



Guía Docente				
Datos Identificativos				2021/22
Asignatura (*)	Nutrición e Calidade de Vida		Código	653862307s
Titulación	Máster Universitario en Asistencia e Investigación Sanitaria (semipresencial)			
Descritores				
Ciclo	Período	Curso	Tipo	Créditos
Mestrado Oficial	1º cuatrimestre	Primeiro	Optativa	3
Idioma				
Modalidade docente	Presencial			
Prerrequisitos				
Departamento	Fisioterapia, Medicina e Ciencias Biomédicas			
Coordinación	Cordido Carballido, Fernando		Correo electrónico	fernando.cordido@udc.es
Profesorado	Cordido Carballido, Fernando Núñez Pérez, Antonio		Correo electrónico	fernando.cordido@udc.es a.nunez@udc.es
Web				
Descrición xeral				
Plan de continxencia				

Competencias do título	
Código	Competencias do título
A1	Adquirir la capacidad para elegir y aplicar las metodologías de investigación más adecuadas a la investigación planteada
A2	Desarrollar la capacidad para el diseño experimental y el completo desarrollo de proyectos de investigación en el ámbito sanitario, desde la formulación de la hipótesis de investigación hasta la comunicación de los resultados
A3	Adquirir un sentido ético de la investigación sanitaria
A4	Obtener un sustrato teórico suficiente para comprender el entorno clínico de aplicación de las técnicas de investigación
A5	Adquirir el conocimiento de la realidad investigadora en un ámbito concreto de las ciencias de la salud
B1	Ser capaz de aplicar el método científico en la planificación y el desarrollo de la investigación sanitaria
B2	Tener fluidez y propiedad en la comunicación científica oral y escrita
B3	Adquirir el compromiso por la calidad del desarrollo de la actividad investigadora
B4	Desarrollar la capacidad de análisis y de síntesis
B5	Obtener la habilidad para manejar distintas fuentes de información
B6	Ser capaz de trabajar de forma colaborativa en equipos multi e interdisciplinar
B7	Desarrollar la capacidad de establecer una relación de empatía con los sujetos implicados en el desarrollo de la actividad investigadora
B10	CB8 Que los estudiantes sean capaces de integrar conocimientos y enfrentarse a la complejidad de formular juicios a partir de una información que, siendo incompleta o limitada, incluya reflexiones sobre las responsabilidades sociales y éticas vinculadas a la aplicación de sus conocimientos y juicios
B11	CB9 Que los estudiantes sepan comunicar sus conclusiones y los conocimientos y razones últimas que las sustentan a públicos especializados y no especializados de un modo claro y sin ambigüedades
B12	CB10 Que los estudiantes posean las habilidades de aprendizaje que les permitan continuar estudiando de un modo que habrá de ser en gran medida autodirigido o autónomo
C1	Expresarme correctamente, tanto de forma oral como escrita, en las lenguas oficiales de la comunidad autónoma
C2	Dominar la expresión y la comprensión de forma oral y escrita de un idioma extranjero
C3	Utilizar las herramientas básicas de las tecnologías de la información y las comunicaciones (TIC) necesarias para el ejercicio de su profesión y para el aprendizaje a lo largo de su vida
C4	Desarrollarse para el ejercicio de una ciudadanía respetuosa con la cultura democrática, los derechos humanos y la perspectiva de género
C5	Entender la importancia de la cultura emprendedora y conocer los medios al alcance de las personas emprendedoras
C6	Adquirir habilidades para la vida y hábitos, rutinas y estilos de vida saludables
C7	Desarrollar la capacidad de trabajar en equipos interdisciplinarios o transdisciplinarios, para ofrecer propuestas que contribuyan a un desarrollo sostenible ambiental, económico, político y social



C8	Valorar la importancia que tiene la investigación , la innovación y el desarrollo tecnológico en el avance socioeconómico y cultural de la sociedad
----	---

