

Misión de la Escuela de Enfermería.

La Escuela de Enfermería es una institución formadora de enfermeras / os para la sociedad, que promueve la salud, previene la enfermedad y mejora la calidad de vida de las personas; sus principales actividades son la docencia, la investigación y acción social, las que se ejercen desde un paradigma que permite el abordaje integral de la persona en las diferentes etapas del desarrollo.

Visión de la Escuela de Enfermería.

Escuela de prestigio nacional e internacional, con excelencia en la formación académica que brinda una enseñanza y aprendizaje basado en el conocimiento científico actualizado, mediante la implementación de nuevas tendencias tecnológicas para la transformación paradigmática que permita la construcción de una identidad profesional autónoma fundamental en los derechos humanos y en la salud como un bien invaluable para la sociedad.

Objetivos de la Escuela de Enfermería.

1. Formar profesionales en Enfermería a nivel de grado y posgrado con excelencia académica y compromiso social.
2. Integrar acciones de docencia, investigación y acción social que contribuyan a mejorar las condiciones de salud y la calidad de vida de la sociedad costarricense.
3. Desarrollar estrategias que permitan conservar el liderazgo de la Escuela de Enfermería de la Universidad de Costa Rica.
4. Contribuir al desarrollo de la disciplina de Enfermería mediante acciones de educación permanente y que favorezcan en la integración docencia y servicio.

MÓDULO DE NIÑO SANO, CLÍNICA DE NUTRICIÓN

UBICACIÓN: I CICLO, II AÑO

PORCENTAJE DE LA NOTA TOTAL 10%

PROFESOR: MSc. Marco Tulio Rojas Núñez.

I. Descripción

Los y las estudiantes adquieren conocimientos teóricos que se implementan en la práctica clínica.

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

II. Justificación

Este curso se ubica en el 4° semestre de la carrera de enfermería. En este curso se pretende establecer los lineamientos básicos para una correcta nutrición en el niño sano, de modo tal que el profesional en enfermería se sienta capacitado para atender las necesidades básicas en esta materia cuando en un momento dado, esté ante un paciente en este rango de edad.

III. Propósito El y la estudiante promueven la salud y previenen enfermedades por medio de la alimentación. Además, analizan e identifican problemas asociados con alimentación y nutrición en la población infantil en los escenarios donde realizan su práctica clínica.

IV. Introducción

Hoy día es necesario que el 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 una parte esencial de la vida, ya que 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.

MNS-00-13

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 este momento 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 planee y se dirija este, así será la respuesta y los resultados obtenidos y por ende, el logro los objetivos propuestos en el curso.

V – OBJETIVO GENERAL

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

VI- OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Promover el enfoque multidisciplinario en la promoción de la salud en la etapa de la infancia y del preescolar y escolar.
2. Identificar los conceptos básicos de nutrición, que un profesional en enfermería debe aplicar en la población infantil.
3. Reconocer la importancia de la formación de hábitos alimentarios saludables en la infancia y 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.

VII. Objetivos educativos

1. Aplicar los conocimientos de nutrición, tendiente a optimizar el estado nutricional de la niñez sana mediante la promoción de la salud y la prevención de la enfermedad
2. Promover el enfoque multidisciplinario en la promoción de la salud en la etapa de la infancia, preescolar y escolar
3. Identificar el quehacer enfermero en la prevención de enfermedades relacionadas con la nutrición para mejorar el estilo y la calidad de la vida de la población.
4. Reconocer la importancia de la formación de hábitos alimentarios saludables en la infancia y en las etapas preescolar y escolar

VIII. Áreas Temáticas

1. AREA TEMÁTICA: INTRODUCCIÓN A LA NUTRICIÓN

Unidad 1: Principios básicos de Nutrición

Contenidos

1. Conceptos generales
 - Nutrición, Alimentación, Alimento y nutrientes;
 - Alimentación Saludable

- La Educación Alimentaria Nutricional como herramienta de cambio alimentario en Costa Rica
-

