



Guía Docente				
Datos Identificativos				2024/25
Asignatura (*)	Nutrición e Calidade de Vida		Código	653862307s
Titulación				
Descriptores				
Ciclo	Período	Curso	Tipo	Créditos
Mestrado Oficial	1º cuatrimestre	Primeiro	Optativa	3
Idioma	Castelán			
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				
Descripción xeral				

Competencias / Resultados do título	
Código	Competencias / Resultados do título

Resultados da aprendizaxe			
Resultados de aprendizaxe		Competencias / Resultados do título	
Conocer y aplicar los principios generales de nutrición para la calidad de vida,		AI1 AI2 AI4 AI5	CI1 CI2 CI3 CI4 CI5 CI6 CI7 CI8
Aplicar técnicas de investigación en nutrición		AI3	BI1 BI2 BI3 BI4 BI5 BI6 BI7 BI10 BI11 BI12

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. Fisiopatología hipotalámica. Enfermedades hipotalámicas. Neurohipofis. Enfermedades da neurohipofisis. Adenohipofis. Enfermedades da adenohipofisis. O hipopituitarismo. A acromegalía. Mecanismo de biosíntese, almacenamiento e liberación de hormonas tiroideas. Enfermedades tiroideas. Cortiza adrenal: biosíntese de hormonas adrenocorticales. Enfermedades 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. Enfermedades do páncreas endocrino. Diabetes mellitus. Introducción xeral ao metabolismo do calcio. Enfermedades metabólicas óseas. Enfermedades paratiroides. O Hiperparatiroidismo. O hipoparatiroidismo. A Osteoporosis. Control hormonal da reproducción no home. Os hipogonadismos masculinos. Control hormonal da reproducción na muller. Enfermedades endocrinas do ovario.

2. ENDOCRINOLOXÍA E NUTRICIÓN. CAMBIOS HORMONALES NAS

ALTERACIONES NUTRICIONAIS.

Las enfermedades 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 insulina. La leptina. La ghrelina. Alteración de la secreción de GH en la obesidad

3. OS NUTRIENTES.

Os macronutrientes. Necesidades de macronutrientes. Os carbohidratos. Funcións dos carbohidratos. Inxesta recomendada. Fontes alimentarias de carbohidratos. Problemas relacionados co consumo de carbohidratos. Os Lípidos. Funcións 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 auga. Fontes alimentarias de auga. Balance hídrico. Problemas relacionados co consumo de auga.

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 ENVELLECIMENTO.

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. Necesidaes de macronutrientes y micronutrientes en el envejecimiento. El déficit de vitamina D.

8. A OBESIDADE. CONCEPTO Y COMPLICACIOS.

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

9. A OBESIDAD. FISIOPATOLOXÍA

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

10. TRATAMIENTO DA OBESIDAD.

Tratamento da Obesidade Principios xerais do tratamiento da obesidade. O tratamiento da obesidade con dieta. O exercicio. O tratamiento da obesidade con psicoterapia. O tratamiento da obesidade con ciruxía. Conceptos erróneos no tratamiento 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 sobre peso 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 / Resultados	Horas lectivas (presenciais e virtuais)	Horas traballo autónomo	Horas totais
Análise de fontes documentais	A1 A2 A3 A4	0	15	15
Aprendizaxe colaborativa	A1 A2 A3 B2 B4 B5 B6 B7 B10 B11 B12 C1 C2 C3	2	10	12
Presentación oral	B2 B3 B4 B5 B6 B7 C1 C2 C4 C5	2	0	2
Recensión bilbiográfica	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
Atención personalizada		0		0

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

Metodoloxías	
Metodoloxías	Descripción
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 lexislativos, etc.) relevantes para a temática da materia con actividades específicamente deseñadas para a análise dos mesmos. Pódese emplegar como introducción 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 conjuntamente 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 cuestiós, facendo aclaracións e expoñendo temas, traballos, conceptos, feitos ou principios de forma dinámica.
Recensión bilbiográfica	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 algunas preguntas dirixidas aos estudiantes, 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 sóse 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	Metodoloxía deseñada para promover a aprendizaxe autónoma dos estudiantes, 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 estudiantes da responsabilidade pola súa propia aprendizaxe. Este sistema de ensino baséase en dous elementos básicos: a aprendizaxe independente dos estudiantes e o seguimento desa aprendizaxe polo profesor-tutor.