Resultados da aprendizaxe			
Resultados de aprendizaxe	Competencias do título		
Conocer y aplicar los principios generales de nutrición para la calidad de vida,	AI1 AI2 AI4 AI5		C11 C12 C13 C14 C15 C16 C17 C18
Aplicar técnicas de investigación en nutrición	AI3	B11 B12 B13 B14 B15 B16 B17 B110 B111 B112	

Contidos	
Temas	Subtemas



## CONTENIDOS TEÓRICOS:

1. Fundamentos de Endocrinología y Nutrición
2. Endocrinología y Nutrición. Cambios hormonales en las alteraciones nutricionales.
3. Los Nutrientes.
4. Los Alimentos.
5. Regulación de la ingesta de comida y peso corporal.
6. La Dieta equilibrada en el adulto sano.
7. La Dieta en el envejecimiento.
8. La Obesidad. Concepto y Complicaciones.
9. La Obesidad. Fisiopatología
10. Tratamiento de la Obesidad.
11. Evolución de los hábitos alimentarios. Factores socioculturales..
12. Estudios Epidemiológicos en los trastornos de la conducta alimentaria.
13. Trastornos de la conducta alimentaria. Características y clasificación
14. Imagen corporal e identidad de género en los trastornos de la conducta alimentaria.
15. Personalidad y familia en los trastornos de la conducta alimentaria.
16. Intervenciones preventivas y estrategias terapéuticas en los trastornos de la conducta alimentaria.

## CONTENIDOS PRÁCTICOS:

1. Nutrición para Terapia Ocupacional. Dudas específicas.
2. Nutrición para Enfermería. Dudas específicas.

## CONTENIDOS TEÓRICOS:

### 1. FUNDAMENTOS DE ENDOCRINOLOXÍA E NUTRICIÓN

El hipotálamo como glándula endocrina. Fisiopatoloxía hipotalámica. Enfermidades hipotalámicas. Neurohipófisis.. Enfermidades da neurohipófisis. Adenohipófisis. Enfermidades da adenohipófisis. O hipopituitarismo. A acromegalia. Mecanismo de biosíntese, almacenamento e liberación de hormonas tiroideas. Enfermidades tiroideas. Cortiza adrenal: biosíntese de hormonas adrenocorticales Enfermidades das glándulas suprarrenais. Síndrome de Cushing. Insuficiencia suprarrenal. Organización celular dos illotes de Langerhans. Regulación da secreción de glucagón. Insulina: biosíntese, secreción e metabolismo. Regulación da secreción de insulina. Enfermidades do páncreas endocrino. Diabetes mellitus. Introducción xeral ao metabolismo do calcio. Enfermidades metabólicas óseas. Enfermidades paratiroides. O Hiperparatiroidismo. O hipoparatiroidismo. A Osteoporosis. Control hormonal da reprodución no home. Os hipogonadismos masculinos. Control hormonal da reprodución na muller. Enfermidades endocrinas do ovario.

### 2. ENDOCRINOLOXÍA E NUTRICIÓN. CAMBIOS HORMONALES NAS ALTERACIONES NUTRICIONAIS.

Las enfermidades endocrinas como mecanismos causales de la obesidad. Cambios hormonales secundarios a la ganancia de peso. Alteraciones hormonales secundarias a la obesidad. El hiperinsulinismo y la resistencia a la insulian. La leptina. La ghrelina. Alteración de la secreción de GH en la obesidad

