CRONOGRAMA DE NUTRICIÓN GERIÁTRICA PRIMAVERA 2024

CRONOGRAMA		
TEMA	**SUBTEMAS**	**OBJETIVOS Y ACTIVIDADES**
Presentación de la materia	**Martes 9 de enero** 1.Programa de la materia 2. Presentación de los profesores y alumnos.	1.1 Comprender los objetivos generales y específicos de la materia 1.2 Identificar los temas y subtemas 1.3 Identificar fechas importantes dentro del programa de la materia 4. Conocer la Plataforma virtual BS
1. Perfil demográfico y epidemiológico del envejecimiento y su implicación en la salud y nutrición.	**jueves 11de enero** 1.1 Demografía y Epidemiología del Envejecimiento. 1.2 Envejecimiento poblacional en México: implicaciones para la salud.	1.1 Identificar y comprender el proceso de transición demográfica y epidemiológica a nivel mundial y nacional. 1.2. Determinar la implicación del envejecimiento poblacional en el estado de salud y nutrición en el adulto mayor. 1.3. Realizar un resumen y una infografía de los hechos más destacados que ilustran la situación actual de salud de las personas mayores en México.
1.Perfil demográfico y epidemiológico del envejecimiento y su implicación en la salud y nutrición (continuación) 2. Proceso de Envejecimiento y Nutrición	**Martes 16 de enero** 1.3 Fuentes de información actuales del estado de nutrición de la población mexicana mayor de 60 años. Prevalencia de riesgo de malnutrición de AM de 60 años de la población mexicana. 1.3 Hechos y desafíos para un envejecimiento saludable en México **Jueves 18 de enero** 2.1 Cambios biológicos, fisiológicos y metabólicos de nutrición y envejecimiento.	1.1 Aprenderá cuáles son las prevalencias de los niveles de riesgo de malnutrición (desnutrición, sobrepeso y obesidad) de los adultos mayores mexicanos según grupos de edad y de sexo. 1.2 Presentación de infografía, explicación de los Hechos y Desafíos. 2.1 Revisar los cambios biológicos, fisiológicos y metabólicos 2.2 Generar un mapa conceptual.
2. Proceso de Envejecimiento y Nutrición	**Martes 23 de enero** 2.1 Fundamentos Biológicos, fisiológicos y metabólicos de nutrición y envejecimiento	2.1.1 Revisar los factores mentales, psicológicos y sociales que se presentan durante el envejecimiento e influyen con el estado nutricio del adulto mayor.
2.2 Proceso de Envejecimiento y Nutrición	**Jueves 25 de enero** 2.2.1 Determinantes mentales, psicológicos y sociales del envejecimiento	2.2.1 Revisar los factores mentales, psicológicos y sociales que se presentan durante el envejecimiento e influyen con el estado nutricio del adulto mayor.

3. Teorías del envejecimiento	**Martes 30 y jueves 1 de febrero** 3.1 Teoría celular y fisiológica 3.2 Teoría de la restricción calórica 3.3 Teoría del envejecimiento programado 3.4 Teoría genética y la de mutación genética 3.5 Teoría cross-linkage 3.6 Teoría de los radicales libres 3.7 Teoría “garbage” celular 3.8 Teoría de los errores acumulados 3.9 Teoría del desgaste y deterioro (wear and tear) 3.10 Teoría autoinmune 3.11 Teoría endocrinas 3.12 Teorías psicológicas 3.13 Teorías sociológicas	3. Explicar las teorías del envejecimiento y comprender los posibles mecanismos involucrados en este proceso
PRIMER EXAMEN PARCIAL MARTES 6 DE FEBRERO		
4. Valoración geriatrica integral	**Jueves 08 de febrero** 4.1 Definición y objetivos de una Valoración Geriátrica Integral (VGI) **Martes 13 de febrero** 4.2 Evaluación funcional (AVD y AIVD)	4.1.1 Revisar las técnicas de evaluación antropométrica en personas mayores 4.2.1. Aplicar los instrumentos para AVD y AIVD
5. Evaluación Geriátrica Integral	**Jueves 15 y martes 20 de febrero** 6.2 Evaluación médico-biológica del adulto mayor 6.3 Evaluación cognitiva 6.4 Evaluación socioemocional 6.4 Evaluación salud oral 6.6 Evaluación de comorbilidad	6.1.1 Definir a que nos referimos con VGI y los objetivos de esta. 6.2.1 Explicar los cuatros esferas que componen la VGI y conocerá las herramientas básicas para cada una de las evaluaciones: clínica, mental, social y funcional
4. Recomendaciones nutrimentales en el adulto mayor 5. Recomendaciones nutrimentales en el adulto mayor en condiciones patológicas y/o síndromes geriátricos	**jueves 22 de febrero** 4.1 Vitaminas 4.2 Minerales 4.3 Proteínas 4.4 Carbohidratos 4.5 Lípidos 4.6 Agua **Martes 27 y jueves 29 de febrero** 5.1 Diabetes 5.2 Enfermedad Cardiovascular 5.3 Enfermedades inflamatorias 5.4 Osteopenia y osteoporosis	4.1. Revisar recomendaciones nutrimentales en el adulto mayor 5.1 Revisar recomendaciones nutrimentales en el adulto mayor en condiciones patológicas y/o síndromes geriátricos
5. Recomendaciones nutrimentales en el adulto mayor en condiciones patológicas y/o síndromes geriátricos (continuación)	**Martes 5 de marzo** 5.6 Demencias 5.7 Alzheimer 5.8 Parkinson	5.2 Revisar recomendaciones nutrimentales en el adulto mayor en condiciones patológicas y/o síndromes geriátricos
5. Recomendaciones nutrimentales en el adulto mayor en condiciones patológicas y/o síndromes geriátricos (continuación)	**Jueves 7 de marzo** 5.9 Caídas 5.10 Incontinencia urinaria 5.11 Polifarmacia 5.12 Úlceras por presión	5.3 Revisar recomendaciones nutrimentales en el adulto mayor en condiciones patológicas y/o síndromes geriátricos

