

Dietoterapia Integral: Prescripción Nutricional para el Manejo Médico de Enfermedades Prevalentes

Ciencias de la Salud | Medicina | para estudiantes universitarios | 4 semanas

Descripción del Curso

Este curso ofrece una formación integral en dietoterapia enfocada en la prescripción nutricional como herramienta fundamental para el manejo médico de enfermedades prevalentes. A lo largo de cuatro semanas, los estudiantes universitarios en Ciencias de la Salud explorarán fundamentos metabólicos y fisiológicos de la nutrición, así como el impacto de los hábitos alimenticios en patologías comunes como diabetes, hipertensión, enfermedades cardiovasculares y trastornos digestivos.

Está dirigido a estudiantes de Medicina y áreas afines que buscan desarrollar competencias para diseñar intervenciones nutricionales individualizadas que complementen el tratamiento médico, promoviendo un abordaje holístico y basado en la evidencia científica. El curso combina sesiones teóricas con análisis de casos clínicos y actividades prácticas que fomentan el pensamiento crítico y la aplicación clínica.

Al finalizar el curso, los estudiantes serán capaces de evaluar el estado nutricional, identificar necesidades específicas según cada enfermedad y elaborar planes dietoterapéuticos personalizados que optimicen la recuperación y el control de las enfermedades prevalentes, contribuyendo a mejorar la calidad de vida del paciente.

Objetivos Generales

- Comprender los mecanismos fisiopatológicos que relacionan la nutrición con las enfermedades prevalentes.
- Identificar y evaluar los factores nutricionales que afectan el manejo clínico de dichas enfermedades.
- Elaborar y justificar planes dietoterapéuticos individualizados para pacientes con patologías comunes.
- Integrar la información clínica y nutricional para tomar decisiones terapéuticas fundamentadas.
- Comunicar eficazmente las indicaciones dietéticas en un contexto interdisciplinario.

Competencias

- Analizar los fundamentos fisiopatológicos de las enfermedades prevalentes relacionadas con la nutrición.
- Evaluar el estado nutricional y las necesidades dietéticas específicas de pacientes con diversas patologías.
- Diseñar planes de prescripción nutricional personalizados para el manejo integral de enfermedades prevalentes.
- Aplicar criterios basados en evidencia científica para ajustar intervenciones dietoterapéuticas en contextos clínicos.
- Comunicar recomendaciones nutricionales efectivas al equipo multidisciplinario y a los pacientes.

Requerimientos

- Conocimientos básicos de fisiología humana y bioquímica.
- Fundamentos de nutrición general.
- Acceso a bibliografía científica actualizada y recursos digitales para consulta.
- Habilidades básicas en análisis clínico y toma de decisiones médicas.

Unidades del Curso

Unidad 1: Fundamentos de Dietoterapia y Nutrición Clínica

Objetivos de Aprendizaje

- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de explicar los principios fisiológicos y metabólicos fundamentales de la nutrición en el contexto de enfermedades prevalentes, utilizando terminología científica adecuada.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de analizar las bases fisiopatológicas que vinculan la nutrición con el desarrollo y manejo de enfermedades comunes, a partir de casos clínicos proporcionados.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de identificar los nutrientes clave implicados en la regulación metabólica durante estados patológicos, mediante la revisión crítica de literatura científica actualizada.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de evaluar la importancia de la dietoterapia como herramienta terapéutica en el manejo clínico, justificando su aplicación en escenarios clínicos simulados.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de sintetizar conceptos de nutrición clínica para fundamentar decisiones dietoterapéuticas iniciales, presentando un informe escrito que integre evidencia científica.

Contenidos Temáticos

1. Introducción a la Dietoterapia y Nutrición Clínica

- Definición y alcance de la dietoterapia como herramienta terapéutica en la práctica clínica.
- Importancia de la nutrición clínica en el manejo integral de enfermedades prevalentes.
- Revisión histórica y evolución de la dietoterapia en la medicina moderna.
- Conceptos básicos y terminología científica aplicada a la nutrición clínica.

2. Fundamentos Fisiológicos de la Nutrición

- Digestión, absorción y metabolismo de macronutrientes (carbohidratos, lípidos, proteínas).
- Metabolismo de micronutrientes esenciales: vitaminas y minerales.
- Regulación hormonal y enzimática del metabolismo energético.
- Homeostasis nutricional y mecanismos de adaptación metabólica en condiciones normales.