### 3. OS NUTRIENTES.

Os macronutrientes. Necesidades de macronutrientes. Os carbohidratos. Función dos carbohidratos. Inxesta recomendada. Fontes alimentarias de carbohidratos. Problemas relacionados co consumo de carbohidratos. Os Lípidos. Función dietéticas das graxas. Inxesta recomendada. Fontes alimentarias dos lípidos. Problemas relacionados co consumo de lípidos. Las Proteínas. Os aminoácidos. Clasificación das proteínas. Función biolóxica das proteínas. Inxesta recomendada. Fontes alimentarias de proteínas. Problemas relacionados co consumo de proteínas. A auga. Necesidades de agua. Fontes alimentarias de agua. Balance hídrico. Problemas relacionados co consumo de agua. Os minerais e as vitaminas. Importancia dos elementos minerais en nutrición. Calcio e fósforo. Ferro. Iodo. Flúor. Outros macroelementos esenciais: sodio, potasio, cloro, magnesio, xofre. Outros microelementos esenciais: manganeso, molibdeno, cobre, cobalto, cinc, selenio, cromo. As vitaminas: Características xerais e Clasificación. Vitaminas liposolubles: vitaminas A, D, E e K. Vitaminas hidrosolubles: tiamina, riboflavina, piridoxina, niacina, ácido fólico, vitamina B12, ácido pantoténico, biotina e vitamina C.

### 4. OS ALIMENTOS.

Concepto e clasificación dos alimentos. Concepto de alimento. Clasificación dos alimentos. Grupo de alimentos lácteos. Grupo de alimentos. Carne, pescado e ovos. Grupo de alimentos: cereais, tubérculos e legumes. Grupo de alimentos: froitas e verduras. Grupo de alimentos graxos. Grupo de alimentos: miscelánea, la fibra vexetal

### 5. REGULACIÓN DA INXESTA DE COMIDA E O PESO CORPORAL.



Fame e Saciedade. Regulación da inxesta de comida e peso corporal. Regulación do gasto enerxético e os seus efectos sobre o control do peso corporal. Papel da leptina. Papel da ghrelina. Control hipotalámico.

## 6. A DIETA EQUILIBRADA NO ADULTO SANO.

Necesidades enerxéticas. Formas de obtención de enerxía por parte dos organismos. Funcións da enerxía nos organismos. Metabolismo enerxético do home. Necesidades enerxéticas do home. Balance enerxético do home e a súa regulación. Control hormonal do metabolismo enerxético. Necesidades de macronutrientes. Necesidades de micronutrientes. Concepto de dieta sana. La dieta mediterránea.

## 7. A DIETA NO ENVELLECIMIENTO.

Endocrinoloxía do Envellecemento. Modificacións hormonais co envellecemento. Fisiopatoloxía endocrinolóxica no envellecemento. Fisiopatoloxía tiroidea no envellecemento. Fisiopatoloxía do páncreas endocrino no envellecemento. Fisiopatoloxía gonadal no envellecemento. Andropausia. Menopausia. Necesidades energéticas en el envejecimiento. Necesidades de macronutrientes y micronutrientes en el envejecimiento. El déficit de vitamina D.

## 8. A OBESIDADE. CONCEPTO Y COMPLICACIONES.

A Obesidade. Concepto de sobrepeso e obesidade. Diagnóstico e clasificación da Obesidade. Complicacións da Obesidade. Alteracións hormonais na obesidade.

## 9. A OBESIDAD. FISIOPATOLOGÍA

Balance energético na obesidade. Xenética da obesidade. Factores ambientais como causa da obesidade. Causas secundarias de obesidade.

## 10. TRATAMIENTO DA OBESIDAD.

Tratamento da Obesidade Principios xerais do tratamento da obesidade. O tratamento da obesidade con dieta. O exercicio. O tratamento da obesidade con psicoterapia. O tratamento da obesidade con cirurxía. Conceptos erróneos no tratamento da obesidade.

## 11- EVOLUCIÓN de HABITOS ALIMENTARIOS. FACTORES SOCIOCULTURALES.

EL cuerpo en el contexto sociocultural de las sociedades occidentales. Presiones socioculturales sobre el peso. Aspectos transculturales de los hábitos alimentarios. Influencia de las relaciones interpersonales. Internalización del ideal de delgadez. Conclusiones.

## 12. ESTUDIOS EPIDEMIOLOGICOS EN TRASTORNOS de la CONDUCTA ALIMENTARIA. REVISIÓN.

Prevalencia de los TCA. Incidencia de los TCA. Comorbilidad general de los TCA con diferentes trastornos mentales y de personalidad. Evaluación psicométrica. Factores de riesgo en adolescencia. El papel de la pubertad. EL sobrepeso y la obesidad. Conclusiones.

