

#### Misión de la Escuela de Enfermería.

La Escuela es pionera en la formación de profesionales en Enfermería con una perspectiva humanista, con responsabilidad y compromiso en el proceso de la construcción de la salud de la sociedad costarricense, en las diferentes etapas del desarrollo humano, a partir de la docencia, la investigación y la acción social para promover y generar la calidad de vida en escala individual y colectiva de la población del país.

#### Visión de la Escuela de Enfermería.

La Escuela de Enfermería aspira a mantener el liderazgo, en los ámbitos nacional e internacional, en la formación del talento humano con base en el conocimiento y la evidencia científica actualizada en la salud, mediante el diálogo libre y reflexivo. Su pretensión es que este diálogo contribuya con el mejoramiento de la salud de las personas y de la colectividad.

#### Propósito:

Formar profesionales en Enfermería con capacidad crítica, analítica y comprometida con el mejoramiento de la salud de las personas y de la colectividad para contribuir con el desarrollo de la sociedad.

1. Formar profesionales en Enfermería con excelencia académica y compromiso social para brindar cuidados de calidad y calidez.
2. Integrar acciones de docencia, investigación y acción social que contribuyan a mejorar las condiciones de salud de las personas y la colectividad.
3. Crear estrategias innovadoras en docencia 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 la investigación que favorezca el pensamiento enfermero.
5. Desarrollar la docencia en Enfermería a través de la educación permanente y la integración docencia servicio.
6. Promover la autoevaluación para favorecer el proceso de mejoramiento continuo de la calidad de la gestión académica.

Favorecer el cuidado de las personas a partir de una cultura ambiental.

## MÓDULO DE NIÑO SANO, CLÍNICA DE NUTRICIÓN

EE-0221. Intervención de la Enfermería con la Niñez Sana.

**UBICACIÓN: II CICLO, II AÑO. 2017.**

**PORCENTAJE DE LA NOTA TOTAL 10%**

**PROFESOR: MSc. Alice Sancho Ramírez.**

### 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.

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 éstas 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 planea y se dirige este, así será la respuesta y los resultados obtenidos y por ende, el logro los objetivos propuestos en el curso.

## **V. OBJETIVO GENERAL**

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

## **VI. OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

1. Promover el enfoque multidisciplinario en la promoción de la salud y prevención de la enfermedad en la etapa de infancia, preescolar y escolar.
2. Identificar los conceptos básicos de nutrición, que un profesional en enfermería debe aplicar en la población infantil.
3. Comprender la importancia de la lactancia materna en la salud del infante.
4. Identificar el proceso de implementación de la alimentación complementaria.
5. Reconocer la importancia de la formación de hábitos alimentarios saludables en la infancia y en la etapa preescolar y escolar.
6. Analizar las herramientas de valoración nutricional disponibles y la interpretación de sus resultados.
7. Conocer las pautas para creación de meriendas saludables para niños con base en las reglamentaciones costarricenses vigentes.
8. Analizar las listas de alimentos que pueden recomendarse según temporadas de cosecha.
9. Introducir las condiciones del espectro autista en su relación con la nutrición.
10. Conocer el concepto de seguridad alimentaria y nutricional y su importancia para el profesional en enfermería.
11. Relacionar el cumplimiento de la alimentación adecuada en la población blanco, con un estado nutricional adecuado y su contribución 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 a lo largo del módulo.

---

## VIII. Áreas Temáticas

### 1. AREA TEMÁTICA: INTRODUCCIÓN A LA NUTRICIÓN

#### Unidad 1: Principios básicos de Nutrición

##### Contenidos

1. Conceptos generales
  - Alimento y nutrientes; dieta variada y balanceada.
  - Sistemas de clasificación de alimentos.
  - Macro y micronutrientes: ( conceptos y fuentes)

#### Unidad 2: Nutrientes esenciales para un desarrollo y crecimiento adecuados

##### Contenidos

Guías Alimentarias: Nutrientes esenciales para un desarrollo y crecimiento adecuados

**MACRONUTRIENTES:** Carbohidratos, Proteínas y Grasa.

**MICRONUTRIENTES:** Vitaminas, Minerales, Agua y Fibra.

### 2. AREA TEMÁTICA: ANTROPOMETRÍA

#### Unidad 3: Talleres de antropometría.

1. Toma de medidas corporales desde el nacimiento hasta los 12 años de edad.
2. Interpretación de los datos obtenidos por medio de la curvas de la CCSS, OMS, CDC, revisión de conceptos de puntajes Z.