5. Recomendaciones nutrimentales en el adulto mayor en condiciones patológicas y/o síndromes geriátricos (continuación)	**Martes 12 y Jueves 14 de marzo** Obesidad 5.11 Obesidad sarcopénica 5.12Sarcopenia 5.13 Desnutrición energético-proteica 5.14 Fragilidad	5.1 Revisar recomendaciones nutrimentales en el adulto mayor en condiciones patológicas y/o síndromes geriátricos
6. Evaluación de la alimentación	**Martes 19 de marzo** 7.1 Métodos de evaluación dietaría en el AM. 7.2 Registro pesado de alimentos 7.3 Recordatorio de 24 horas 7.4 Cuestionario de frecuencia de consumo de alimentos	7. Revisar las generalidades de los diferentes métodos dietarios y sus peculiaridades cuando se aplican al AM.
7. Interacción Fármaco-Nutrimento	**Jueves 21 de marzo** **6**.1 fármacos más comunes 6.2 Interacción fármaco-nutrimento 6.3 Interacción nutrimento-farmaco	6.1 Revisar la interacción de fármacos con los alimentos
SEGUNDO EXAMEN PARCIAL MARTES 26 de marzo		
8. Evaluación de la composición corporal del adulto mayor	**jueves 28 de marzo** 8.1 Cambios de composición corporal durante el envejecimiento y su implicación en el estado de salud y/o nutricional.	8.1 Conocerá los cambios de composición corporal durante el envejecimiento y su implicación en el estado de salud y nutricional.
8. Evaluación de la composición corporal del adulto mayor	**Martes 2 y jueves 4 de abril** 8.2 Modelos y métodos de evaluación de composición corporal en el AM. 8.3 Antropometría en adultos mayores.	8.2 Aprenderá los modelos y métodos de composición corporal disponibles en la actualidad para la evaluación del AM. 8.3 Conocerá las especificaciones de las mediciones antropométricas en el AM.
9. Escalas geriátricas	**Martes 9 y jueves 11 de abril** 9.1 Escalas geriátricas para evaluación nutricional 9.2 Escalas y/o pruebas geriátricas para la evaluación funcional y/o desempeño físico	9.Conocer y revisar con detalle las escalas geriátricas disponibles actualmente para evaluar el estado de nutrición y desempeño físico y funcionalidad den el adulto mayor
10. Pruebas de desempeño físico 11. Tópicos de alimentación y funcionalidad	**Martes 16 y jueves 18 de abril** 10.1 Prueba corta de desempeño físico 10.2 Pruebas y equipos para evaluar fuerza muscular, velocidad de la marcha y balance en el adulto mayor **Martes 23 y 25 de abril** 11.1 Alimentación y función física 11.2 micronutrimentos y función física 11.3 patrones dietarios	10.Conocer y revisar con detalle las escalas geriátricas disponibles para evaluar el desempeño físico y funcionalidad den el adulto mayor 11.1 conocerá la información actualizada sobre la alimentación y función física
3 DE MAYO IBERO PROYECTA		

12. Actividad física en el adulto mayor	**Martes 7 de mayo** 11. 1 Tipos de ejercicio recomendados en el adulto mayor sano 11.2 Recomendaciones de actividad física para las principales condiciones patológicas y/o síndromes geriátricos del AM	11.1 Revisar los tipos de ejercicios recomendados para mejorar fuerza muscular, velocidad de la marcha, balance y equilibrio del adulto mayor. 11.2 Revisar la actividad física recomendada para las principales condiciones patológicas y/o síndromes geriátricos.
EXAMEN FINAL: JUEVES 09 DE MAYO		
12. Integración de Diagnóstico nutricio y VGI	**14 de mayo** 12.1 Integración de diagnóstico	12.1 Proyecto final de Nutrición geriátrica
11. Cierre: Modelo gerontológico de evaluación nutricia en el adulto mayor	**Cierre: martes 16 de mayo** 11. Papel del nutriólogo en la evaluación geriátrica integral de la persona mayor	11. Dar un enfoque del papel que juega el nutriólogo en la evaluación geriátrica integral del adulto mayor
16 de mayo entrega final de proyecto **Exposición de caso clínico y/ o proyecto de investigación en PROYECTA IBERO**		