Unidad 2: Nutrientes esenciales para un desarrollo y crecimiento adecuados

Contenidos

Biodisponibilidad, requerimientos, alimentos fuentes y consecuencias de su déficit o exceso

MACRONUTRIENTES

- Carbohidratos
- Proteínas
- Grasa

MICRONUTRIENTES

- Vitaminas Hidrosolubles
- Vitaminas Liposolubles
- Minerales
- Agua
- Fibra
-

2. AREA TEMÁTICA: DETERMINACIÓN DEL ESTADO NUTRICIONAL

Unidad 3: Antropometría

1. Mediciones e indicadores antropométricos. Interpretación de los datos obtenidos por medio de la curvas de crecimiento de la OMS, percentiles y porcentajes de adecuación.
2. Valoración bioquímica.
3. Valoración dietética.

3. AREA TEMÁTICA: ALIMENTACIÓN EN LA ETAPA DE LA INFANCIA

Unidad 4: Lactancia. Proceso de Ablactación. Comportamiento hacia los alimentos de los niños preescolares y escolares.

Contenidos

1. Lactancia materna: características e importancia.
2. Proceso de Alimentación complementaria.
3. Hábitos alimentarios: variedad, horarios, menús. Apetito, desarrollo de actitudes hacia el alimento. Alimentación en relación al desarrollo cognoscitivo y conducta.
4. Cosecha y alimentos de temporada.
5. Alimentación del niño Preescolar
6. Alimentación del niño Escolar
7. Loncheritas saludables.
 1. Ejemplo para una semana, de meriendas saludables para un niño preescolar
 2. Ejemplo para una semana, de meriendas saludables para un niño escolar
 3. Regulación de sodas escolares. Regulación de los menús escolares
 4. Manual para adecuar el funcionamiento de sodas escolares y colegiales en Costa Rica:
 - Objetivos

- Disposiciones generales
- Algunos de los puntos de control que se proponen en el manual
- Lineamientos para las sodas y comedores escolares.

4. AREA TEMÁTICA: NUTRICIÓN EN NIÑOS DISCAPACITADOS

Unidad 7: Recomendaciones nutricionales para niños con discapacidad

Nutrición en niños con discapacidades físicas

1. Alimentación del niño con PCI
2. Alimentación del niño con autismo
3. Alimentación del niño con S. Down
4. Alimentación de otras condiciones de discapacidad

IX – METODOLOGÍA

El curso está organizado para este semestre en dos sesiones teóricas y visitas a los centros educativos. En las sesiones teóricas se impartirán los principios básicos sobre la Nutrición para el niño sano de cero a 1 año, el preescolar y el escolar, cubriendo así los objetivos propuestos. En las sesiones prácticas, cada estudiante aplicará los conocimientos adquiridos, a un caso de estudio asignado en el módulo, del que preparará un informe escrito. Por otro lado, el alumno deberá asistir a tutorías programadas con el fin de evacuar dudas con respecto a su caso de investigación. Se pretende que este curso sea constructivista, es decir, cada sesión debe realizarse primero en casa, de modo que al llegar a la clase presencial, esta se desarrolle como repaso, con evacuación de las posibles dudas

Cada capítulo contiene actividades recomendadas y finaliza con su respectiva autoevaluación con el fin de medir la asimilación de los nuevos conocimientos que debieron ser adquiridos por los estudiantes. Con este método, se espera garantizar una mejor y más efectiva comprensión de los conceptos nutricionales transmitidos y discutidos en clase.

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.

X. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

| FECHA | TEMA |
|-------------|--|
| 10 de marzo | Presentación del programa de curso Importancia del equipo interdisciplinario. Análisis de estudio de caso. Conceptos generales de nutrición. |
| 24 de marzo | Continuación de conceptos generales de nutrición Educación Alimentaria Nutricional en Costa Rica. Asignación de trabajo de campo |
| 7 de abril | Evaluación del estado nutricional de niños de 0 a 12 años Asignación de trabajo de campo. |
| 21 de abril | La Energía en la dieta del ser humano: macronutrientes |
| 5 de mayo | Micronutrientes. Trabajo grupal |
| 19 de mayo | Hábitos alimentarios y seguridad alimentaria nutricional. |
| 2 de junio | Recomendaciones dietéticas de infantes de 0 a 6 años. Lactancia |

| | |
|--------------------|--|
| | materna y Alimentación complementaria. Alimentación del preescolar |
| 16 de junio | Alimentación del niño escolar. Loncherías o Meriendas saludables. Regulación de Sodas y Menús Escolares. Recibo de trabajos escritos sobre alimentación del niño con diferentes situaciones de discapacidad. |
| 30 de junio | Examen final |
| 7 de julio | Presentación de instrucción clínica |
| 14 de julio | Entrega de promedios |

X. Evaluación

La evaluación del curso queda distribuida de la siguiente manera:

1. Presentación y discusión de actividades recomendadas en cada Área temática: 35 %
2. Presentación escrita del caso: 30 %
3. Informe oral y escrito de la participación en las visitas a los centros educativos 10 %
4. Examen corto: 25 %

VI. BIBLIOGRAFÍA.

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**. 2º edición. España. Editorial Interamericana.

Mahan L. Y Escott – Stump S. (1998). **Nutrición y Dietoterapia**. 9º edición. Editorial Mc Graw – Hill Interamericana S.A. de C.V. México, D.F.

Muñoz, L. Y Murillo, S. (1995). Guías alimentarias. 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**. 4º edición. Editorial West Publishing Company. New York. Unión Estate.

Reconstruyendo la pirámide nutricional. Walter Willerd. Nutrición y Salud. 2004

Direcciones de Internet:

www.nutricionysalud.com

www.buenasalud.com

www.grupoaulamedica.com/aula/nutricion

www.vidasaludable.com

www.enfermería.com

Revistas en Nutrición y Alimentación

- American Journal of Clinical Nutrition – Official Journal of the American Society for Clinical Nutrition
<http://www.ajcn.org>(abst)
- Annals of Nutrition & Metabolism – Official Journal of the federation of European Nutrition Societies (FENS)(abst)
<http://www.karger.com/journals/anm/>
- Annual Review of Nutrition (abst)
<http://intl-nutr.AnnualReviews.org/current.shtml>
- Bad Bug Book - Foodborne Pathogenic Microorganisms and Natural Toxins (Handbook- us Food and Drug Administration (FDA) (FT)
<http://vm.cfsan.fda.gov/~mow/intro.html>
- British Journal of Nutrition (PC)
http://nutrition.cabweb.org/BJN/bjn_home.asp
- Clinical Nutrition (abst)
<http://www.harcourt-international.com/journals/clnu/latest.cfm>
- Journal of the American College of Nutrition (abst)
<http://www.am-coll-nutr.org/jacn/jacn.htm>
- Journal of Nutrition (abst)
<http://www.nutrition.org/>
- Journal of Nutritional Biochemistry (TC)
<http://www.elsevier.nl/inca/publications/store/5/2/5/0/1/3/>
- Nutrition Reviews (abst)
<http://www.ilsj.org/publications/>

NUTRICIÓN ENTERAL Y PARENTERAL

<http://www.nadya-senpe.com/nadya-senpe/elementos/anexo2.pdf>

like:<http://www.nadya-senpe.com/nadya-senpe/elementos/manualn.pdf>

binas@ns.binasss.sa.cr

TÍTULOS DE REVISTAS

Revista médica. Hospital nacional de niños, Costa Rica

Food and agriculture

American dietetic association

Journal of the American Dietetic Association

American Journal of Clinical Nutrition

Nutrición clínica

Revista Mexicana de Pediatría

Acta pediátrica mexicana

Revista Chilena de nutrición

Revista de Salud Pública de México

Pediatrika

Revista Ciencia pediátrica

Revista de endocrinología y nutrición de México