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

#### Unidad 4: Lactancia. Proceso de Alimentación Complementaria. Hábitos alimentarios saludables: Comportamiento hacia los alimentos de los niños preescolares y escolares.

##### Contenidos

1. Lactancia materna: características e importancia.
2. Proceso de introducción de alimentación complementaria.
3. Hábitos alimentarios: variedad, horarios, menús. Apetito, desarrollo de actitudes hacia el alimento. Alimentación en relación al desarrollo cognoscitivo y conducta.

#### Unidad 5: Meriendas saludables. Regulación de sodas escolares. Regulación de los menús escolares

1. Meriendas escolares saludables.
2. Cosecha y alimentos de temporada.
3. Ejemplo de meriendas para niño preescolar y escolar.
4. Reglamento vigente de sodas escolares en Costa Rica: análisis, alcance y aplicación.

#### Unidad 6: Obesidad y Bajo peso en la infancia. Hábitos alimentarios. Ejercicio físico

1. Influencias externas
2. La influencia de sus compañeros
3. Los horarios
4. La familia
5. Algunos hábitos inadecuados comunes
6. Estrategias sugeridas
7. Técnicas adecuadas a su edad

8. Menús variados

### **Diagnóstico del estado nutricional**

1. Determinación del Estado Nutricional
2. Historia familiar
3. Consecuencias de las deficiencias y excesos en la alimentación

## **4. AREA TEMÁTICA: NUTRICIÓN EN NIÑOS CON DISCAPACIDADES**

### **Unidad 7: Recomendaciones nutricionales para niños con discapacidad**

#### **Nutrición en niños con discapacidades físicas**

1. Recomendaciones nutricionales en niños con discapacidades varias, entre ellas espectro autista.

## **IX. METODOLOGÍA**

El curso está organizado en sesiones teórico- prácticas los días miércoles de 3:00pm a 5:00pm; además de acompañamiento a los centros de práctica en diversidad de ocasiones que se consideren pertinentes para la consecución de los objetivos. En las sesiones de día miércoles se analizarán y discutirán los principios básicos sobre la nutrición para el niño sano desde su nacimiento a los 2 años de edad, así como niño en etapa preescolar y el escolar, cubriendo así los objetivos propuestos; las clases serán participativas, dinámicas y contarán con el uso de diversas herramientas que permitan que el aprendizaje se garantice de manera más efectiva y adecuada. En las sesiones prácticas, cada estudiante aplicará los conocimientos adquiridos y adquirirá destrezas para su crecimiento profesional, los resultados de éstas prácticas serán evaluados mediante la realización de actividades probatorias.

Los materiales y guías de trabajo del curso se estarán colocando en el aula virtual, la clínica de nutrición además brinda el espacio para horas de consulta que se brindarán de manera virtual en horario conveniente a profesor y estudiante, para la aclaración de dudas y reforzamiento de temáticas espacio que se recomienda aprovechar para el mejor avance en la clínica.

Al finalizar el curso se aplicará un examen final práctico como retroalimentación de la totalidad de temas del módulo. 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. Evaluación**

La evaluación del curso equivale a un 10% de la nota final del módulo y queda distribuida de la siguiente manera:

<b>Descripción</b>	<b>Porcentaje</b>
Foro Lactancia materna (individual)	1%
Realización de un video tutorial de toma de medidas antropométricas (grupal)	2%
Elaboración de material educativo y actividad para Feria de la Salud (grupal)	2%
Presentación y valoración de caso captado (grupal, asignado según primera rotación)	3%
Examen final práctico	2%
<b>Total</b>	<b>10%</b>