3. Bases Metabólicas y Fisiopatológicas en Enfermedades Prevalentes

- Alteraciones metabólicas en la diabetes mellitus: resistencia a la insulina, disfunción pancreática y glucotoxicidad.

- Metabolismo lipídico y su implicación en enfermedades cardiovasculares.
- Desnutrición y respuestas metabólicas en enfermedades crónicas (cáncer, insuficiencia renal, EPOC).
- Inflamación crónica y estrés oxidativo: impacto en el metabolismo y requerimientos nutricionales.

4. Nutrientes Clave en la Regulación Metabólica Durante Estados Patológicos

- Papel de los aminoácidos esenciales y no esenciales en la recuperación y mantenimiento de la masa muscular.
- Funciones de los ácidos grasos omega-3 y omega-6 en la modulación inflamatoria.
- Vitaminas antioxidantes (C, E, betacarotenos) y minerales (selenio, zinc) en el control del estrés oxidativo.
- Importancia del balance hidroelectrolítico y micronutrientes en pacientes con enfermedades renales.

5. Estrategias de Dietoterapia para el Manejo Clínico de Enfermedades Prevalentes

- Principios para la prescripción dietoterapéutica basada en evidencia científica.
- Adaptación de planes alimentarios según estado fisiopatológico y requerimientos individuales.
- Casos clínicos: análisis y diseño de intervenciones nutricionales para diabetes, hipertensión, obesidad y enfermedades cardiovasculares.
- Evaluación de la adherencia y efectividad de la dietoterapia en el seguimiento clínico.

6. Integración y Síntesis de Conceptos en Nutrición Clínica

- Interpretación crítica de literatura científica actualizada sobre dietoterapia y nutrición clínica.
- Fundamentación de decisiones dietoterapéuticas iniciales basadas en evidencia.
- Elaboración de informes clínicos nutricionales que integren aspectos fisiológicos, metabólicos y dietoterapéuticos.
- Herramientas para la comunicación efectiva del plan nutricional a pacientes y equipo multidisciplinario.

Actividades

Actividad 1: Análisis y discusión de casos clínicos

Objetivo: Analizar las bases fisiopatológicas que vinculan la nutrición con enfermedades comunes (Objetivo 2).

Descripción:

- Se presentan al grupo 3 casos clínicos reales relacionados con diabetes tipo 2, insuficiencia renal crónica y obesidad.
- En equipos de 4 estudiantes, se analizan las alteraciones metabólicas y fisiopatológicas expuestas en cada caso.
- Se discuten las implicaciones nutricionales y se proponen intervenciones dietoterapéuticas preliminares.
- Finalmente, cada equipo expone sus conclusiones y recomendaciones al resto del grupo para retroalimentación.

Organización: Grupos de 4 estudiantes

Producto esperado: Informe escrito y presentación oral del análisis del caso clínico.

Duración: 3 horas

Actividad 2: Revisión crítica de literatura científica

Objetivo: Identificar nutrientes clave y fundamentar su papel en estados patológicos (Objetivo 3).

Descripción:

- Cada estudiante selecciona un artículo científico reciente relacionado con nutrientes implicados en alguna enfermedad prevalente.
- Realiza una lectura crítica para identificar los aspectos fisiológicos y metabólicos relevantes.
- Elabora un resumen crítico que incluya la relevancia clínica y posibles implicaciones dietoterapéuticas.
- Se comparten y discuten los resúmenes en un foro virtual o sesión presencial.

Organización: Individual

Producto esperado: Resumen crítico escrito y participación en discusión.

Duración: 2 horas

Actividad 3: Simulación de prescripción dietoterapéutica

Objetivo: Evaluar la importancia de la dietoterapia y justificar su aplicación en escenarios clínicos simulados (Objetivo 4).

Descripción:

- En parejas, se recibe un perfil clínico simulado que incluye historia clínica, resultados de laboratorio y estilo de vida.
- Con base en la información, se diseña un plan dietoterapéutico personalizado, justificando cada recomendación con evidencia científica.
- Se presenta el plan a un panel docente para recibir retroalimentación.

