

UNIDAD	XOCHIMILCO	DIVISION	CIENCIAS BIOLÓGICAS Y DE LA SALUD	1 / 8
NOMBRE DEL PLAN LICENCIATURA EN NUTRICION HUMANA				
CLAVE	UNIDAD DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE		CRED.	39
3350023	NUTRICION DE LA POBLACION MAYOR DE SESENTA AÑOS		TIPO	OBL.
H. TEOR. 16.0	SERIACION 3350022		TRIM.	X
H. PRAC. 7.0				

OBJETIVO(S) :

OBJETO DE TRANSFORMACIÓN.

La nutrición y salud de la población mayor de sesenta años.

PROBLEMA EJE.

El estado nutricional de las personas mayores de sesenta años como un elemento indispensable para la promoción del envejecimiento activo.

OBJETIVO GENERAL.

Al final de la UEA el alumno será capaz de:

Integrar una visión amplia y actualizada sobre las condiciones de alimentación, nutrición y de salud de la población mayor de sesenta años, con los enfoques biomédicos, socio-demográficos, epidemiológicos, psicológicos y de género. Así mismo ofrecer elementos conceptuales que permitan la promoción del envejecimiento activo, funcional y saludable.

OBJETIVOS PARCIALES.

Al final de la UEA el alumno será capaz de:

1. Incorporar las herramientas conceptuales y técnicas necesarias en el desarrollo de intervenciones nutricionales que den respuesta a las necesidades de nutrición y de salud de la población mayor de sesenta años en los tres niveles de atención a la salud.
2. Diseñar e implementar actividades de promoción a la salud y educación nutricional que contribuyan a modificar las actitudes hacia la vejez y a



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA METROPOLITANA

ADECUACION
PRESENTADA AL COLEGIO ACADÉMICO
EN SU SESION NUM. 402

[Handwritten Signature]
EL SECRETARIO DEL COLEGIO

mejorar el estado nutricional de la población mayor de sesenta años.

3. Diseñar e implementar actividades de promoción y educación que contribuyan a la prevención de síndromes geriátricos y enfermedades crónicas no transmisibles en la población mayor de 60 años.
4. Diseñar e implementar ejercicios de investigación modular sobre temáticas vinculadas al objeto de transformación de la UEA.

CONTENIDO SINTETICO:

Unidad I. Transición demográfica y proceso de envejecimiento de la población

- Importancia de la transición demográfica y epidemiológica en México: aspectos sociales, económicos, culturales y psicológicos.
- Perfil epidemiológico y demográfico del envejecimiento en México.
- Condiciones actuales de salud y nutrición de la población mayor de sesenta años.
- Revolución de la longevidad.

Unidad II. Teorías y biología del envejecimiento

- Teorías y tipos de envejecimiento.
- Biología y fisiología del envejecimiento: características y cambios del proceso de envejecimiento normal y patológico.
- El proceso de envejecimiento y su interacción con el medio ambiente: epigénesis.

Unidad III. Importancia de la alimentación en las personas mayores de sesenta años

- Características de la alimentación en el adulto mayor de sesenta años.
- Factores que afectan la alimentación durante el proceso de envejecimiento: Ingesta alimentaria inadecuada en calidad y cantidad.
- Requerimientos y recomendaciones de energía, macro y micronutrientes.
- Dietas transicionales y modificadas en energía y nutrientes: características.
- Alternativas para mejorar la ingesta y prevenir las principales alteraciones nutricionales: alimentación recomendable, uso de suplementos alimenticios, dietoterapia y antioxidantes.
- Interacción fármaco-nutriente y nutriente-nutriente.

Unidad IV. Nutrición, composición corporal y salud en las personas mayores de sesenta años

- Paradigmas de la nutrición en la población mayor de sesenta años.



