



Aplicar los conocimientos para la valoración nutricional y tratamiento nutricional de los individuos de la tercera edad, sanos y/o con patologías, así como procesos de control y seguimiento.

## V. Compromisos formativos

**Conocimientos:** El alumno diseñara, a través del análisis de criterios de evaluación y diagnóstico nutricional, la asesoría nutricional individualizada con el fin de mejorar los hábitos alimentarios del individuo en etapa adulta y geriátrica

**Habilidades:** El alumno desarrollara el dominio de la técnica de consulta, la evaluación de indicadores de diagnóstico nutricional. Desarrollara el análisis y ejercitara el planteamiento de posibles cambios para mejorar, reforzar o modificar los hábitos alimentarios del individuo en etapa adulta a lo largo de la Asesoría Nutricional.

**De investigación:** El alumno desarrollara las habilidades para identificar diseños de investigación y realización de los mismos con enfoque en el grupo etario de adulto y adulto mayor.

**Actitud y valores:** Disciplina cognitiva, aptitud creativa para relación paciente-nutriólogo, respeto y actitud positiva en el área de trabajo.

**Profesional:** El alumno desarrollara las herramientas necesarias para enfrentar diversos retos en la vida profesional que serán orientados a la investigación, prevención, y tratamiento nutricional de los diversos aspectos que caracterizan a los adultos y adultos mayores.

## VI. Condiciones de operación

**Espacio:** Aula

**Laboratorio:**

**Mobiliario:** Mesabancos

**Población:** 20 Deseable- 25 Máximo

**Material de uso frecuente:** pizarrón, retroproyector , cañón

**Condiciones especiales:**

## VII. Contenidos y tiempos estimados

## Tema

- 1. Conceptos generales**
  - Características físicas y sociales del adulto
  - Enfoque en la atención del adulto joven
  - Enfoque en la atención del adulto medio
  - Envejecimiento: Definición, clasificación y características
  - Definición de edad geriátrica, Gerontología, Geriatria
  - Teorías del envejecimiento: biológicas, psicológicas y sociales
  
- 3. Aspectos demográficos del envejecimiento**
  - Composición de la población
  - Tendencias de morbi-mortalidad
  - Cambios en la expectativa de vida
  - Principales causas de muerte
  - Programas nacionales de apoyo a los ancianos
  
- 4. Cambios fisiológicos del envejecimiento**
  - Sistema cardiovascular y respiratorio
  - Sistema renal
  - Sistema gastrointestinal
  - Sistema nervioso
  - Sistema músculo-esquelético
  - Sistema inmune
  - Metabolismo y composición corporal
  
- 5. Valoración del estado nutricional**
  - Evaluación antropométrica
  - Evaluación bioquímica
  - Evaluación clínica
  - Evaluación dietética
  - Factores somáticos que modifican la ingesta
  
- 6. Composición corporal, energía y actividad física**
  - Métodos para evaluar la composición corporal
  - Factores que influyen en la composición corporal
  - Cambios relacionados con la edad en la composición corporal
  - Necesidades calóricas y gasto de energía
  
- 7. Requerimientos y recomendaciones de nutrientes**
  - Necesidades dietéticas recomendadas en adultos y ancianos
  - Hidratos de carbono
    - Necesidades corporales de hidratos de carbono
    - Ingesta recomendada de hidratos de carbono
    - Fibra en la dieta del adulto y anciano
  - Lípidos
    - Necesidades corporales de lípidos
    - Ingesta recomendada de lípidos
    - Ácidos grasos esenciales en el adulto y anciano
    - Influencia de la dieta sobre el colesterol sérico
  - Proteínas
    - Necesidades proteicas
    - Factores que influyen en las necesidades proteicas
    - Ingesta recomendada de proteínas
  - Vitaminas y minerales.