Organización: Parejas

Producto esperado: Plan dietoterapéutico escrito y presentación oral.

Duración: 3 horas

Actividad 4: Elaboración de informe integrado de nutrición clínica

Objetivo: Sintetizar conceptos para fundamentar decisiones dietoterapéuticas y presentar un informe con evidencia científica (Objetivo 5).

Descripción:

- Se asigna un caso clínico complejo que requiere integración de conocimientos fisiológicos, metabólicos y dietoterapéuticos.
- Individualmente, el estudiante redacta un informe que incluya diagnóstico nutricional, plan terapéutico y soporte científico.
- El informe se entrega para evaluación y se discute en clase para promover el aprendizaje colaborativo.

Organización: Individual

Producto esperado: Informe escrito completo y sustentado.

Duración: 4 horas

Evaluación

Evaluación diagnóstica

Qué se evalúa: Conocimientos previos sobre fisiología nutricional y comprensión básica de la dietoterapia.

Cómo se evalúa: Cuestionario de opción múltiple y preguntas abiertas breves al inicio de la unidad.

Instrumento sugerido: Test en línea o impreso con 15 preguntas.

Evaluación formativa

Qué se evalúa: Progreso en análisis clínico, aplicación de conceptos fisiológicos, y capacidad crítica en revisión bibliográfica.

Cómo se evalúa: Retroalimentación continua durante actividades, revisión de informes parciales y participación en discusiones.

Instrumento sugerido: Rúbricas para análisis de casos, resúmenes críticos y presentaciones orales.

Evaluación sumativa

Qué se evalúa: Dominio integral de principios fisiológicos, metabólicos y dietoterapéuticos, capacidad de aplicación clínica y síntesis de información científica.

Cómo se evalúa: Entrega y defensa oral del informe integrado de nutrición clínica, examen escrito con preguntas de desarrollo y casos clínicos.

Instrumento sugerido: Rúbrica detallada para informe escrito, guía para presentación oral, y examen diseñado por el docente.

Unidad 2: Evaluación Nutricional y Diagnóstico Dietético en Enfermedades Prevalentes

Objetivos de Aprendizaje

- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de aplicar metodologías estandarizadas para evaluar el estado nutricional en pacientes con diabetes, hipertensión y enfermedades cardiovasculares.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de analizar datos clínicos y antropométricos para establecer un diagnóstico dietético preciso en pacientes con patologías prevalentes.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de interpretar resultados de pruebas bioquímicas y clínicas para identificar factores nutricionales que afectan el manejo terapéutico de enfermedades crónicas.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de integrar información nutricional y clínica para formular recomendaciones dietoterapéuticas individualizadas fundamentadas en evidencia.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de comunicar eficazmente el diagnóstico dietético y las indicaciones nutricionales en un contexto interdisciplinario.

Contenidos Temáticos

1. Introducción a la Evaluación Nutricional en Enfermedades Prevalentes

- Concepto y importancia de la evaluación nutricional en pacientes con diabetes, hipertensión y enfermedades cardiovasculares.
- Rol del dietista-nutriólogo en el equipo interdisciplinario de salud.
- Principios básicos para un diagnóstico dietético preciso y oportuno.

2. Metodologías para la Evaluación del Estado Nutricional

- Evaluación clínica: historial médico, examen físico y evaluación de síntomas relacionados con el estado nutricional.
- Antropometría aplicada:
 - Medidas básicas: peso, talla, índice de masa corporal (IMC), circunferencia de cintura y cadera.
 - Interpretación de percentiles y puntos de corte en población adulta con patologías crónicas.
 - Herramientas y técnicas para la medición precisa.
- Evaluación dietética:
 - Cuestionarios alimentarios (recordatorio 24 horas, frecuencia de consumo, registros alimentarios).
 - Análisis cualitativo y cuantitativo de la ingesta nutricional.

3. Análisis de Datos Clínicos y Antropométricos para el Diagnóstico Dietético

- Interpretación de signos clínicos asociados a deficiencias o excesos nutricionales en diabetes, hipertensión y enfermedades cardiovasculares.
- Correlación entre datos antropométricos y riesgos metabólicos.
- Aplicación de guías y criterios estandarizados para diagnóstico nutricional en enfermedades crónicas.