UNIVERSIDAD AUTONOMA METROPOLITANA

ADECUACION
PRESENTADA AL COLEGIO ACADEMICO
EN SU SESION NUM. 402

[Handwritten Signature]
EL SECRETARIO DEL COLEGIO

NOMBRE DEL PLAN LICENCIATURA EN NUTRICION HUMANA		3/ 8
CLAVE 3350023	NUTRICION DE LA POBLACION MAYOR DE SESENTA AÑOS	

- El papel de la nutrición en la prevención y tratamiento de enfermedades y síndromes asociados con el envejecimiento.
- Modelo nutricional y modelo médico de la valoración geriátrica integral: Evaluación del estado de nutrición y de la composición corporal como elemento central.
- Evaluación del estado de nutrición (ABCDEF) y riesgo nutricional, como instrumentos de identificación temprana de alteraciones nutricionales (desnutrición, obesidad y obesidad sarcopénica), síndromes geriátricos (fragilidad, inmovilidad y sarcopenia) y otras patologías (osteoporosis, demencias, cáncer).
- Evaluación de la Composición Corporal como una herramienta indispensable en la determinación del estado de nutrición y riesgo nutricional.
- Instrumentos y métodos específicos de evaluación del estado de nutrición y de la composición corporal en personas mayores de sesenta años de vida libre, institucionalizados, hospitalizados o asilados.
- Importancia de la actividad física en la población mayor de sesenta años con alteraciones nutricionales, síndromes geriátricos y otras patologías.
- Utilidad del Proceso de Atención Nutricional en el diseño e implementación de intervenciones nutricionales individuales en envejecimiento normal y patológico: orientación alimentaria, educación nutricional, dietoterapia y técnicas especializadas.

Unidad V. Nutrición, promoción de la salud y envejecimiento activo

- Concepto de envejecimiento activo.
- El concepto de envejecimiento activo en México.
- La promoción del envejecimiento activo: Planes de acción actuales y estilos de vida saludable.
- Importancia de la Actividad Física en la población mayor de sesenta años con envejecimiento ideal, activo y habitual a nivel colectivo.
- Lineamientos de actividad física en la población mayor de 60 años.

MODALIDADES DE CONDUCCION DEL PROCESO DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE:

Los contenidos de la UEA están organizados en cinco unidades temáticas distribuidas en 11 semanas de trabajo académico. La Unidad 1 se revisa durante la primera semana de la UEA. La Unidad 2 se revisa en la segunda semana. La Unidad 3 tiene una duración de dos semanas (semana 3 a 5), la 4 abarca de la semana 6 a la 10 y la última en la 11.

Las actividades de aula de la UEA se desarrollarán bajo la modalidad de seminario-taller, por lo que el material bibliográfico para cada sesión deberá leerse con anticipación. Para cada lectura las y los alumnos



UNIVERSIDAD AUTONOMA METROPOLITANA

ADECUACION
PRESENTADA AL COLEGIO ACADEMICO
EN SU SESION NUM. 402

[Handwritten Signature]
EL SECRETARIO DEL COLEGIO

elaborarán en forma individual una ficha de resumen.

La UEA incluye actividades para favorecer el desarrollo de la función de servicio que pueden ofrecer las y los alumnos en los espacios en los que realizan sus actividades formativas. Esto puede derivarse del ejercicio de investigación modular o de otras actividades contempladas en el programa, tales como la práctica en instituciones de salud y asilos.

MODALIDADES DE EVALUACION:

Evaluación Global:

Los elementos a evaluar durante el desarrollo de la UEA: "Nutrición de la población mayor de sesenta años", son: a) producción académica tangible, b) conocimiento y manejo de contenidos teóricos, c) participación en clase y d) investigación modular.

- a) La producción académica tangible, se refiere a la entrega de fichas, trabajos escritos, realización de prácticas académicas de servicio y laboratorio y todos aquellos productos susceptibles de ser evaluados en este rubro.
- b) Los conocimientos y manejo de contenidos teóricos, corresponde a las evaluaciones en el desarrollo de la UEA.
- c) La participación en clase, se refiere a la pertinencia y aporte de las mismas al desarrollo de la UEA.
- d) La Investigación modular: se integra alrededor de un ejercicio de investigación modular sobre un tema relacionado con el Objeto de Transformación. Tal ejercicio incluye los siguientes aspectos: revisión bibliográfica, elaboración de un protocolo de investigación, diseño y aplicación de instrumentos de recolección de información, y presentación de un informe escrito bajo ciertos requisitos de calidad; incluye también la presentación de otros productos de la investigación, especialmente los que representan un servicio social universitario, tales como material didáctico y/o recomendaciones que el equipo de trabajo considere relevantes para ser devueltos a la institución o a la comunidad en la que se realizó el ejercicio.

La UEA será evaluada considerando los siguientes porcentajes:

Producción académica tangible 20%

Conocimientos y manejo de contenidos teóricos 35%

Participación en clase 15%



UNIVERSIDAD AUTONOMA METROPOLITANA

ADECUACION
PRESENTADA AL COLEGIO ACADEMICO
EN SU SESION NUM. 702


EL SECRETARIO DEL COLEGIO

Investigación modular 30%

Para acreditar la UEA se requiere obtener un porcentaje igual o mayor al 60% de la evaluación para cada uno de los elementos a evaluar.