Conocimientos generales  
Antioxidantes: importancia en la salud humana

#### **8. Hábitos Alimentarios y Orientación Alimentaria**

Evaluación de Hábitos Alimentarios Actuales  
Comidas fuera de casa. Periodos prolongados de ayuno. Inadecuada ingesta de frutas y verduras frescas. Consumo de alimentos procesados, Exceso en la ingesta de alimentos densamente energéticos.  
Hábitos alimentarios y estilo de vida como factores de riesgo a la enfermedad  
Guía de Alimentación Saludable. El Plato del Bien Comer  
Recomendaciones alimenticias para promover la salud y prevenir enfermedades  
Educación para el seguimiento de Buenos Hábitos Alimentarios

#### **9. Suplementos nutricionales y consideraciones nutricionales**

Clasificación de suplementos nutricionales  
Indicaciones nutricionales  
Beneficios nutricionales en pacientes de edad geriátrica

#### **10. Aspectos importantes en la Edad Adulta**

Tabaquismo y densidad ósea  
Tabaquismo y carencias específicas  
Tabaquismo y enfermedades crónicas (HTA, Enf. Coronaria, EPOC)  
Estrógenos y densidad ósea  
Estrógenos y variaciones en el peso corporal  
Estrógenos exógenos y metabolismo de macronutrientes

#### **11. Alimentación artificial y consideraciones nutricionales**

Nutrición enteral  
    Nutrición enteral domiciliaria  
    Nutrición enteral ambulatoria  
Nutrición parenteral  
Indicaciones nutricionales

#### **12. Fármacos y consideraciones nutricionales**

Interacción alimento-medicamento (IAM)  
Interacción medicamento-nutriente (IMN)  
Influencia del estado nutricional en la biodisponibilidad del fármaco  
Consideraciones nutricionales de los fármacos prescritos  
Efectos adversos de fármacos en el estado nutricional de los ancianos

#### **13. Trastornos en la edad adulta- geriátrica**

- Desnutrición (Fisiopatología, prevalencia, evolución bioquímica, tratamiento nutricional)
- Enfermedades cardiovasculares (Fisiopatología, aterosclerosis, prevalencia, tratamiento nutricional, tabaquismo y actividad física)
- Enfermedades cerebrovasculares (Fisiopatología, prevalencia, tratamiento nutricional, soporte nutricional especial)
- Insuficiencia Renal Crónica (Fisiopatología, efecto de nutrientes en progresión de la enfermedad, tratamiento nutricional, modificaciones dietéticas en pacientes dializados)
- Síndrome de resistencia a insulina (definición, criterios diagnósticos, factores de riesgo, tratamiento farmacológico y no farmacológico)
- Diabetes (Etiología, fisiopatología, complicaciones, evaluación bioquímica, tratamiento nutricional)
- Osteoporosis (definición, criterios diagnósticos, factores de riesgo, tratamiento farmacológico y no farmacológico)
- Obesidad (definición, criterios diagnósticos, factores de riesgo, tratamiento farmacológico y no farmacológico)
- Anemia (definición, criterios diagnósticos, factores de riesgo, tratamiento farmacológico y no farmacológico)
- Alzheimer (definición, criterios diagnósticos, factores de riesgo, tratamiento farmacológico y no farmacológico)
- Enfermedad de Parkinson (definición, criterios diagnósticos, factores de riesgo, tratamiento farmacológico y no farmacológico)

farmacológico)

- Artritis (definición, criterios diagnósticos, factores de riesgo, tratamiento farmacológico y no farmacológico)
- Depresión (definición, criterios diagnósticos, factores de riesgo, tratamiento farmacológico y no farmacológico)
- Alcoholismo (Metabolismo del alcohol, Efectos del alcohol sobre el metabolismo de macronutrientes, Carencias específicas inducidas por el consumo inmoderado de alcohol, Hepatopatías por alcohol.
- Endocrinopatías ( hipo-hipertiroidismo, definición, criterios diagnósticos, factores de riesgo, tratamiento farmacológico y no farmacológico)

Cáncer (definición, criterios diagnósticos, factores de riesgo, tratamiento farmacológico y no farmacológico)