4. Interpretación de Resultados de Pruebas Bioquímicas y Clínicas

- Pruebas bioquímicas relevantes:
 - Glucemia, hemoglobina glicosilada (HbA1c).
 - Lipidemia: colesterol total, LDL, HDL, triglicéridos.
 - Perfil renal y hepático.
 - Electrolitos y marcadores inflamatorios.
- Interpretación clínica y nutricional de resultados.
- Identificación de factores nutricionales que influyen en el manejo terapéutico.

5. Integración de Información Nutricional y Clínica para Formulación de Recomendaciones Dietoterapéuticas

- Consolidación de datos antropométricos, clínicos y bioquímicos para evaluación integral.
- Formulación de recomendaciones nutricionales individualizadas basadas en evidencia científica.

- Adaptación dietoterapéutica según comorbilidades, preferencias y contexto socioeconómico del paciente.
- Utilización de guías clínicas nacionales e internacionales para el manejo dietoterapéutico.

6. Comunicación Efectiva del Diagnóstico Dietético e Indicaciones Nutricionales

- Principios de comunicación en salud y educación nutricional.
- Presentación clara y comprensible del diagnóstico dietético a pacientes y equipo interdisciplinario.
- Técnicas para motivar y promover la adherencia al plan nutricional.
- Documentación clínica y reportes nutricionales.

Actividades

Actividad 1: Evaluación Antropométrica y Clínica en Casos Simulados

Objetivo: Aplicar metodologías estandarizadas para evaluar el estado nutricional en pacientes con enfermedades prevalentes.

Descripción:

- Se proporcionarán casos clínicos simulados con datos antropométricos, historial clínico y síntomas.
- Los estudiantes medirán e interpretarán índices antropométricos (IMC, circunferencia de cintura, etc.) y signos clínicos relevantes.
- Elaborarán un informe de evaluación nutricional preliminar.

Organización: Grupos de 3-4 estudiantes.

Producto esperado: Informe escrito de evaluación nutricional con interpretación de datos.

Duración estimada: 2 horas.

Actividad 2: Análisis e Interpretación de Resultados Bioquímicos

Objetivo: Interpretar resultados de pruebas bioquímicas y clínicas para identificar factores nutricionales en enfermedades crónicas.

Descripción:

- Se entregarán resultados de laboratorio reales o simulados (glucosa, perfil lipídico, etc.) de pacientes con diabetes o hipertensión.
- Los estudiantes analizarán cada parámetro y su implicación nutricional.
- Discutirán posibles intervenciones dietoterapéuticas basadas en los resultados.

Organización: Parejas.

Producto esperado: Presentación breve con análisis e intervención propuesta.

Duración estimada: 1.5 horas.

Actividad 3: Elaboración de Plan Dietoterapéutico Individualizado

Objetivo: Integrar información nutricional y clínica para formular recomendaciones dietoterapéuticas individualizadas.

Descripción:

- A partir de un caso clínico completo, los estudiantes desarrollarán un plan dietoterapéutico personalizado considerando comorbilidades y contexto.
- Deberán justificar cada recomendación con base en la evidencia y guías clínicas.

Organización: Individual.

Producto esperado: Documento escrito con plan dietoterapéutico y justificación.

Duración estimada: 3 horas.

Actividad 4: Role-Playing de Comunicación Interdisciplinaria

Objetivo: Comunicar eficazmente el diagnóstico dietético y las indicaciones nutricionales en contexto interdisciplinario.

Descripción:

- Simulación de reunión interdisciplinaria donde el estudiante presenta el diagnóstico y plan nutricional a otros profesionales de salud.
- Recepción de retroalimentación sobre claridad, precisión y orientación del mensaje.

Organización: Grupos de 4-5 estudiantes.

Producto esperado: Video o presentación en vivo con evaluación formativa.

Duración estimada: 2 horas.

Evaluación**Evaluación Diagnóstica**

Qué se evalúa: Conocimientos previos sobre evaluación nutricional y diagnóstico dietético en enfermedades prevalentes.

Cómo se evalúa: Cuestionario de opción múltiple y preguntas abiertas sobre conceptos básicos.

Instrumento sugerido: Test en línea o en papel con 15-20 preguntas.