## XI. Cronograma de la Clínica en Nutrición.

<b>CRONOGRAMA</b>		
<b>FECHA</b>	<b>TEMA</b>	<b>RESPONSABLE</b>
09 AGOSTO	Lectura y revisión del programa del curso. Principios básicos de Alimentación Saludable.	Docente Alice Sancho R y Estudiantes
16 AGOSTO	Taller de Antropometría.	
23 AGOSTO	Interpretación de los datos obtenidos por medio de la curvas con respecto al análisis de puntajes Z y uso de software. Análisis de casos.	
30 AGOSTO	Aspectos básicos Espectro Autista y Nutrición. <b>Entrega de videotutorial y revisión.</b>	
06 SETIEMBRE	Lactancia materna: características e importancia, entre otros. <b>Participación en el foro</b>	
13 SETIEMBRE	Alimentación Complementaria.	
20 SETIEMBRE	Recomendaciones alimentarias en menores de 2 años.	
27 SETIEMBRE	Recomendaciones alimentarias en niño preescolar y escolar.	
04 OCTUBRE	Lineamientos para las sodas y comedores escolares Etiquetado nutricional.	
11 OCTUBRE	Meriendas escolares saludables.	
18 OCTUBRE	Actividad física en niños.	
25 OCTUBRE	Cosecha y alimentos de temporada. Seguridad alimentaria y nutricional.	
01 NOVIEMBRE	<b>Trabajo en temas de Feria de la Salud</b>	
08 NOVIEMBRE	Continuación de tema a reforzar	
15 NOVIEMBRE	<b>Presentación de casos y retroalimentación. Mesa redonda.</b>	
22 NOVIEMBRE	<b>EXAMEN FINAL</b>	
29 NOVIEMBRE	Reposición de actividades necesarias	
06 DICIEMBRE	<b>ENTREGA DE PROMEDIOS</b>	

## **XII. Normas del Curso**

La clínica en nutrición al estar dentro del módulo de niño sano comparte las normas descritas en el programa curricular del curso.

- El Módulo EE-0221 Intervención de la Enfermería con la Niñez Sana se rige de acuerdo a las disposiciones de los Reglamentos de Orden y Disciplina y Evaluación y Régimen Académico de la Universidad de Costa Rica, además el estudiante deberá cumplir con la normativa de la institución donde realice su práctica clínica.
- Los estudiantes se registrarán por el reglamento de Campos Clínicos y por el Reglamento Interno de la institución a la que asistan.
- La ausencia injustificada de dos días a las actividades de la clínica implica la pérdida del curso.
- Se considera llegada tardía presentarse 15 minutos después de la hora de ingreso, una vez transcurrido este tiempo se considera ausencia y el o la docente está en la obligación de retirar al estudiante del campo clínico.
- Toda ausencia por enfermedad a práctica clínica o teoría debe ser justificada por un certificado médico extendido por la oficina de Bienestar y Salud de la UCR o por la CCSS.
- En caso de ausencia por otros motivos, el o la estudiante puede procurar justificación con documentos probatorios.
- Los y las estudiantes se deben presentar a los campos clínicos con el uniforme estipulado por la Escuela de Enfermería y su debida identificación (gafete). El estudiantado que incumpla en el uso adecuado del uniforme, debe retirarse del mismo y se computará como ausencia injustificada.
- La condición de salud del estudiante no debe interferir con la calidad de la atención de enfermería que se brinda a los usuarios. En caso de presentar algún problema de salud el estudiantado debe velar por su resolución y comunicarse con él o la profesora para determinar la conveniencia o no de permanecer en el campo clínico, lo que implicara una ausencia justificada.
- Se considera que las tardías tienen el carácter de ser acumulativas, tres llegadas tardías suman una ausencia injustificada.
- Se realizará control de asistencia, él o la estudiante que está ausente al momento de pasar lista o no firma quedará ausente.
- La no presentación de trabajos escritos, reportes orales, pruebas cortas y otras asignaciones en los cursos teóricos, teórico-prácticos y clínicos en la fecha y hora señalada sin justificación, implica que él o la estudiante obtengan nota cero.
- El y la estudiante al finalizar cada una de las prácticas en los diferentes escenarios, debe de completar su bitácora de procedimientos.
- A la hora de realizar los exámenes o cualquier otra prueba y cuando está atendiendo a las personas, el estudiantado no podrá utilizar equipos electrónicos, se incluyen teléfonos, agendas electrónicas, computadoras u otro artefacto. Así mismo, durante la lección se restringe el uso de dispositivos electrónicos a situaciones en que el docente así lo solicite; en caso de situación de emergencia que amerite que el estudiante use a libertad su teléfono celular él mismo debe informar al docente previo al inicio de las actividades lectivas para obtener el permiso.
- Cualquier situación de disconformidad, deberá ser planteado según el orden jerárquico.