Atención personalizada

Metodoloxías	Descripción
Traballos tutelados	Las metodoloxías docentes: Aprendizaje colaborativo, Presentación oral, Sesión magistral y Trabajos tutelados implican todas ellas atención personalizada.
Sesión magistral	
Presentación oral	
Aprendizaxe colaborativa	Se contempla la participación activa e individual del alumno en todas las actividades relacionadas con estas metodoloxías. Implicando por tanto una atención individual y personalizada por parte del profesor.
	ATENCIÓN PERSONALIZADA PARA O CONXUNTO DO ALUMNADO A atención personalizada sirve para o seguimento da aprendizaxe de cada estudiante por parte do profesorado. A través da tutoría (presencial ou a distancia), o profesorado aborda a resolución de dúbidas e orienta ao estudo. A tal fin, o alumnado dispón dun horario oficial de tutorías, que poderán realizarse de modo presencial ou a través dos medios institucionais da UDC de atención a distancia.
	ATENCIÓN PERSONALIZADA PARA O ALUMNADO CON DEDICACIÓN PARCIAL OU DIFICULTADES PARA CONCILIAR O ESTUDO COA VIDA FAMILIAR E/OU LABORAL A atención personalizada para o alumnado que, de modo xustificado, ten dificultades para conciliar o estudio coa vida familiar e/ou laboral, poderá realizarse: - Nas condicións establecidas para o conxunto do alumnado. - A demanda, previa solicitude por correo electrónico.

Avaliación

Metodoloxías	Competencias / Resultados	Descripción	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

Observaciōns avaliación



Presentación oral 40% de la nota.

Trabajo tutelado 60% de la nota.

La presentación oral y la entrega del trabajo tutelado se deberá realizar antes de la finalización del periodo de clases de la asignatura

Todos os aspectos relacionados con ?dispensa académica? , ?dedicación a estudio? , ?permanencia? e ?fraude académico? se rexirán de acuerdo coa normativa académica vixente da UDC.

PLAXIO

En caso de plaxio, aplicarase o seguinte:

Cualificación de suspenso na convocatoria en que se cometra a falta e respecto da materia en que se cometese: o/a estudiante será cualificado/a con ?suspenso? (nota numérica 0) na convocatoria correspondente do curso académico, tanto se a comisión da falta se produce na primeira oportunidade como na segunda. Para isto, procederse a modificar a súa cualificación na acta de primeira oportunidade, se fose necesario. **REALIZACIÓN FRAUDULENTA DAS PROBAS OU ACTIVIDADES DE AVALIACIÓN**

A realización fraudulenta das probas ou actividades de avaliación, unha vez comprobada, implicará directamente a perda do dereito á oportunidade na que se cometra a falta e respecto da materia na que se tivese cometido. Nas actas figurará un non presentado nesta oportunidade.

Fontes de información

Bibliografía básica	Bibliografía básica -Varios (2021). Diet and Nutrition Uptodate. http://www.update.com -F. Cordido (2005). Fisiología y Fisiopatología de la Nutrición. Universidad Da Coruña. A Coruña-Berne, Levy (2023). 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 & 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: http://feacab.org/ -INTRODUCCIÓN A LA PSICOPATOLOGÍA Y LA PSIQUIATRÍA, 8ª ED. Julio Vallejo Ruiloba. Editorial: MASSON. ISBN: 9788445825846. 2015.-MANUAL DE PSIQUIATRÍA CLÍNICA (4ª EDICION). KApian y Sadock. Editorial: LIPPINCOTT WILLIAMS AND WILKINS. WOLTERS KLUWER HEALTH.ISBN: 9788417033057. 2018.
Bibliografía complementaria	

Recomendaciones

Materias que se recomienda ter cursado previamente

Materias que se recomienda cursar simultaneamente

Materias que continúan o temario

Observacións



PROGRAMA GREEN CAMPUS FCS; Para axudar a conseguir unha contorna inmediata substentable e cumplir cos obxectivos estratéxicos do "V Plan de Acción do Programa Green Campus FCS (2023-2025)", os traballos documentais que se realicen nesta materia;a. Solicitaranse maioritariamente en formato virtual e soporte informático.b. De realizarse en papel:- Non se empregarán plásticos.- Realizaranse impresións a dobre cara.- Empregarase papel reciclado.- Evitarase a realización de borradores.;POLÍTICAS DE XÉNERO;Segundo se recolle nas distintas normativas de aplicación para a docencia universitaria deberase incorporar a perspectiva de xénero nesta materia (usarase linguaxe non sexista, utilizarase bibliografía de autores/as de ambos性別, propiciarase a intervención en clase de alumnos e alumnas...).;Traballarase para identificar e modificar prejuízos e actitudes sexistas e influirase na contorna para modificalos e fomentar valores de respeito e igualdade.;Deberanse detectar situacións de discriminación por razón de xénero e proporanse accións e medidas para corrixilas.;

(*)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