Evaluación Formativa

Qué se evalúa: Aplicación práctica de metodologías, análisis de datos y comunicación.

Cómo se evalúa: Revisión de actividades prácticas (informes, presentaciones, role-playing) con retroalimentación continua.

Instrumento sugerido: Rúbrica de evaluación para cada actividad que considere precisión, análisis crítico, fundamentación y habilidades comunicativas.

Evaluación Sumativa

Qué se evalúa: Competencia integral para evaluar, diagnosticar e intervenir dietéticamente en pacientes con patologías prevalentes.

Cómo se evalúa: Examen escrito y entrega de un caso clínico completo con diagnóstico y plan dietoterapéutico individualizado.

Instrumento sugerido: Examen escrito con preguntas de desarrollo y análisis de caso práctico con rúbrica detallada.

Unidad 3: Prescripción Nutricional para Enfermedades Metabólicas y Cardiovasculares

Objetivos de Aprendizaje

- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de analizar los mecanismos fisiopatológicos de la diabetes mellitus, hipertensión arterial y dislipidemias para fundamentar la prescripción dietoterapéutica.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de evaluar los factores nutricionales y clínicos que influyen en el manejo de enfermedades metabólicas y cardiovasculares mediante el uso de evidencia científica actualizada.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de diseñar planes dietoterapéuticos individualizados para pacientes con diabetes mellitus, hipertensión y dislipidemias, considerando sus características clínicas y preferencias.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de justificar la selección y ajuste de estrategias nutricionales para el control metabólico y cardiovascular basándose en criterios clínicos y nutricionales integrados.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de comunicar eficazmente las indicaciones dietéticas específicas para pacientes con enfermedades metabólicas y cardiovasculares en un contexto interdisciplinario.

Contenidos Temáticos

1. Introducción a las enfermedades metabólicas y cardiovasculares

- Definición y epidemiología de la diabetes mellitus, hipertensión arterial y dislipidemias.
- Impacto clínico y social de estas enfermedades.
- Importancia de la dietoterapia en el manejo integral.

2. Mecanismos fisiopatológicos fundamentales

- **Diabetes Mellitus:** Tipos (1, 2 y gestacional), resistencia a la insulina, disfunción de células beta, hiperglucemia crónica y sus complicaciones.
- **Hipertensión Arterial:** Regulación de la presión arterial, papel del sistema renina-angiotensina-aldosterona, estrés oxidativo e inflamación vascular.
- **Dislipidemias:** Metabolismo lipídico, alteraciones en LDL, HDL y triglicéridos, aterosclerosis y riesgo cardiovascular.

3. Factores nutricionales y clínicos en el manejo dietoterapéutico

- Evaluación nutricional integral: antropometría, bioquímica, historial dietético y clínico.
- Factores clínicos asociados: comorbilidades, medicación, estado funcional y preferencias alimentarias.
- Revisión crítica de la evidencia científica actualizada sobre intervenciones nutricionales en diabetes, hipertensión y dislipidemias.

4. Diseño de planes dietoterapéuticos individualizados

- Principios básicos para la prescripción nutricional en cada enfermedad.
- Selección de macronutrientes y micronutrientes: control glucémico, restricción de sodio, manejo de lípidos.
- Adaptación a características clínicas, culturales y preferencias del paciente.
- Ejemplos prácticos de planes dietoterapéuticos para casos clínicos representativos.

5. Justificación y ajuste de estrategias nutricionales

- Interpretación de resultados clínicos y bioquímicos para ajuste dietoterapéutico.
- Monitoreo y evaluación del impacto de la dieta en el control metabólico y cardiovascular.
- Modificación progresiva del plan según respuesta clínica y adherencia.

6. Comunicación interdisciplinaria en la prescripción dietoterapéutica

- Estrategias para la comunicación efectiva con pacientes y equipo de salud.
- Uso de lenguaje claro y adaptado para diferentes interlocutores.
- Documentación y presentación de planes dietoterapéuticos en contextos clínicos.
- Promoción de la educación nutricional y adherencia al tratamiento.

Actividades

Actividad 1: Análisis de casos clínicos para identificación de mecanismos fisiopatológicos

Objetivo: Contribuye al objetivo de analizar los mecanismos fisiopatológicos de las enfermedades para fundamentar la prescripción dietoterapéutica.

