10

### Enfermedades relacionadas a la nutrición

- Enfermedades causadas de malnutrición por déficit y exceso
  - Conceptos generales
  - Desnutrición proteico-calórica
  - Desnutrición proteico-calórica, tipos marasmo y kwashiorkor
  - Fisiopatología de la desnutrición
  - Complicaciones más frecuentes
  - Tratamiento médico de prevención y control de dietas

- Enfermedad relacionada a la obesidad
  - Conceptos generales
  - Fisiopatología de la obesidad
  - Clasificación
  - Riesgos de enfermedades por obesidad
  - Tratamientos efectivos

- Alimentación y dietas hospitalarias
  - Definición y principales conceptos generales

## Módulo 11

### Apoyo nutricional: nutrición enteral y parenteral

- Definición y conceptos
- Técnicas de soportes nutricionales: enteral y parenteral
- Indicaciones y contraindicaciones
- Complicaciones más frecuentes
- Envejecimiento

## Módulo 12

### Dietoterapia de enfermedades más frecuentes

- Dietoterapia de la diabetes mellitus y la enfermedad cardiovascular
  - Requisitos de nutrientes y distribución de energía
  - Terapias dietéticas en la enfermedad cardiovascular según el método DASH
  - Objetivos de la terapia dietética
  - Dietas para diferentes tipos de diabetes
  - Evaluación de la terapia nutricional
  - Educación alimentaria para la salud
  
- Dietoterapia en las enfermedades renales y hepáticas
  - Dietoterapia en la insuficiencia renal aguda y crónica
  - Dietoterapia en la hepatitis virus A, B y C
  
- Dietoterapia en cáncer
  - Definición y objetivos
  - Fisiopatología de la enfermedad
  - La desnutrición y su relación con el cáncer
  - Desordenes metabólicos en la patología
  - Impactos y efectos de la terapia del cáncer en la nutrición del paciente
  - Terapia nutricional de los pacientes con cáncer y su relación con la alimentación
  
- Dietoterapia en VIH
  - Definición y objetivos

### Continuación Módulo 12

- Fisiopatología de la enfermedad
- La desnutrición y su relación con el VIH
- Desordenes metabólicos en la patología
- Impactos y efectos de la terapia del VIH en la nutrición del paciente
- Terapia nutricional de los pacientes con VIH y su relación con la alimentación
- Dietoterapia en circunstancias especiales como alergias y otras condiciones
- Dietoterapia en trastornos de la alimentación y salud mental
- La nutrición en la salud mental
- Nutrición y dietoterapia en la anorexia nerviosa
- Nutrición y dietoterapia en la bulimia nerviosa
- Nutrición y dietoterapia en el trastorno por atracón
- Nutrición y dietoterapia en trastornos alimentarios no categorizados
- Dietoterapia en la enfermedad celíaca
- Definición y objetivos
- Fisiopatología de la enfermedad
- La desnutrición y su relación con la enfermedad celíaca
- Desordenes metabólicos en la patología
- Impactos y efectos de la terapia de la enfermedad celíaca en la nutrición del paciente
- Terapia nutricional de los pacientes con enfermedad celíaca y su relación con la alimentación
- Dietoterapia en el síndrome de intestino irritable (SII)
- Definición y objetivos
- Fisiopatología de la enfermedad
- La desnutrición y su relación con el síndrome de intestino irritable
- Desordenes metabólicos en la patología
- Impactos y efectos de la terapia del síndrome de intestino irritable en la nutrición del paciente
- Terapia nutricional de los pacientes con síndrome de intestino irritable y su relación con la alimentación
- Dietoterapia en la enfermedad de esprue tropical
- Definición y objetivos
- Fisiopatología de la enfermedad
- La desnutrición y su relación con la enfermedad de esprue tropical
- Desordenes metabólicos en la patología
- Impactos y efectos de la terapia de la enfermedad de esprue tropical en la nutrición del paciente
- Terapia nutricional de los pacientes con la enfermedad de esprue tropical y su relación con la alimentación
- Condición nutricional de intolerancia a la lactosa

### Descripción de la Carga Académica:

Duración total	1 cuatrimestre
Encuentros teóricos	16 encuentros
Encuentros prácticos	N/A
Total horas de trabajo académico	165 horas

Revisado, visto y aprobado por el Comité Académico del  
Círculo de Interés en la Formación Médico - Científica (CIFMEC).  
Marzo 2021.-