## 13. TRASTORNOS de la CONDUCTA ALIMENTARIA. CARACTERISTICAS Y CLASIFICACIÓN.

Aspectos fisiopatológicos. Alteraciones moleculares. Bases psicopatológicas. Diagnóstico: trastornos evitativos, trastornos restrictivos y trastornos mixtos. Tipos de



Trastornos de la Conducta Alimentaria: Anorexia Nerviosa, Bulimia Nerviosa, Trastorno alimentario no específico (TANE), Trastorno por Atracón, Obesidad (aspectos psicopatológicos). Conclusiones.

#### 14. IMAGEN CORPORAL e IDENTIDAD DE GÉNERO en los TRAST. de la CONDUCTA ALIMENTARIA.

Teorías socioculturales del trastorno de la imagen corporal. El desarrollo físico y el reforzamiento social. Los medios de comunicación y la cultura de la imagen. El modelaje, los patrones estéticos y los trastornos alimentarios. Diferencias de género en torno a las actitudes corporales. Feminidad y trastornos de la conducta alimentaria. Perfeccionismo e insatisfacción corporal. Culto narcisista al cuerpo y cuerpo intervenido. Conclusiones.

#### 15. PERSONALIDAD y FAMILIA en los TRASTORNOS de la CONDUCTA ALIMENTARIA.

Comorbilidad específica de los TCA con los trastornos de personalidad. Insatisfacción con la imagen externa. Baja autoestima y afecto negativo. Internalización del ideal de delgadez. Dinámica familiar y vínculo en los TCA. Evaluación de las características del funcionamiento familiar. Conclusiones.

#### 16. INTERVENCIONES PREVENTIVAS Y ESTRATEGIAS TERAPEÚTICAS EN TRAST. de la CONDUCTA ALIMENTARIA.

Complicaciones y comorbilidad (somática y psicológica). Tratamiento psicofarmacológico. Tratamiento psicoterapéutico. Tratamiento interdisciplinario. Programas multicomponentes en población adolescente. Estrategias preventivas y de Educación para la salud en TCA. Futuro de los TCA.

#### CONTENIDOS PRÁCTICOS:

##### 1. NUTRICIÓN PARA TERAPIA OCUPACIONAL. DUDAS ESPECÍFICAS.

Concepto de Terapia ocupacional. Relación entre Nutrición e Terapia Ocupacional. Papel da Terapia Ocupacional na Obesidade. Función de la Terapia Ocupacional en los TCA. Dudas específicas planteadas por o alumno

##### 2. NUTRICIÓN PARA ENFERMERÍA. DUDAS ESPECÍFICAS.

Concepto de Enfermería. Relación entre Nutrición e Enfermería. Papel da Enfermería na Obesidade. Función de la Enfermería en los TCA. Dudas específicas planteadas por o alumno.



Planificación				
Metodoloxías / probas	Competencias	Horas presenciais	Horas non presenciais / traballo autónomo	Horas totais
Análise de fontes documentais	A1 A2 A3 A4	0	15	15
Aprendizaxe colaborativa	A3 B2 B4 B5 B6 B7 B10 B11 B12 C1 C2 C3	3	6.9999	9.9999
Presentación oral	B2 B3 B4 B5 B6 B7 C1 C2 C4 C5	2	0	2
Recensión bibliográfica	A5 B1 B4 C4 C6 C7 C8	0	11	11
Sesión maxistral	A1 A5 B11 B12 C5 C6 C8	5	10	15
Traballos tutelados	A2 A3 A5 B1 B2 B3 B4 B6 B7 C1 C2 C3 C4	2	18	20
Actividades iniciais	A1 A3 A4 B1 B2 C1 C3 C8	0	2	2
Atención personalizada		0		0

\*Os datos que aparecen na táboa de planificación son de carácter orientativo, considerando a heteroxeneidade do alumnado