Descripción:

- Se presenta a los estudiantes diversos casos clínicos con datos clínicos, bioquímicos y antecedentes.
- En grupos, analizan y describen los mecanismos fisiopatológicos implicados en cada caso.
- Discuten cómo estos mecanismos afectan la elección de intervenciones dietéticas.
- Comparten sus conclusiones en una sesión plenaria para retroalimentación.

Organización: Grupos de 3-4 estudiantes.

Producto esperado: Informe grupal con análisis fisiopatológico y propuesta inicial de enfoque dietético.

Duración estimada: 2 horas.

Actividad 2: Revisión crítica y discusión de evidencia científica actualizada

Objetivo: Evaluar factores nutricionales y clínicos mediante evidencia científica actualizada.

Descripción:

- Asignar a cada estudiante un artículo científico reciente sobre dietoterapia en diabetes, hipertensión o dislipidemias.
- Cada estudiante realiza un resumen crítico destacando hallazgos relevantes y limitaciones.

- En parejas, comparan y discuten los resultados para identificar recomendaciones prácticas.
- El docente modera una discusión plenaria para integrar conocimientos.

Organización: Individual y parejas.

Producto esperado: Resumen crítico individual y esquema de recomendaciones por parejas.

Duración estimada: 3 horas (incluye lectura y discusión).

Actividad 3: Diseño de planes dietoterapéuticos individualizados

Objetivo: Diseñar planes dietoterapéuticos individualizados considerando características clínicas y preferencias.

Descripción:

- Proporcionar a los grupos casos clínicos completos con datos antropométricos, bioquímicos y hábitos alimentarios.
- Los estudiantes elaboran planes dietoterapéuticos detallados, justificando cada componente nutricional y adaptación específica.
- Presentan su plan a la clase simulando una consulta interdisciplinaria, recibiendo retroalimentación del docente y compañeros.

Organización: Grupos de 3-4 estudiantes.

Producto esperado: Plan dietoterapéutico individualizado con justificación clínica y nutricional.

Duración estimada: 4 horas.

Actividad 4: Simulación de comunicación interdisciplinaria y educación al paciente

Objetivo: Comunicar eficazmente indicaciones dietéticas específicas en contexto interdisciplinario.

Descripción:

- Simulación de roles: un estudiante hace de nutricionista, otro de médico, otro de paciente con enfermedad metabólica o cardiovascular.
- El nutricionista debe explicar el plan dietoterapéutico, resolver dudas y adaptar el mensaje según el interlocutor.
- El equipo evalúa la claridad, pertinencia y empatía en la comunicación.
- Reflexión grupal sobre mejores prácticas y desafíos en la comunicación clínica.

Organización: Grupos de 3 estudiantes.

Producto esperado: Registro de la simulación y lista de recomendaciones para comunicación efectiva.

Duración estimada: 2 horas.

Evaluación

Evaluación diagnóstica

Qué se evalúa: Conocimientos previos sobre mecanismos fisiopatológicos y conceptos básicos de dietoterapia en enfermedades metabólicas y cardiovasculares.

Cómo se evalúa: Cuestionario escrito con preguntas de opción múltiple y respuesta corta.

Instrumento sugerido: Test diagnóstico al inicio de la unidad con 15-20 preguntas.

Evaluación formativa

Qué se evalúa: Progreso en el análisis fisiopatológico, capacidad crítica para revisar evidencia, diseño de planes y comunicación interdisciplinaria.

Cómo se evalúa: Revisión continua de informes de análisis de casos, resúmenes críticos, planes dietoterapéuticos y desempeño en simulaciones.

Instrumento sugerido: Rúbricas detalladas para cada actividad que valoren contenido, justificación, claridad y aplicabilidad.

Evaluación sumativa

Qué se evalúa: Integración de conocimientos y habilidades para diseñar, justificar y comunicar un plan dietoterapéutico integral para un paciente con enfermedad metabólica o cardiovascular.

Cómo se evalúa: Examen práctico donde el estudiante recibe un caso clínico y debe elaborar un plan dietoterapéutico, justificarlo y presentar una explicación oral simulando la consulta.

