

UNIVERSIDAD DE COSTA RICA

CARRERA DE ENFERMERÍA

UBICACIÓN: IV CICLO, SEGUNDO AÑO

PORCENTAJE DE LA NOTA TOTAL 10%

PROFESOR: MSc. Marco Tulio Rojas Núñez, Nutricionista

MÓDULO DE INTERVENCIÓN DE LA ENFERMERÍA EN LA NIÑEZ SANA

“NUTRICION”

I – DESCRIPCIÓN DEL CURSO

Este curso se ubica en el 4° semestre de la carrera de enfermería, tiene un horario que se cumplirá de acuerdo al cronograma adjunto.

En este curso se pretende establecer los principales lineamientos para una correcta nutrición en el niño sano, de modo tal que el o la profesional en enfermería se sienta capacitado (a) para atender las necesidades básicas en esta materia, cuando en un momento dado, esté ante un paciente en este rango de edad.

Para esto, se impartirán clases teóricas y prácticas en las que se le dará cumplimiento a los objetivos propuestos para el curso.

Profesor responsable: MSc. Marco Tulio Rojas Núñez, Nutricionista

Inicio: 17 de agosto **Finaliza:** 7 de diciembre del 2007

Horario: **Viernes de 8:00 a.m. a 10:50 a.m.**

II – INTRODUCCIÓN

Hoy día, es necesario que el o la profesional en enfermería domine conceptos básicos de todas las disciplinas que conforman el área de la Salud, y la Nutrición es una de éstas. Se debe tener presente que la Nutrición, es toda una ciencia, cuyo conocimiento es esencial para la vida, pues la salud depende, en gran medida de ella.

Es importante tener en claro, que este curso se concentrará en la importancia y aplicación de la **promoción y prevención** en materia de la salud nutricional y para esto, es necesario retomar el significado de estos conceptos.

La **promoción** se refiere al proceso mediante el cual, el individuo o comunidades, se encuentran en condiciones de ejercer control sobre los factores determinantes que lo lleven a mejorar su estado de salud. Además se considera una estrategia que vincula a las personas con el entorno, lo que les imprime una responsabilidad social.

Por otra parte, la **prevención** se refiere al conjunto de estrategias que conllevan a reducir los factores de riesgo de desarrollar determinada enfermedad, de modo tal, que se logre disminuir la susceptibilidad a los mismos.

Este curso pretende involucrar al estudiante en estas dos actividades complementarias que se superponen en una serie de situaciones y circunstancias y cuyos beneficiarios serán los niños en etapa infantil y en edad preescolar y escolar.

En esta de la vida, es cuando se sientan las bases de la nutrición, que la persona practicará el resto de su vida. Por lo tanto, es muy importante realizar una muy buena elección de las estrategias y del material educativo a utilizar, para lograr resultados positivos. Dependiendo de la forma en que se planea y se dirige este, así será la respuesta y los resultados obtenidos y por ende, el logro de los objetivos propuestos en el curso.

III – OBJETIVO GENERAL

1. Aplicar los conocimientos de Nutrición, necesarios para optimizar el estado nutricional del niño sano, mediante la promoción y la prevención de la salud.

IV- OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Identificar los aspectos generales de nutrición, que un o una profesional en enfermería debe aplicar en la población infantil.
2. Promover el enfoque multidisciplinario en la promoción de la salud en la etapa de la infancia, del preescolar y escolar.
3. Reconocer la importancia de la formación de hábitos alimentarios saludables en la infancia, en la etapa preescolar y escolar.
4. Relacionar el cumplimiento de la alimentación adecuada en la población blanco, con un estado nutricional adecuado, que contribuya a un buen estado de la salud general.

V – METODOLOGÍA

El curso está organizado tomando como base metodológica, la enseñanza desde una perspectiva humanista-constructivista, para ello se hará uso de sesiones teóricas y prácticas. En las sesiones teóricas se impartirán los principios básicos sobre la Nutrición del niño y la niña en la infancia, del o la preescolar y del o la

escolar, cubriendo así los objetivos propuestos. En las sesiones prácticas, se recurrirá a técnicas metodológicas estrictamente participativa-interactivas, en donde el o la estudiante no tendrá una posición pasiva, sino activa en su proceso de aprendizaje. Cada estudiante aplicará los conocimientos adquiridos en las sesiones teóricas, a un caso de estudio asignado en el módulo, del que preparará un informe escrito. Además, el alumno deberá asistir a tutorías programadas con el fin de evacuar dudas con respecto a su caso de investigación. También se hará uso de la técnica de solución de problemas, las cuales se aplicarán durante las clases. Para la revisión bibliográfica se utilizará la técnica de análisis de ideas, a la cual se le dará un alto porcentaje en la evaluación. Por último, se realizará un examen corto escrito. La nota final estará compuesta de la sumatoria de las notas obtenidas en los rubros mencionados, lo que se desglosa en la evaluación del curso.

VI – RECURSOS DE TRABAJO

Para el desarrollo del curso se utilizarán recursos de trabajo visuales y audiovisuales como libros, antología, pizarra, retroproyector, DVD y otros.

