



# TÉCNICO EN ATENCIÓN A PERSONAS EN SITUACIÓN DE DEPENDENCIA TÉCNICO EN ATENCIÓN SOCIOSANITARIA AUXILIAR DE AYUDA A DOMICILIO Y RESIDENCIA ASISTIDA

## NUTRICIÓN EN SITUACIONES ESPECIALES DE SALUD

PRECIO: ALUMNO 215 € ACOMPAÑANTE 135 €

CLAVE: 1047-APD -----> FECHA: 8, 9, 10 Y 11 DE ABRIL DE 2024

CLAVE: 1066-APD -----> FECHA: 2, 3, 4 Y 5 DE MAYO DE 2024

CLAVE: 1070-APD -----> FECHA: 6, 7, 8 Y 9 DE MAYO DE 2024

**NUEVA FECHA** CLAVE: 1083-APD -----> FECHA: 27, 28, 29 Y 30 DE MAYO DE 2024

### OBJETIVOS

Capacitar a los profesionales de atención directa de usuarios de centros residenciales y otros centros sociosanitarios, para conocer, identificar y manejar los principales aspectos de la nutrición en situación de salud y enfermedad.

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Conocer la importancia de la alimentación en los procesos de envejecimiento y dependencia.
- Seleccionar los alimentos adecuados a la situación de salud del paciente.
- Manejar y conservar de forma segura los alimentos, evitando la transmisión de organismos patógenos.
- Organizar y preparar alimentos para ser cocinados.
- Conocer y manejar los dispositivos especiales de alimentación.

### PERTINENCIA

El conocimiento, manejo y aplicación de aspectos nutricionales en personas mayores o dependientes por parte de cuidadores profesionales de salud es fundamental para garantizar la calidad de vida y el bienestar de estos individuos vulnerables. La nutrición desempeña un papel crucial en la salud en todas las etapas de la vida, pero cobra aún más importancia en las personas mayores o con dependencia, ya que sus necesidades nutricionales pueden ser más complejas debido a condiciones médicas subyacentes y cambios fisiológicos relacionados con la edad. Una nutrición adecuada es esencial para mantener la salud y prevenir enfermedades. Las personas mayores son más propensas a problemas de salud como la desnutrición, la sarcopenia (pérdida de masa muscular), la osteoporosis y enfermedades crónicas como la diabetes y la hipertensión. Los cuidadores profesionales de salud deben comprender estas condiciones y saber cómo adaptar las dietas y los planes nutricionales para satisfacer las necesidades específicas de cada paciente. La nutrición no es solo una cuestión de alimentación, sino una parte integral del cuidado de la salud que puede marcar la diferencia en la longevidad y la calidad de vida de quienes dependen de estos profesionales.

### PROGRAMA

- Presentación del curso. La nutrición en situaciones de salud y enfermedad.
- Conceptos básicos de alimentación y nutrición.
- Importancia de la nutrición en personas en situación de dependencia.
- Planificación de comidas equilibradas.
- Adaptaciones dietéticas para situaciones de salud específicas.
- Técnicas de preparación de comidas saludables.
- Seguridad alimentaria en el hogar.
- Dietas especiales para alergias, intolerancias o restricciones.
- Alimentación especial: Tipos y dispositivos.

### TALLERES PRÁCTICOS

- El etiquetado de alimentos.
- Planificación y preparación de alimentos.
- Planificación de dietas según la patología del paciente.
- Seguridad en la manipulación de alimentos.
- Manejo y mantenimiento de dispositivos especiales de alimentación.
- Comida saludable.
- Nutrición basada en juegos.



# TÉCNICO EN ATENCIÓN A PERSONAS EN SITUACIÓN DE DEPENDENCIA TÉCNICO EN ATENCIÓN SOCIOSANITARIA AUXILIAR DE AYUDA A DOMICILIO Y RESIDENCIA ASISTIDA

## NUTRICIÓN EN SITUACIONES ESPECIALES DE SALUD

### DIRECCIÓN CIENTÍFICA

**Dr. Javier Ramos Torrecillas**

Profesor Titular de Universidad. Departamento de Enfermería. Facultad de Ciencias de la Salud. Universidad de Granada.

### PROFESORADO

**Dr. Javier Ramos Torrecillas**

Profesor Titular de Universidad. Departamento de Enfermería. Facultad de Ciencias de la Salud. Universidad de Granada.

**Dra. Elvira De Luna Bertos**

Profesora Titular de Universidad. Departamento de Enfermería. Facultad de Ciencias de la Salud. Universidad de Granada.

**Dra. Rebeca Illescas Montes**

Profesor Permanente Laboral. Departamento de Enfermería. Facultad de Ciencias de la Salud. Universidad de Granada.

**Dr. José Luis Gómez Urquiza**

Profesor Titular de Universidad. Departamento de Enfermería. Facultad de Ciencias de la Salud de Ceuta. Universidad de Granada.