Instrumento sugerido: Examen integrador con rúbrica de evaluación para aspectos técnicos, científicos y comunicativos.

Unidad 4: Dietoterapia en Trastornos Gastrointestinales y Otras Enfermedades Prevalentes

Objetivos de Aprendizaje

- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de analizar los mecanismos fisiopatológicos de trastornos gastrointestinales y su relación con la nutrición, aplicando conceptos clínicos para el manejo dietoterapéutico.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de evaluar factores nutricionales específicos que afectan la obesidad y otras enfermedades prevalentes, utilizando herramientas clínicas para diseñar intervenciones personalizadas.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de elaborar planes dietoterapéuticos individualizados para pacientes con enfermedades digestivas comunes, justificando las elecciones dietéticas basándose en evidencia científica y necesidades clínicas.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de integrar información clínica y nutricional para adaptar y monitorear el tratamiento dietético en trastornos gastrointestinales y patologías asociadas, asegurando la eficacia y seguridad del plan.
- Al finalizar la unidad, el estudiante será capaz de comunicar de manera clara y efectiva las indicaciones dietéticas a pacientes y profesionales de la salud, facilitando la comprensión y el seguimiento interdisciplinario del tratamiento.

Contenidos Temáticos

1. Introducción a los trastornos gastrointestinales y su relación con la nutrición

- Definición y clasificación de trastornos gastrointestinales prevalentes.

- Principios fisiopatológicos básicos de los trastornos digestivos.
- Impacto de la nutrición en la función gastrointestinal y en la evolución de las enfermedades digestivas.
- Conceptos clínicos fundamentales para la evaluación dietoterapéutica.

2. Mecanismos fisiopatológicos de trastornos gastrointestinales comunes

- Enfermedad por reflujo gastroesofágico (ERGE): mecanismos, factores agravantes y consecuencias nutricionales.
- Gastritis y úlcera péptica: etiología, fisiopatología y consideraciones dietéticas.
- Síndrome del intestino irritable (SII): fisiopatología, factores desencadenantes y papel de la dieta.
- Enfermedad inflamatoria intestinal (EII): características clínicas, procesos inflamatorios y manejo nutricional.
- Alteraciones en la absorción intestinal: intolerancias alimentarias y malabsorciones.

3. Evaluación nutricional en trastornos gastrointestinales y enfermedades prevalentes

- Detección y análisis de factores nutricionales específicos que afectan la obesidad y enfermedades gastrointestinales.
- Herramientas clínicas para valoración nutricional: anamnesis, antropometría, bioquímica y cuestionarios dietéticos.
- Interpretación de resultados clínicos y su integración para el diseño dietoterapéutico.
- Identificación de riesgos nutricionales y comorbilidades asociadas.

4. Diseño y elaboración de planes dietoterapéuticos individualizados

- Principios para la prescripción dietética personalizada según diagnóstico y estado clínico.
- Modificaciones dietéticas específicas para cada trastorno gastrointestinal: restricción, eliminación, suplementación y textura alimentaria.
- Abordaje dietético en obesidad y enfermedades metabólicas relacionadas: control calórico, selección de nutrientes y patrones alimentarios.
- Justificación basada en evidencia científica y necesidades clínicas.
- Casos prácticos para la elaboración de planes dietoterapéuticos.

5. Integración y monitoreo del tratamiento dietético

- Seguimiento clínico y nutricional: indicadores de eficacia y seguridad.
- Adaptación del plan dietético ante cambios en el cuadro clínico o respuesta terapéutica.
- Uso de herramientas y tecnologías para el monitoreo nutricional.
- Prevención de complicaciones nutricionales y mejora de la calidad de vida del paciente.

6. Comunicación efectiva de indicaciones dietéticas

- Estrategias para la comunicación clara y comprensible de las recomendaciones dietéticas a pacientes.
- Interdisciplinariedad: coordinación con profesionales de la salud para el seguimiento del tratamiento.
- Materiales educativos y recursos para facilitar la adherencia dietética.

- Manejo de dudas y resistencias en el proceso educativo nutricional.

Actividades

1. Análisis de casos clínicos de trastornos gastrointestinales

Objetivo: Contribuir al análisis de los mecanismos fisiopatológicos y aplicar conceptos clínicos para el manejo dietoterapéutico.