VII – EVALUACIÓN

La evaluación del curso queda distribuida de la siguiente manera:

1. Asistencia: 5 %
2. Ensayo 15%
3. Presentación escrita del caso: 10 %
4. Resolución de problemas 15%
5. Análisis de ideas 30%
3. Asistencia a las tutorías 5 %
4. Examen final: 20 %

Los puntos 2 y 4, sólo podrán ser presentados en las fechas asignadas, sin excepción.

Observaciones importantes sobre el curso:

- Todo trabajo solo se aceptará de forma personal y en el horario establecido. El trabajo que se entregue posterior a la fecha programada, se le restará un punto por retraso y si no se expone, se deduce el porcentaje correspondiente a la exposición.
- El o la estudiante debe solicitar al profesor que le firme la boleta de recibido de los mismos, solo así, en casos de eventuales extravíos del trabajo, el estudiante no perderá su puntaje. En caso de no portarla, solo se firmará de recibido, una copia del trabajo.
- Todo trabajo debe presentarse en letra arial, tamaño 12 y a 1.5 espacios entre renglones. Los márgenes izquierdo y derecho serán de 2.5 cms, y los márgenes superior e inferior no superarán los 3 cm.
- Entre las áreas de aprendizaje desarrolladas y evaluadas durante el curso, se hará énfasis en: **a) la comprensión del conocimiento**, que consiste en que el o la estudiante comprenda el sentido y/o significado de la materia vista durante el curso. **b) uso activo del conocimiento**: lo que consiste en que el estudiante logre aplicar la información vista durante el curso o que la logre relacionar con situaciones de su vida personal, familiar, social, laboral, entre otros. **c) transmisión del conocimiento**, que es la capacidad que el o la estudiante logre para compartir sus conocimientos y opiniones personales con el resto de sus compañeros (as) y **d) retención del conocimiento**, en que el o la estudiante logre memorizar los principios o ideas básicas de la información vista durante el curso

VIII – CONTENIDOS

Unidad 1: Principios básicos de Nutrición

1. Conceptos generales
 - Importancia del trabajo interdisciplinario
 - Nutrición, alimento y nutrientes; alimentación saludable.
 - Macro y micronutrientes: (conceptos y fuentes)
 - El círculo de la alimentación y las Guías Alimentarias para la Educación Alimentaria Nutricional en Costa Rica
 - La alimentación y nutrición como factor que interviene en el crecimiento y desarrollo del niño y la niña y del y la adolescente.
 - Costumbres y hábitos alimentarios
 - La educación alimentaria-nutricional como herramienta de cambio.
 - Política Nacional de Alimentación-nutricional de Costa Rica.

Unidad 2 Valoración nutricional:

1. Características del crecimiento y desarrollo del niño y la niña
2. Evaluación del estado nutricional de niño y la niña de 0 a 12 años.
3. Técnicas antropométricas

4. Interpretación de las curvas de crecimiento de la OMS y las gráficas de crecimiento para el uso de Costa Rica y de las recomendaciones del CLAP para niños y niñas con bajo peso al nacer.
5. Otras medidas antropométricas: pliegues
6. Porcentajes de adecuación

Unidad 3: Niños y niñas de 0 a 2 años

1. Recomendaciones y requerimientos nutricionales
2. Lactancia materna y amamantamiento.
3. Ablactación y destete. Introducción de alimentos durante el primer año de vida.
4. Aspectos funcionales, neurológicos y psicosociales del niño y la niña que influyen en sus necesidades alimentarias
5. Plan alimentario

Unidad 4: Niño preescolar y escolar

1. Recomendaciones y requerimientos nutricionales
2. Alimentación en la etapa preescolar y escolar
3. Aspectos psicológicos relacionados con la alimentación del niño de 6 años
4. Loncheritas o meriendas escolares.
5. Programas de alimentación complementaria en Costa Rica y otras estrategias de intervención.
6. Estrategias educativas en el niño preescolar y escolar.
7. Alimentación del niño con necesidades especiales (discapacidad).

IX. BIBLIOGRAFÍA RECOMENDADA

- Castro, M. (1998). **Manual de Lactancia Materna**. Comisión Nacional de Lactancia Materna. Convenio CE/ALA 9/25, San José, Costa Rica.
- Cervera, P. y Caples, J. (1994). **Alimentación y Dietoterapia**. 2ª edición. España. Editorial Interamericana.
- Marín, R. (2000). **Elementos de Nutrición Humana**. Reimp. de la I ed. San José. C.R. EUNED.
- Girolami, D. (2003). **Fundamentos de Valoración Nutricional y Composición Corporal**. I a. Ed. Buenos Aires. El Ateneo.
- Mahan L. Y Escott – Stump S. (1998). **Nutrición y Dietoterapia**. 9ª edición. Editorial Mc Graw – Hill Interamericana S.A. de C.V. México, D.F.
- Muñoz, L. Y Murillo, S. (1995). **Guías alimentarias para la educación alimentaria nutricional en Costa Rica**. INCAP/Escuela de Nutrición.
- OPS/ INCAP. (1992). **Alimentación Infantil**. Editado por James Arke. Guatemala.
- Whitney E., Cataldo C y Rolfes S. (1994). **Understanding Normal and Clinical Nutrition**. 4ª edición. Editorial West Publishing Company. New York. Union Estate.