Evaluación de Recuperación:

La evaluación de recuperación será por escrito y contemplará todos los contenidos y elementos de la UEA.

Será requisito para presentar esta evaluación la entrega de un trabajo de investigación, relacionado con la UEA, que puede ser el mismo que se elaboró durante el desarrollo normal de la UEA siempre y cuando hubiese sido aprobatorio, en caso contrario deberá ser corregido y entregado.

En el caso de no haber cursado la UEA dicho trabajo deberá ser elaborado y entregado como requisito a la presentación de la evaluación

BIBLIOGRAFIA NECESARIA O RECOMENDABLE:

BÁSICA

1. Aguilar Navarro S.G., Reyes Guerrero J., G. Borgues. Alcohol, tabaco y deterioro cognoscitivo en adultos mexicanos mayores de 65 años. Salud Pública Mex. 2007; 49: S467-S474.
2. Alemán H., Esparza J., Valencia M. Antropometría y composición corporal en personas mayores de 60 años. Importancia de la actividad física. Salud Pública de México 1999; 41 (4): 309-316.
3. Ascencio Peralta C. Elementos fundamentales en el cálculo de dietas. México: Manual Moderno 2011: 218 pp.
4. Avila-Funes JA., Melano-Carranza E., Payette H., H. Amieva. Síntomas depresivos como factor de riesgo de dependencia en adultos mayores. Salud Pública Mex 2007; 49: 367-75. <http://bvs.insp.mx/rsp/anteriores/numero.php?year=2007&vol=49&num=4&tipo=suplemento>
5. Barrantes -Melba M., García-Mayo E.J., Gutiérrez-Robledo L.M., A. Miguel-Jaimes. Dependencia funcional y enfermedades crónicas en ancianos mexicanos. Salud Pública Mex. 2007; 49: S459-S466.
6. Bernis C. Envejecimiento, poblaciones envejecidas y personas ancianas. Antropo 2004; 6: 1-14.
7. Castelo Vega J.M., Olivera Hermoza R., Vivanco Ortiz A. Evaluación funcional y nivel de autonomía en edad avanzada. SITUA Revista Semestral de la Facultad de Medicina Humana UNSAAC s/año; XXI: 49-54.



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA METROPOLITANA

ADECUACION
PRESENTADA AL COLEGIO ACADEMICO
EN SU SESION NUM. 402

[Handwritten Signature]
EL SECRETARIO DEL COLEGIO

NOMBRE DEL PLAN LICENCIATURA EN NUTRICION HUMANA	6/ 8
CLAVE 3350023	NUTRICION DE LA POBLACION MAYOR DE SESENTA AÑOS

http://sisbib.unmsm.edu.pe/bvrevistas/situa/2003_n21/pdf/evaluación_funcional.pdf