## VIII. Metodología y estrategias didácticas

**Metodología y estrategias recomendadas para el curso:**

**A. Exposiciones:**

**B. Investigación:**

**C. Discusión:**

**D. Proyecto:**

**E. Talleres:**

**F. Laboratorio:**

**G. Prácticas:**

**H. Otro, especifiqué:**

## IX. Criterios de evaluación y acreditación

a) **Institucionales de acreditación:**

1. Es tendrá derecho a calificación si se cumple con el 80% de la asistencia a las clases teóricas y practicas
2. Al termino de cada tema se evaluara al alumno de manera oral o escrita
3. Se presentara al final del semestre un examen final

b) **Evaluación del curso**

**Acreditación del semestre mediante los siguientes porcentajes:**

Exámenes parciales	50%
Trabajo final y presentación	30%
Examen Final	20%

**Total**

**100 %**

## X. Bibliografía

### A) Bibliografía obligatoria

Perez de Gallo, Marván; ALIMENTACIÓN DEL ADULTO SANO. En: Dietas Normales y Terapéuticas. Los alimentos en salud y la enfermedad. Prensa Médica Mexicana. 4ª. Edición. México 1999.

Espinosa Teresa; NUTRICIÓN DEL ADULTO. En: Nutriología Médica. Editorial Médica Panamericana. 2ª Edición. México 2001.

Casanueva Esther; NUTRICIÓN DE LA MUJER ADULTA. En Nutriología Médica. Editorial Médica Panamericana. 2ª Edición. México 2001.

Kauffer Martha, y col. OBESIDAD EN EL ADULTO. En Nutriología Médica. Editorial Médica Panamericana. 2ª Edición. México 2001.

SSA. Norma Oficial Mexicana para el manejo integral de la Obesidad: NOM-174-SSA1-1998

Perez de Gallo, Marván; ALIMENTACIÓN DEL ANCIANO. En: Dietas Normales y Terapéuticas. Los alimentos en la salud y la enfermedad. Prensa Médica Mexicana. 4ª. Edición. México 1999.

Espinosa Teresa; NUTRICIÓN DEL ANCIANO. En: Nutriología Médica. Editorial Médica Panamericana. 2ª Edición. México 2001.

Espejo, S. Manual de dietoterapia en las enfermedades del adulto mayor. 4ta. Edición. Ed. Ateneo, 1979.

González Aragón, J. Manual de auto cuidado y salud en el envejecimiento. 4ta edición. Costa-Amic Editores, 1997.

### B) Bibliografía de lengua extranjera

Whitney, E., UNDERSTANDING NUTRITION. Wadsworth Publishing Company. USA 1999.

Wardlaw, G.M., Kessel, M., PERSPECTIVES IN NUTRITION. Mc Graw Hill. USA 2004

American Journal of Geriatric Psychiatry

Geriatrics

The Gerontologist

Gerontology

### C) Bibliografía complementaria y de apoyo

1. Gurger, H. Recomendaciones alimentarias de la población mexicana. Publicación del INNZS.
2. Mahan, KL., Scott-Stump, S. Nutrición y dietoterapia de Krause. 9na edición. Editorial McGrawHill, 1998.
3. INNSZ. Instituto Nacional de la Nutrición Salvador Subirán. Ingestión diaria recomendada de energía, proteína, vitaminas y minerales para la población mexicana, 1997.
4. RDA. Dietary Recommended Allowances, and the Dietary References Intakes Series, National Academy Press, 1989. Washington, D. C.

5. Secretaría de Salud Publica. SSA. [www.ssa.gob.mx](http://www.ssa.gob.mx)

Revista Nutrición clínica

**D) Páginas de internet y guías**

1. <http://www.nutrition.gov>
2. <http://www.diabetes.org>
3. [www.americanheart.org](http://www.americanheart.org)
4. [www.nhlbi.nih.gov](http://www.nhlbi.nih.gov)

## **X. Perfil deseable del docente**

Grado académico de maestría o doctorado en el área de nutrición humana  
Experiencia docente de por lo menos 3 años

## **XI. Institucionalización**

Responsable del Departamento: Dr. Carlos E. Cano Vargas

Coordinador/a del Programa: MDB. Gabriel Medrano Donlucas

Fecha de rediseño: septiembre de 2011.

Rediseño: MDB. Gabriel Medrano Donlucas