---

### XIII. BIBLIOGRAFÍA

#### Libros y Artículos científicos

- Caja Costarricense de Seguro Social – MEP – Ministerio de Educación Pública. Carné de desarrollo integral del niño y la niña. Costa Rica; c2016.
- Castillo A, Chinnock A. Diario de consumo de alimentos para preescolares. Ilustraciones de porciones de alimentos y preparaciones. 1era ed. Costa Rica: Editorial UCR; c2006.
- Castillo A, Chinnock A. Diario de consumo de alimentos para preescolares. Instrumento para el registro de información. 1era ed. Costa Rica: Editorial UCR; c2006.
- Cervera P, Clapés J Y Rigolfas R. Alimentación y Dietoterapia. 4a Edición. España: Editorial Mc Graw Hill Interamericana; c2004.
- Chacón A. Percepción de alimentos en el primer lustro de la vida: aspectos innatos, causalidad y modificaciones derivadas de la experiencia alimentaria. Revista Electrónica Actualidades Investigativas en Educación, 11(3), 1409-4703. Recuperado de, [http://revista.inie.ucr.ac.cr/uploads/tx\\_magazine/perpeccion-alimentos-primer-lustro-vida-chacon.pdf](http://revista.inie.ucr.ac.cr/uploads/tx_magazine/perpeccion-alimentos-primer-lustro-vida-chacon.pdf); c2011.
- Comisión Intersectorial de Guías Alimentarias (CIGA), Ministerio de Salud. Guías Alimentarias para Costa Rica. Costa Rica: Caja Costarricense del Seguro Social; c2010.
- Escolano E. El cerebro materno y sus implicaciones en el desarrollo humano. Revista de Neurología, 56(2), 101-108. Recuperado de, <http://www.neurologia.com/pdf/Web/5602/bh020101.pdf>; c2013.
- Escott S, Mahan L, Raymond, J. Krause Dietoterapia. 13va ed. España: Editorial Elsevier; c2013.
- Escuela de Nutrición, Universidad de Costa Rica. Recetas para meriendas saludables. Costa Rica: Editorial UCR; s.f.
- European Food Information Council. Cómo se desarrollan las preferencias gustativas. Recuperado de <http://www.eufic.org/article/es/artid/desarrollan-preferencias-gustativas>; c2011.
- FAO/OMS/UNO. Human energy requirements. Recuperado de <http://www.fao.org/3/a-y5686e.pdf>; c2001.
- FAO/OMS/UNU. Necesidades de energía y de proteínas. Recuperado de: [http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/40157/1/WHO\\_TRS\\_724\\_\(part1\)\\_spa.pdf](http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/40157/1/WHO_TRS_724_(part1)_spa.pdf); 1985.
- Gibson R. Principles of Nutritional Assesment. New York: Oxford University Press, Inc.; 2005.
- Greydanus D, Feinberg A, Patel D, Homnick D. Examinación Diagnóstica Pediátrica. México, D. F: The McGraw-Hill Companies, Inc.;2009.
- La Red de Información, Comunicación y Educación Alimentaria y Nutricional para América Latina y el Caribe. ICEAN en los primeros 1000 días de vida. Recuperado de <http://www.fao.org/red-icean/temas/los-primeros-1000-dias-de-vida/es/>; c2013.
- LINCA. Nutrición en tratamientos biomédicos para trastornos del desarrollo, de la atención y autismo. Costa Rica; c2014.

- Ministerio de Educación Pública. Reglamento de sodas escolares. Disponible en <http://www.mep.go.cr/sites/default/files/page/adjuntos/reglamento-vigente-2013.pdf>
- Ministerio de Salud. Política Nacional para la Seguridad Alimentaria y Nutricional 2011-2021. 1era ed. San José, Costa Rica: El Ministerio. Recuperado de <https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/biblioteca-de-archivos/sobre-el-ministerio/politcas-y-planes-en-salud/politicas-en-salud/1106-politica-nacional-de-seguridad-alimentaria-y-nutricional-2011-2021/file>; c2011.
- Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura y la Organización Panamericana de la Salud Santiago. Panorama de la seguridad alimentaria y nutricional Sistemas alimentarios sostenibles para poner fin al hambre y la malnutrición. 2016 Publicado por: la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura y la Organización Panamericana de la Salud. Disponible en <http://www.fao.org/3/a-i6747s.pdf>. Santiago; 2017.
- Rubio L, Torrero C, Regalado M Y Salas M. Desarrollo a la discriminación de los sabores. Revista de Neurobiología 4(7), Recuperado de <http://www.uv.mx/eneurobiologia/vols/2013/7/LRubio/HTML.html>; c2013.
- Schmidt G. Dietas y nutrición en Niños con Enfermedades Neurológicas Prevalentes. Revista Médica Hondureña, 82(2), 1-108. Recuperado de <http://www.bvs.hn/RMH/pdf/2014/pdf/Vol82-S2-2014.pdf#page=80>; c2014.
- Stolzer J. Breastfeeding and obesity: a meta-analysis. Open Journal of Preventive Medicine, 1(03), 88–93. doi.org/10.4236/ojpm.2011.13013; c2011.
- Tapia M. Determinando las preferencias alimentarias en la edad pediátrica: Importancia de la inclusión de frutas y hortalizas. Archivos Venezolanos de Puericultura Y Pediatría, 76(2), 47–48. Recuperado de [http://www.scielo.org.ve/scielo.php?pid=S0004-06492013000200001&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.ve/scielo.php?pid=S0004-06492013000200001&script=sci_arttext); c2013.
- Texas Children's Hospital. Pediatric Nutrition Reference Guide. 10th ed. Estados Unidos: Editorial Texas Children's Hospital; c2014.