8. D'Hyver C., Gutiérrez Robledo L.M. Geriatria. México: Manual Moderno (3a. edición). 2014: 944 pp.
9. Dirección General de Servicios Sociales. Consellería de Bienestar Social. Protocolo de valoración nutricional. Generalitat Valenciana 2004. <http://www.bsocialgva.es/portal/portal?docid=4263>
10. Escott-Stump S. Nutrition and Diagnosis-Related Care. U.S.A: Lippincott Williams and Wilkins 7ma. edición. 2012, 1020 pp.
11. Esquiús M., Schwartz S., López, J. Parámetros antropométricos de referencia de la población anciana. Barcelona. Medicina Clínica. 1993; 100: 692-698.
12. Gómez Candela C., Reuss Fernández J.M. (coordinadores). Manual de Recomendaciones Nutricionales en Pacientes Geriátricos. Madrid: Editores Médicos, S.A. 2004. Disponible en: www.fcm.unc.edu.ar/biblio/directorio/LIBROSPDF/8.pdf
13. González CA., R. Ham Chande. Funcionalidad y salud: una tipología del envejecimiento en México. Salud Pública Mex. 2007; 49: S448-S458.
14. Gutiérrez-Robledo L.M., Velázquez Alva M.C. y Ruíz Argüelles L. Nutrición del Anciano. En: Casanueva E, Kaufer Horwitz M., Pérez L.A.B. y Arroyo P. Nutriología Médica. Editorial Médica Panamericana. 4a Edición. 2015.
15. Herrera M. Guía de la Asociación Americana de Dietética para el cuidado y el manejo nutricional en países en transición nutricional. An. Venez. Nutr. 2010; 23: 108-120.
16. INEGI, 2005. Los Adultos Mayores en México. Perfil sociodemográfico al inicio del siglo XXI.
17. López Muñoz E., Torres Carrillo N.M. (coordinadoras). Aspectos Moleculares del Envejecimiento. México: InGer. 2012: 199 pp.
18. Mejía-Arango S., Miguel-Jaimes A. Deterioro cognoscitivo y factores asociados en adultos mayores en México. Salud Pública Mex. 2007; 49: S475-S481.
19. Organización Panamericana de la Salud. Aspectos Clínicos en la Atención del Adulto Mayor. Washington, D.C. 2001. http://ccp.ucr.ac/cr/bvp/pdf/vejez/proyecto_regional_ops_pdf
20. Organización Mundial de la Salud. Informe Mundial sobre el Envejecimiento y la Salud. EUA: OMS 2015.
21. Perichart O. Manual de Lineamientos para la Práctica de la Nutrición Clínica. Enfermedades crónico-degenerativas. México: McGraw Hill. 2013: 216 pp.
22. Position of the American Dietetic Association. Nutrition, aging, and the continuum of care. Journal of American Dietetic Association. 2000; 100 (5): 580-595.
23. Bernstein M, Munoz N, Academy of Nutrition and Dietetics. Position of the



UNIVERSIDAD AUTONOMA METROPOLITANA

ADECUACION
PRESENTADA AL COLEGIO ACADEMICO
EN SU SESION NUM. 402

[Handwritten Signature]
EL SECRETARIO DEL COLEGIO

NOMBRE DEL PLAN LICENCIATURA EN NUTRICION HUMANA		7/ 8
CLAVE 3350023	NUTRICION DE LA POBLACION MAYOR DE SESENTA AÑOS	

- Academy of Nutrition and Dietetics: food and nutrition for older adults: promoting health and wellness. J Acad Nutr Diet. 2012; 112 (8): 1255-77.
24. Presentación. Salud y envejecimiento. Salud Pública Mex 2007; 49: S433-S435.
 25. Ruiz-Arregui L., Castillo-Martínez L., Orea-Tejeda A., Mejia-Arango S., A. Miguel-Jaimes. Prevalence of self-reported overweight-obesity and its association with socioeconomic and Health factors among older Mexican adults. Salud Pública Mex. 2007; 49: S482-S487.
 26. Salgado Snyder V.N., R. Wong. Género y pobreza; determinantes de la salud en la vejez. Salud Pública Mex 2007; 49: S515-S521.
 27. Sánchez-García S., Juárez-Cedillo C., Reyes-Morales H., de la Fuente-Hernández J., Solórzano-Santo F., C. García-Peña. Estado de la dentición y sus efectos en la capacidad de los ancianos para desempeñar sus actividades habituales. Salud Pública Mex. 2007; 49: 173-181. <http://bvs.insp.mx/rsp/anteriores/>
 28. Secretaria de Salud, 2010. Envejecimiento Humano. Una visión transdisciplinaria. Instituto Nacional de Geriatria. México.
 29. Secretaría de Salud. Manual de Procedimientos. Toma de medidas clínicas y antropométricas en el adulto y adulto mayor. México: SSA 2002. <http://www.salud.gob.mx/unidades/cdi/documentos/DOCSAL7518.pdf>
 30. Secretaria de Salud. SS-019-08-RR Atención del Climaterio y Menopausia.
 31. Serrano Ríos M. (editor). Guía de alimentación para personas mayores. Madrid: Ergón 2010, 258 pp. www.institutodanone.es/cas/GuiaAlimentacion.pdf
 32. Shamah-Levy T., Cuevas-Nasu L., Mundo-Rosas V., Morales-Ruano C., Cervantes-Turrubiates L., S. Villalpando-Hernández. Estado de salud y nutrición de los adultos mayores en México: resultados de una encuesta probabilística nacional. Salud Pública Mex 2008; 50: 383-389.
 33. Ship A.J., Duffi V., Jones A.J., S. Langmore. Geriatric oral health and its impact on eating. J Am Geriatr Soc. 1996; 44: 456-464.
 34. Sociedad Española de Nutrición Parenteral y Enteral, Sociedad Española de Geriatria y Gerontología. Valoración nutricional en el anciano. España: G al enitas-Nigra Trea 2007, 186 pp. http://www.senpe.com/IMS/publicaciones/consenso/senpe_valoracion_nutricionalAnciano.pdf
 35. Varela Londoño L.E. Trayectorias de vida: experiencias de un grupo urbano de adultos mayores. Investigación y Educación en Enfermería (Colombia) 2008; 26: 48-58.
 36. Velázquez, A., Castillo, M., Irigoyen, C., Zepeda, Z., Gutiérrez, R., Cisneros, MP. Estudio antropométrico en un grupo de hombres y mujeres de la tercera edad en la Ciudad de México. Salud Pública de México. 1996; 38 (6): 466-474.
 37. Wong R., Espinoza M., A. Palloni. Adultos mayores en contexto socioeconómico amplio: salud y envejecimiento. Salud Pública Mex. 2007;



