

Licenciatura:	<b>NUTRICION</b>	Materia: <b>NUTRICION EN EL ADULTO MAYOR</b>	Clave:	<b>LNU604</b>
Modalidad:	<b>ESCOLAR</b>	Cuatrimestre: <b>6°</b>	Horas: <b>4</b>	

<b>OBJETIVO:</b>	Concer la alimentación adecuada del adulto mayor y su relación con las causas y efectos de las enfermedades que aquejan a esté grupo etáreo.
------------------	--

S	CLASE I	CLASE 2	CLASE 3	CLASE 4	ACTIVIDADES EN PLATAFORMA
1	<b>UNIDAD I</b> <b>Nutrición y salud en el adulto mayor.</b>	1.1 Salud. 1.2 Concepto de salud según la OMS.	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 Conceptos de medicina alternativa.	1.6 Fomento de la salud en México y Chiapas.	1.7 La salud y la alimentación en el adulto mayor.	
3	1.8 Desnutrición.	1.9 Obesidad (otros)	1.10 Importancia de la nutrición en la edad avanzada.	<b>RETROALIMENTACION DE CONTENIDO</b>	
4	<b>EXAMEN 1a. UNIDAD</b>	<b>UNIDAD II</b> <b>1.1 Cambios ligados al envejecimiento que influyen en la nutrición de las personas mayores.</b>	2.2 Factores fisiológicos, 2.3 factores psicosociales , 2.4 Factores económicos	2.5 Recomendaciones generales en torno a la alimentación de las personas mayores.	
5	2.6 Requerimientos nutricionales de las personas mayores.	2.7 Los alimentos. Grupos de alimentos su clasificación según su composición Nutritiva.	2.8 Alimentación saludable y equilibrada en el adulto mayor.	2.9 Alimentos mas adecuados y raciones recomendadas.	
6	2.10 Variedad y equilibrio.	2.11 Temperatura y tiempo de consumo.	2.12 Consejos prácticos para la confección de menús.	<b>RETROALIMENTACION DE CONTENIDO</b>	

7	<b>EXAMEN 2a. UNIDAD</b>	<b>UNIDAD III</b> Enfermedades del adulto mayor.	3.1 Enfermedades del aparato circulatorio y su dieta.	3.2 Aparato circulatorio.	
8	3.3 Angina de pecho.	3.4 Hipertensión arterial.	3.5 Arteriosclerosis.	3.6 Enfermedades cardiovasculares.	
9	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. 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	
10	3.9.2 Asma bronquial 3.9.3 Enfisema pulmonar	3.10 Enfermedades de la visión y oído. 3.10.1 Cataratas. 3.10.2 Glaucoma.	3.10.3 Sordera. 3.10.4 Problemas dentó bucales. 3.10.5 Otras Enfermedades.	<b>RETROALIMENTACION DE CONTENIDO</b>	
11	<b>EXAMEN 3a. UNIDAD</b>	<b>UNIDAD IV</b> Autocuidados y calidad de vida	4.1 Calidad de vida y salud.	4.2 Hábitos Alimenticios.	
12	4.3 Higiene alimentaria y conservación de los alimentos.	4.4 Sustancias antinutritivas.	4.5 Hábitos de vida y mantención de la salud.	4.6 Reposo y Sueño. 4.7 Salud Mental.	
13	4.8 Higiene Personal. 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 metodología del autocuidado	<b>RETROALIMENTACION DE CONTENIDO</b>	
14	<b>EXAMEN FINAL</b>				

<b>ACTIVIDADES EN EL AULA PERMITIDAS:</b>	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 Interés dentro del Proceso de Enseñanza - Aprendizaje para generar Investigaciones. 5.-Vinculación de la Materia con Casos Prácticos y Reales que se puedan sustentar teóricamente. 6.- 2 Exposiciones durante el Cuatrimestre.
---	--

<b>ACTIVIDADES NO PERMITIDAS:</b>	1. Exámenes Orales. 2. Exposiciones como Evaluación. 3. Improvisaciones.
-----------------------------------	--

SUGERENCIA BIBLIOGRAFICA				
No	TIPO	TITULO	AUTOR	EDITORIAL
1	Libro	NUTRICIÓN, DIAGNÓSTICO Y TRATAMIENTO	SILVIA SCOTT	LIPPINCOT WILLIAMS
2	Libro	KRAUSE DIETOTERAPIA	L. KATHLEEN MAHAN	ELSEVIER
3	Libro	TRATADO DE FISIOLÓGIA MÉDICA	ARTHUR C. GUYTON	ELSEVIER

SUGERENCIAS DE VIDEOS ACADEMICOS				
No	TIPO	TITULO	LINK	AUTOR
1	Video	SOPORTE NUTRICIONAL EN PACIENTE CRITICO	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=E3Wvhs4iq2M">https://www.youtube.com/watch?v=E3Wvhs4iq2M</a>	TELESALUD
2	Video	CUIDADOS DE PACIENTES GERIATRICOS EN TIEMPOS DE PANDEMIA	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=X53zMbMfO1w">https://www.youtube.com/watch?v=X53zMbMfO1w</a>	INSTITUTO DE SALUD PARA EL BIENESTAR
3	Video	CURSO DE CUIDADOS DE ADULTOS MAYORES	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=Um-NM2k-yeY">https://www.youtube.com/watch?v=Um-NM2k-yeY</a>	CURSOS CON BECAS COMPUTESTF

CRITERIOS, PROCEDIMIENTOS DE EVALUACION Y ACREDITACION.	
Actividades aulicas	10%
Actividad en Plataforma Educativa	30%
Examen	60%
<b>Total</b>	<b>100%</b>
Escala de calificación	7- 10
Minima aprobatoria	7

<b>NOTA:</b>	En la planeación los exámenes aparecen siempre en día lunes, pero dependerá de la programación de la subdirección académica, y en esa semana se podrán hacer los cambios necesarios.
--------------	--