**Dr. Enrique García Recio**

Profesor Sustituto Interino. Departamento de Enfermería. Facultad de Ciencias de la Salud de Melilla. Universidad de Granada.

## MATERIAL ADICIONAL

### TEST DE CONOCIMIENTOS

1. **¿Cuál es el resultado de un déficit en la ingesta o en la asimilación de los nutrientes que da lugar a una alteración de la composición corporal?**
  - a. Hipertensión
  - b. Anemia
  - c. Desnutrición
  - d. Diabetes
  
2. **¿Cuál es la recomendación general para mantener una hidratación adecuada durante el día?**
  - a. Consumir al menos 2 litros de agua diariamente
  - b. Evitar por completo las bebidas con cafeína
  - c. Beber solo cuando se siente sed
  - d. Consumir bebidas azucaradas en lugar de agua
  
3. **¿Cuáles son las causas más habituales de la desnutrición?**
  - a. Consumo excesivo de alimentos ricos en grasas
  - b. La dificultad de asimilación de nutrientes
  - c. Falta de ingesta de alimentos y presencia de enfermedad crónica
  - d. B y C son correctas
  
4. **¿Cuál es la importancia de la vitamina D en la dieta?**
  - a. Mejora la visión nocturna
  - b. Fortalece los huesos
  - c. Ayuda en la coagulación sanguínea
  - d. Actúa como antioxidante
  
5. **¿Cuál es la recomendación para evitar la pérdida de masa muscular en un paciente con vómitos?**
  - a. Consumir grandes cantidades de verduras
  - b. Reducir el consumo de alimentos flatulentos
  - c. Introducir carne blanca, pescado o huevo en al menos dos comidas principales
  - d. Evitar alimentos ácidos
  
6. **¿Qué grupo de alimentos es una buena fuente de proteínas completas que contienen todos los aminoácidos esenciales?**
  - a. Frutas
  - b. Legumbres
  - c. Carnes magras
  - d. Cereales
  
7. **¿Cuál es una recomendación para evitar la obstrucción de la sonda de gastrostomía?**
  - a. Utilizar medicación en forma sólida
  - b. No realizar lavados antes ni después de la medicación
  - c. Desobstruir con agua fría en bolos
  - d. Realizar lavados antes y después de la medicación y las tomas, o cada 4-6 horas

## MATERIAL ADICIONAL

**8. ¿Cuál es la función principal de las fibras en la dieta?**

- a. Proporcionar energía rápida
- b. Mejorar la absorción de calcio
- c. Contribuir a la salud digestiva
- d. Regular la temperatura corporal

**9. ¿Cuáles son algunos alimentos astringentes recomendados en casos de deshidratación por diarrea?**

- a. Legumbres, frutas en almíbar y embutidos
- b. Plátano maduro, manzana sin piel rallada y yogur natural descremado
- c. Café, té y nata
- d. Bebidas con gas y zumos de naranja azucarados

**10. Ante un paciente con disfagia, marque la respuesta correcta:**

- a. El pudding se considera como un líquido espeso
- b. El puré suave no debe llevar grumos y tiene consistencia similar al pudding
- c. El guiso de carne tierna tiene una consistencia blanda y húmeda y se puede trocear con el tenedor
- d. Todas la anteriores son correctas

**11. ¿Qué se sugiere para enriquecer los platos y bebidas en pacientes con falta de apetito?**

- a. Utilizar formas de cocción como fritos y asados
- b. Evitar la variabilidad en la preparación de alimentos
- c. Añadir leche en polvo, queso rallado, clara de huevo bien cocinada, y frutos secos tostados
- d. Consumir alimentos poco calóricos y sin cambios en la preparación

**12. ¿Cuáles son los tres nutrientes esenciales presentes en las fórmulas enterales completas?**

- a. Carbohidratos, vitaminas y fibra
- b. Hidratos de carbono, proteínas y grasas
- c. Vitaminas, minerales y agua
- d. Grasas, proteínas y fibra

**13. ¿Qué se considera totalmente contraindicado en la administración a través de sondas de nutrición enteral?**

- a. Bebidas isotónicas y zumos
- b. Fórmulas líquidas y dietas trituradas
- c. Medicación autorizada y agua
- d. Consomé, bebidas alcohólicas y fórmulas liofilizadas

**14. ¿Cuál de los siguientes macronutrientes proporciona la mayor cantidad de energía por gramo en la dieta?**

- a. Proteínas
- b. Grasas
- c. Carbohidratos
- d. Vitaminas



## MATERIAL ADICIONAL

15. ¿Cómo se clasifica la respuesta inmunológica en el contexto de alergias alimentarias?
- a. Solo mediada por IgE
  - b. Solo no mediada por IgE
  - c. Ambas A y B
  - d. Ninguna de las anteriores