#### **Direcciones de Internet:**

- Linca: <http://www.linca.org/home.html>
- Ministerio de Salud: <http://www.ministeriodesalud.go.cr>
- [https://www.ministeriodesalud.go.cr/gestores\\_en\\_salud/guiasalimentarias/guia\\_alimentarias\\_2011\\_completo.pdf](https://www.ministeriodesalud.go.cr/gestores_en_salud/guiasalimentarias/guia_alimentarias_2011_completo.pdf)
- <https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/comisiones/lactancia-materna>
- <http://www.who.int/dietphysicalactivity/publications/es/>
- <http://www.who.int/childgrowth/standards/en/>
- software: <http://www.who.int/childgrowth/software/en/>
- Alimentación con Sentido - Menús y recetas saludables: <http://obsups.wixsite.com/ups-obs/menues-y-recetas>
- <https://revistas.ucr.ac.cr>
- <https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/psm>
- <http://www.mep.go.cr/sites/default/files/page/adjuntos/informe-ejecutivo-censo-escolar-peso-cortofinal.pdf>

- 
- <http://www.mep.go.cr/sites/default/files/page/adjuntos/resultados-censo-escolar-peso-talla-2016.pdf>
  - <http://www.mep.go.cr/sites/default/files/page/adjuntos/reglamento-vigente-2013.pdf>
  - <https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/comisiones/guias-alimentarias-ciga>
  - <http://www.incap.int/ciipec/index.php/es/publicaciones/documentos-tecnicos>
  - <http://www.fao.org/3/a-i5528s.pdf>
  - [https://www.unicef.org/argentina/spanish/Salud\\_U-InformeObesidad2016ok.pdf](https://www.unicef.org/argentina/spanish/Salud_U-InformeObesidad2016ok.pdf)
  - [https://www.nutrinfo.com/libros\\_articulos\\_sitios\\_guias\\_consensos\\_nutricion.php?tipoNoticia=Libros%20Digitales](https://www.nutrinfo.com/libros_articulos_sitios_guias_consensos_nutricion.php?tipoNoticia=Libros%20Digitales)
  - <http://nutricionparavivirmejor.ucr.ac.cr/?q=publicaciones>
  - <http://www.pima.go.cr/>
  - <http://www.clubaulamedica.com/>

### Revistas en Nutrición y Alimentación

- American Academy of Pediatrics  
<https://www.aap.org/en-us/Pages/Default.aspx>
- American Journal of Clinical Nutrition – Official Journal of the American Society for Clinical Nutrition  
<http://www.ajcn.org>
- Annals of Nutrition & Metabolism – Official Journal of the federation of European Nutrition Societies (FENS)  
<http://www.karger.com/journals/anm/>
- British Journal of Nutrition  
<https://www.nutrition-society.org/publications/british-journal-nutrition>
- Clinical Nutrition  
<http://www.clinicalnutritionjournal.com/>
- Journal of the American College of Nutrition  
<http://www.americancollegeofnutrition.org/content/the-journal>
- Journal of Nutrition  
<http://www.nutrition.org/>
- Journal of Nutritional Biochemistry  
<https://www.journals.elsevier.com/the-journal-of-nutritional-biochemistry>
- Nutrition Reviews  
<http://www.ilsa.org/publications/>