

OBJETIVO:

Conocer la alimentación más adecuada en el adulto mayor y su relación con las causas y efectos de las enfermedades que aquejan a este grupo etáreo.

S	CLASE 1	CLASE 2	CLASE 3	CLASE 4
1	ENCUADRE	UNIDAD I NUTRICION Y SALUD EN EL ADULTO MAYOR	1.1. Salud 1.2. Concepto de salud según la OMS	1.3. Los derechos de la salud del Adulto Mayor.
2	1.4. Políticas nacionales de salud para el adulto mayor	1.5. Concepto de medicina preventiva	1.6. Fomento de la salud en Chile	1.7. La salud y la alimentación en el adulto mayor
3	1.7.1. Desnutrición	1.7.2. Obesidad	1.7.3. Otros 1.7.7. Importancia de la nutrición en la edad avanzada	RETROALIMENTACION DE CONTENIDO
4	EXAMEN 1a. UNIDAD	UNIDAD II	2.1. Cambios ligados al envejecimiento que Influyen en la nutrición de las personas Mayores.	2.2. Factores fisiológicos 2.3. Factores psico-sociales 2.3. Factores económicos
5	2.4. Recomendaciones generales en torno a la alimentación de las personas mayores.	2.4.1. Requerimientos nutricionales de los Adultos mayores.	2.4.2. Los alimentos. Grupos de alimentos Clasificados según su composición Nutritiva	2.5. Alimentación saludable y equilibrada en el adulto mayor
6	2.5.1. Alimentos más adecuados y raciones recomendadas	2.5.2. Variedad y equilibrio nutritivo 2.5.3. Temperatura y tiempo de consumo	2.6. Consejos prácticos para la confección de menús	RETROALIMENTACION DE CONTENIDO
7	EXAMEN 2a. UNIDAD	UNIDAD III ENFERMEDADES DEL ADULTO MAYOR	3.1.- Enfermedades del aparato circulatorio y su dieta 3.2.- Aparato circulatorio	3.3.- Angina de pecho 3.4.- Hipertensión arterial
8	3.5.- Arteriosclerosis 3.6.- Enfermedades cardiovasculares	3.7.- Enfermedades del aparato digestivo con su régimen alimenticio 3.7.1.- Gastritis	3.7.2.- Ulceras 3.7.3.- Diarreas	3.7.4.- Estreñimiento 3.8.- Aparato Óseo Articular y la alimentación pertinente
9	3.8.1.- Osteoartritis 3.8.2.- Artritis	3.8.3.- Artrosis 3.8.4.- Osteoporosis	3.9.- Aparato Respiratorio 3.9.1.- Bronquitis crónica	3.9.2.- Asma Bronquial 3.9.3.- Enfisema pulmonar
10	3.10.- Enfermedades de la visión y el oído 3.10.1.- Cataratas	3.10.2.- Glaucoma 3.10.3. Sordera	3.10.4.- Problemas dento bucales 3.10.5.- Otras enfermedades	RETROALIMENTACION DE CONTENIDO
11	EXAMEN 3a. UNIDAD	UNIDAD IV AUTOCUIDADOS Y CALIDAD DE VIDA	4.1.- Calidad de vida y salud 4.2.- Hábitos alimenticios	4.3.- Higiene alimentaria y conservación De los alimentos 4.4.- Sustancias anti nutritivas
12	4.5.- Hábitos de vida y mantención de la Salud	4.6.- Reposo y sueño	4.7.- Salud mental	4.8.- Higiene personal
13	4.9.- Autocuidado de la salud	4.9.1.- Rol de la familia en la, mantención y Prevención de salud 4.9.2.- Los controles preventivos de la salud	4.9.3.- Principios del autocuidado 4.9.4.- Técnicas y metodologías del autocuidado	RETROALIMENTACION DE CONTENIDO
14	EXAMEN FINAL			

ACTIVIDADES EN EL AULA PERMITIDAS:

- 1.-Conducción Docente, manejo de Esquemas, Conceptos Básicos y Referentes Teóricos (Pizarron)
- 2.-Estructuración de Reportes de Lectura y Fichas de Trabajo; uso de Medios Audiovisuales. (Pantalla).
- 3.-Realizar Lecturas de Referencias Bibliográficas Sugeridas y Adicionales para generar Lluvia de Ideas.
- 4.-Propiciar Actividades de Interes dentro del Proceso de Enseñanza - Aprendizaje para generar Investigaciones.
- 5.-Vinculación de la Materia con Casos Prácticos y Reales que se puedan sustentar teoricamente.
- 6.- 2 Exposiciones durante el Cuatrimestre.

ACTIVIDADES NO PERMITIDAS:

1. Exámenes Orales.
2. Exposiciones como Evaluacion.
3. Improvisaciones.

BIBLIOGRAFIA SUGERIDA

NO	TIPO	TITULO	AUTOR	EDITORIAL	AÑO
1	LIBRO	GERONTOLOGIA Y NUTRICION DEL ADULTO MAYOR	ANA BERTHA PEREZ	MC GRAW HILL	2010
2	LIBRO	NUTRICION EN EL ADULTO MAYOR	RICARDO SANCHEZ HERNANDEZ INSTITUCION CARITAS	PORRUA	2008
3	LIBRO	MANUAL DE NUTRICION DEL ADULTO MAYOR	ANDERS AHLBOM	PLAZA Y VALDES	2005

CRITERIOS, PROCEDIMIENTOS DE EVALUACION Y ACREDITACION.

Trabajos Escritos	10%
Actividades aulicas	20%
Actividades aulicas	20%
Examen	50%
Total	100%
Escala de calificación	7- 10
Minima aprobatoria	7

NOTA:

En la planeación los exámenes aparecen siempre en día lunes, pero dependerá de la programación de la sub-dirección académica, y en esa semana se podrán hacer los cambios necesarios.