UNIVERSIDAD AUTONOMA METROPOLITANA

ADECUACION
PRESENTADA AL COLEGIO ACADEMICO
EN SU SESION NUM. 402

V. Wong
EL SECRETARIO DEL COLEGIO

NOMBRE DEL PLAN	LICENCIATURA EN NUTRICION HUMANA	8 / 8
CLAVE	3350023	NUTRICION DE LA POBLACION MAYOR DE SESENTA AÑOS

49: 436-447.

38. Wong R., J.J. Díaz. Healthcares utilization among older Mexicans: health and socioeconomic inequalities. Salud Pública Mex. 2007; 49: Z505-Z514.

COMPLEMENTARIA

1. D'Hyver C. y Velázquez-Alva M.C. Capítulo 11. Desnutrición. En: D'Hyver C. y L.M. Gutiérrez Robledo. Geriatria 3a Edición. México: Manual Moderno, 2014.
2. Gutiérrez Robledo L.M., Gutiérrez Ávila J.H. (coordinadores). Envejecimiento humano. Una Visión Transdisciplinaria. México: InGer 2010: 402 pp.
3. Gutiérrez Robledo L.M., Kershenovich Stalnikowitz D. Envejecimiento y salud. Una Propuesta para un Plan de Acción. México: InGer 211 edición. 2013: 346 pp.
4. Oviedo Mata M.A., Pérez Cuevas R., Castañeda Limones R., H. Reyes Morales. Guía de alimentación para el paciente diabético tipo 2. Una propuesta aplicable en atención primaria. Rev Med I MSS 2000; 38: 285-293.
5. Velázquez, A., Irigoyen, C., Llaca, M. La evaluación mínima del estado de nutrición en ancianos. Nutrición Clínica. 2000; 3:107-111.
6. Velázquez Alva M.C., Irigoyen Camacho M.E., J. Delgadillo-Velázquez. Salud muscular y prevención de sarcopenia: el efecto de la proteína, leucina y β -hidroxi- β -metilbutirato. Rev Metab óseo y Min 2012; 10: 98-102.
7. Velázquez Alva MC, Irigoyen Camacho ME. Sarcopenia: Una entidad de relevancia clínica actual. Rev Ciencias Clínicas 2011,12: 22-33.
8. Velázquez Alva MC, Irigoyen Camacho ME, Zepeda Zepeda MA y Cervantes Villa AL. Desnutrición en ancianos: su asociación con pérdida de movilidad y de actividades básicas de la vida diaria. Revista de Ciencias Clínicas 2010; 11: 75-87.
9. Velázquez Alva MC, Irigoyen CME, Carballo G y Gutiérrez RLM. Estado de Nutrición de pacientes de geriatría: diferencias en antropometría, composición corporal, auto percepción del estado de salud e impacto sobre las actividades de la vida diaria. Nut Clin 2007; 10,1.
10. Velázquez-Alva MC, Irigoyen C ME, Avalos B. Cada, Cervantes T L y Gutiérrez-Robledo LM. Factores asociados a desnutrición y sarcopenia en un grupo de mujeres residentes de asilos en la Ciudad de México. Rev. Nutrición Clínica 2004; 7 (3): 143-150.



Casa abierta al tiempo

UNIVERSIDAD AUTONOMA METROPOLITANA

ADECUACION
PRESENTADA AL COLEGIO ACADEMICO
EN SU SESION NUM. 302

EL SECRETARIO DEL COLEGIO

[Handwritten signature]