Descripción:

- Se presentan tres casos clínicos detallados de pacientes con diferentes trastornos gastrointestinales.
- Los estudiantes deben identificar los mecanismos fisiopatológicos involucrados y los factores nutricionales que afectan el cuadro.
- En grupos, desarrollan un plan dietoterapéutico preliminar basado en la evidencia y justifican su propuesta.
- Se realiza una puesta en común con retroalimentación del docente.

Organización: Grupos de 4-5 estudiantes.

Producto esperado: Informe escrito con análisis clínico-nutricional y plan dietoterapéutico.

Duración estimada: 2 horas.

2. Taller de evaluación nutricional e interpretación de datos clínicos

Objetivo: Evaluar factores nutricionales específicos y utilizar herramientas clínicas para diseñar intervenciones personalizadas.

Descripción:

- Se entrega a los estudiantes datos reales o simulados de valoración nutricional de diferentes pacientes.
- Individualmente o en parejas, deben interpretar resultados antropométricos, bioquímicos y dietéticos.
- Con base en los datos, diseñan recomendaciones nutricionales personalizadas.
- Discusión grupal para comparar enfoques y resolver dudas.

Organización: Individual o parejas.

Producto esperado: Informe breve con diagnóstico nutricional y recomendaciones.

Duración estimada: 1.5 horas.

3. Elaboración y presentación de planes dietoterapéuticos individualizados

Objetivo: Elaborar planes dietoterapéuticos individualizados justificando las elecciones dietéticas.

Descripción:

- Se asigna a cada grupo un paciente con trastorno gastrointestinal y comorbilidades asociadas.
- Con base en la información clínica y nutricional, elaboran un plan dietoterapéutico completo.
- Preparan una presentación en la que explican y justifican su plan, considerando evidencia científica.
- Realizan una exposición oral seguida de preguntas y discusión con el grupo y docente.

Organización: Grupos de 3-4 estudiantes.

Producto esperado: Plan dietoterapéutico escrito y presentación oral.

Duración estimada: 3 horas (incluye preparación y presentación).

4. Simulación de consulta nutricional y comunicación interdisciplinaria

Objetivo: Comunicar de manera clara y efectiva las indicaciones dietéticas a pacientes y profesionales de la salud.

Descripción:

- En parejas, un estudiante actúa como nutricionista y el otro como paciente con trastorno gastrointestinal.
- Se realiza una simulación de consulta donde el "nutricionista" explica indicaciones dietéticas adaptadas.
- Posteriormente, se simula una comunicación con otro profesional de la salud, presentando el plan y recomendaciones.
- Se intercambian roles y se realiza retroalimentación grupal sobre habilidades comunicativas y manejo de dudas.

Organización: Parejas y luego plenaria.

Producto esperado: Informe reflexivo individual sobre la experiencia y autoevaluación de habilidades comunicativas.

Duración estimada: 2 horas.

Evaluación

Evaluación diagnóstica

Qué se evalúa: Conocimientos previos sobre fisiopatología de trastornos gastrointestinales, nutrición clínica y habilidades básicas para el manejo dietoterapéutico.

Cómo se evalúa: Cuestionario de opción múltiple y preguntas abiertas al inicio de la unidad.

Instrumento sugerido: Test en plataforma digital o papel con 15 preguntas.

Evaluación formativa

Qué se evalúa: Progreso en análisis clínico-nutricional, diseño de planes dietoterapéuticos y comunicación efectiva.

Cómo se evalúa: Revisión continua de actividades prácticas (casos clínicos, taller de evaluación, simulaciones), retroalimentación oral y escrita.

Instrumento sugerido: Rúbricas para informes escritos, presentaciones orales y desempeño en simulaciones.

Evaluación sumativa

Qué se evalúa: Integración y aplicación de conocimientos para elaborar y justificar planes dietoterapéuticos individualizados, así como la capacidad de comunicación y seguimiento.

Cómo se evalúa: Examen escrito con preguntas de desarrollo y análisis de casos clínicos, presentación final de plan dietoterapéutico y evaluación de simulación de consulta.

Instrumento sugerido: Examen escrito, rúbrica de presentación y lista de cotejo para simulación.