Metodoloxías	
Metodoloxías	Descrición
Análise de fontes documentais	Utilización de documentos audiovisuais e/ou bibliográficos (fragmentos de reportaxes documentais ou películas, noticias de actualidade, paneis gráficos, fotografías, biografías, artigos, textos legislativos, etc.) relevantes para a temática da materia con actividades especificamente deseñadas para a análise dos mesmos. Pódese empregar como introdución xeral a un tema, como instrumento de aplicación do estudo de casos, para a explicación de procesos que non se poden observar directamente, para a presentación de situacións complexas ou como síntese de contidos de carácter teórico ou práctico.
Aprendizaxe colaborativa	Conxunto de procedementos de ensino-aprendizaxe guiados de forma presencial e/ou apoiados con tecnoloxías da información e as comunicacións, que se basean na organización da clase en pequenos grupos nos que o alumnado traballa conxuntamente na resolución de tarefas asignadas polo profesorado para optimizar a súa propia aprendizaxe e a dos outros membros do grupo.
Presentación oral	Intervención inherente aos procesos de ensino-aprendizaxe baseada na exposición verbal a través da que o alumnado e profesorado interactúan dun modo ordenado, propoñendo cuestións, facendo aclaracións e expoñendo temas, traballos, conceptos, feitos ou principios de forma dinámica.
Recensión bibliográfica	A recensión bibliográfica supón un proceso de lectura crítica dun libro, dun artigo, dunha tese ou dunha comunicación a un congreso. Como tal proceso comprende a lectura da obra, a análise do seu contido e unha crítica e valoración da mesma en relación á literatura existente sobre o tema. Unha recensión non supón un resumo da obra, nin unha mera análise do contido, pois o que lle outorga sentido e dimensión académica científica é a crítica que merece a xuízo do autor da recensión, en relación a outras obras coñecidas do mesmo ámbito ou en relación a súa propia experiencia.
Sesión maxistral	Exposición oral complementada co uso de medios audiovisuais e a introdución de algunhas preguntas dirixidas aos estudantes, coa finalidade de transmitir coñecementos e facilitar a aprendizaxe. A clase maxistral é tamén coñecida como ?conferencia?, ?método expositivo? ou ?lección maxistral?. Esta última modalidade sóese reservar a un tipo especial de lección impartida por un profesor en ocasións especiais, cun contido que supón unha elaboración orixinal e baseada no uso case exclusivo da palabra como vía de transmisión da información á audiencia.



Traballos tutelados	<p>Metodoloxía deseñada para promover a aprendizaxe autónoma dos estudantes, baixo a tutela do profesor e en escenarios variados (académicos e profesionais). Está referida prioritariamente ao aprendizaxe do ?cómo facer as cousas?. Constitúe unha opción baseada na asunción polos estudantes da responsabilidade pola súa propia aprendizaxe.</p> <p>Este sistema de ensino baséase en dous elementos básicos: a aprendizaxe independente dos estudantes e o seguimento desa aprendizaxe polo profesor-titor.</p>
Actividades iniciais	<p>Actividades que se levan a cabo antes de iniciar calquera proceso de ensino-aprendizaxe a fin de coñecer as competencias, intereses e/ou motivacións que posúe o alumnado para o logro dos obxectivos que se queren alcanzar, vinculados a un programa formativo. Con ela preténdese obter información relevante que permita articular a docencia para favorecer aprendizaxes eficaces e significativos, que partan dos saberes previos do alumnado</p>

### Atención personalizada

Metodoloxías	Descrición
Traballos tutelados Sesión maxistral Presentación oral Aprendizaxe colaborativa	<p>Las metodoloxias docentes: Aprendizaje colaborativo, Presentación oral, Sesión magistral y Trabajos tutelados implican todas ellas atención personalizada.</p> <p>Se contempla la participación activa e individual del alumno en todas las actividades relacionadas con estas metodoloxias. Implicando por tanto una atención individual y personalizada por parte del profesor.</p>