Direcciones de Internet: www.nutricionysalud.com
www.buenasalud.com
www.grupoaulamedica.com/aula/nutricion
www.vidasaludable.com
www.enfermeria.com

UNIVERSIDAD DE COSTA RICA SEDE DE SAN RAMON

MÓDULO DE INTERVENCIÓN DE LA ENFERMERÍA EN LA NIÑEZ SANA

HOJA DE CERTIFICACION DE TRABAJOS ESCRITOS RECIBIDOS NUTRICION

PROF. MSc. Marco Tulio Rojas Núñez. Nutr.

Estudiante _____

Trabajo escrito 1

Fecha:	Firma profesor	Firma estudiante
Trabajo escrito 2		
Fecha:	Firma profesor	Firma estudiante
Trabajo escrito 3		
Fecha:	Firma profesor	Firma estudiante
Trabajo escrito 4		
Fecha:	Firma profesor	Firma estudiante
Trabajo escrito 5		
Fecha:	Firma profesor	Firma estudiante
Trabajo escrito 6		
Fecha:	Firma profesor	Firma estudiante
Trabajo escrito 7		
Fecha:	Firma profesor	Firma estudiante
Trabajo escrito 8		
Fecha:	Firma profesor	Firma estudiante
Trabajo escrito 9		
Fecha:	Firma profesor	Firma estudiante
Trabajo escrito 10		
Fecha:	Firma profesor	Firma estudiante
Trabajo escrito 11		
Fecha:	Firma profesor	Firma estudiante
Trabajo escrito 12		
Fecha:	Firma profesor	Firma estudiante

Original estudiante

**UNIVERSIDAD DE COSTA RICA
SEDE DE SAN RAMON**

**MÓDULO DE INTERVENCIÓN DE LA
ENFERMERÍA EN LA NIÑEZ SANA
NUTRICION
HOJA DE ASISTENCIA**

PROF. MSc. Marco Tulio Rojas Núñez. Nutr. Fecha _____

Nombre completo del (la)estudiante	Cédula
1	
2	
3	
4	
5	
6	

Explicación: este será el único examen del curso, será escrito y se evaluarán todos los contenidos del programa. Se hará énfasis en aquellos tópicos que durante el desarrollo del módulo se debe reforzar en los o las estudiantes. En este examen, el o la estudiante terminará de demostrar su calidad académica y su compromiso con la materia y con su carrera.

Solución de problemas:

Objetivo: promover en los o las estudiantes la habilidad de hacer preguntas que nos permitan salir de un conflicto e identificar el problema que lo genera y la búsqueda de alternativas.

Explicación:

Se debe hacer las siguientes interrogantes: ¿Qué es lo que hace problemática esta situación? ¿qué me falta por saber? ¿en cuantas partes puede descomponer la situación para conocer la cantidad de problemas? ¿Cuántos problemas están involucrados? ¿Cuál voy a intentar resolver? ¿qué es lo que no funciona? ¿Cuáles son las cosas que no se pueden hacer? ¿por donde puede empezar para que sea más fácil?

Por ello se propone tres componentes importantes para la resolución del problema, a saber: - **identificación de problemas:** que es la habilidad para descubrir la existencia de problemas como característica primordial para continuar con el proceso de solución de problemas. - **definición y representación de los problemas con precisión:** puede ser que muchas personas nos demos cuenta que ante determinada situación existe un problema, sin embargo, puede haber un gran número de definiciones de problemas, lo que trae como consecuencia que se ofrezcan soluciones diferentes a un mismo supuesto problema. - **explorar posibles estrategias:** los dos pasos anteriores ayudan a pronosticar el éxito en este tercero, sin embargo, hay algunas características que deben contemplarse al explorar alternativas de soluciones al problema.

Ensayo:

Objetivo: Que el o la estudiante desarrolle las habilidades de la redacción sobre un tema específico, basado en la revisión de literatura científica.

Explicación: son exámenes escritos de respuesta libre, en los cuales el o la alumno (a) desarrolla un tema o unas respuestas durante un tiempo a veces superior al de una clase normal. El examinado organiza y expone el tema libremente, según sus criterios mínimos de elaboración.

Al final debe aportar las referencias bibliográficas.

Método de casos:

Pasos a seguir por el o la estudiante:

1. Identificación, selección y planteamiento del problema
2. Búsqueda y planteamiento de alternativas de solución
3. Comparación y análisis de las alternativas (contemplando ventajas, desventajas, consecuencias y valores involucrados)
4. Planteamiento de suposiciones (de acuerdo a la lógica, la experiencia, el sentido común), cuando no hay evidencias suficientes.
5. Toma de decisiones y formulación de las recomendaciones.
6. Justificación de la opción seleccionada (investigación y utilización de teoría)
7. Planteamiento de la forma de llevar a cabo la discusión.