### Avaliación

Metodoloxías	Competencias	Descrición	Cualificación
Traballos tutelados	A2 A3 A5 B1 B2 B3 B4 B6 B7 C1 C2 C3 C4	Se trata de realizar un trabajo de forma personal por el alumno, bajo la supervisión del profesor. Representa el 60% de la nota	60
Presentación oral	B2 B3 B4 B5 B6 B7 C1 C2 C4 C5	Se trata de presentar un trabajo realizado por el alumno de forma oral Representa el 40% de la nota	40

### Observacións avaliación

Representa el 60% de la nota
------------------------------

### Fontes de información

--



<b>Bibliografía básica</b>	<p>Bibliografía básica -Varios (2021). Diet and Nutrition Uptodate. <a href="http://www.update.com">http://www.update.com</a>-F. Cordido (2005). Fisiología y Fisiopatología de la Nutrición. Universidade Da Coruña. A Coruña-Berne, Levy (2018). Fisiología. Elsevier-S. Melmed S (2021). Williams Tratado de Endocrinología. Elsevier-J.E. Hall y M.E. Hall (2021). Guyton y Hall. Tratado de fisiología médica. Elsevier España. -CIE-10. CLASIFICACIÓN INTERNACIONAL DE ENFERMEDADES 2 TOMOS 10ª REVISIÓN. Editorial: BOLETIN OFICIAL DEL ESTADO. 2019.-CIE-11.CLASIFICACIÓN INTERNACIONAL de ENFERMEDADES para ESTADISTICAS DE MORTALIDAD y MORBILIDAD. Undécima revisión Guía de Referencia (versión 14 de noviembre 2019).-DSM-5 MANUAL DIAGNÓSTICO Y ESTADÍSTICO DE LOS TRASTORNOS MENTALES. Asociación Psiquiátrica Americana. Editorial PANAMERICANA. 2018-TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA Y OBESIDAD EN NIÑOS Y ADOLESCENTES. Johannes Hebebrand &amp; Beate Herpertz-Dahlmann. Editorial: S.A. ELSEVIER ESPAÑA. ISBN: 9788491135760. 2019.-TODO SOBRE LOS TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA: UNA VISION MULTIDISCIPLINAR DESDE LA EXPERIENCIA Y LA EVIDENCIA CIENTIFICA. María Ángeles Martínez Martínez. Editorial ALTARIA. ISBN: 9788494404917.2015. -HERRAMIENTAS DE EVALUACIÓN EN TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA. Julieta Marmo/Analía Losada. Edit. Académica Española.ISBN:9783659070389-LA PREVENCIÓN de LOS TRASTORNOS de la CONDUCTA ALIMENTARIA: UN ENFOQUE MULTIDISCIPLINAR. Vandereycken, W.; Noordenbos,G. (compiladores). Editorial Granica, Barcelona. 2000. Federación Española de Asociaciones de Ayuda y Lucha contra la Anorexia y la Bulimia (FEACAB). Disponible en: <a href="http://feacab.org">http://feacab.org</a>-INTRODUCCIÓN A LA PSICOPATOLOGÍA Y LA PSIQUIATRÍA, 8ª ED. Julio Vallejo Ruiloba. Editorial: MASSON. ISBN: 9788445825846. 2015.-MANUAL DE PSIQUIATRÍA CLÍNICA (4ª EDICION). Kaplan y Sadock. Editorial: LIPPINCOTT WILLIAMS AND WILKINS. WOLTERS KLUWER HEALTH.ISBN: 9788417033057. 2018.</p>
<b>Bibliografía complementaria</b>	

### Recomendacións

**Materias que se recomenda ter cursado previamente**

**Materias que se recomenda cursar simultaneamente**

**Materias que continúan o temario**

**Observacións**

(\*A Guía docente é o documento onde se visualiza a proposta académica da UDC. Este documento é público e non se pode modificar, salvo casos excepcionais baixo a revisión do órgano competente dacordo coa normativa vixente que establece o proceso de elaboración de guías