

Curso EIR 2019/2020

Nut⁺

NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

ESENCIALES A⁺





**Esenciales Aulaplas
Nutrición y Dietética
Curso EIR 2019/20**

Aulaplas Formación, S. L.
www.aulaplasformacion.es
info@aulaplasformacion.es

Diseño, maquetación e ilustraciones:
Aulaplas Formación, S. L.
Shutterstock, Flaticon

Impresión: www.aulaplasformacion.es

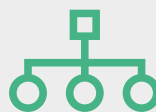
Sumario



Estadísticas



**Líneas
de tendencia**



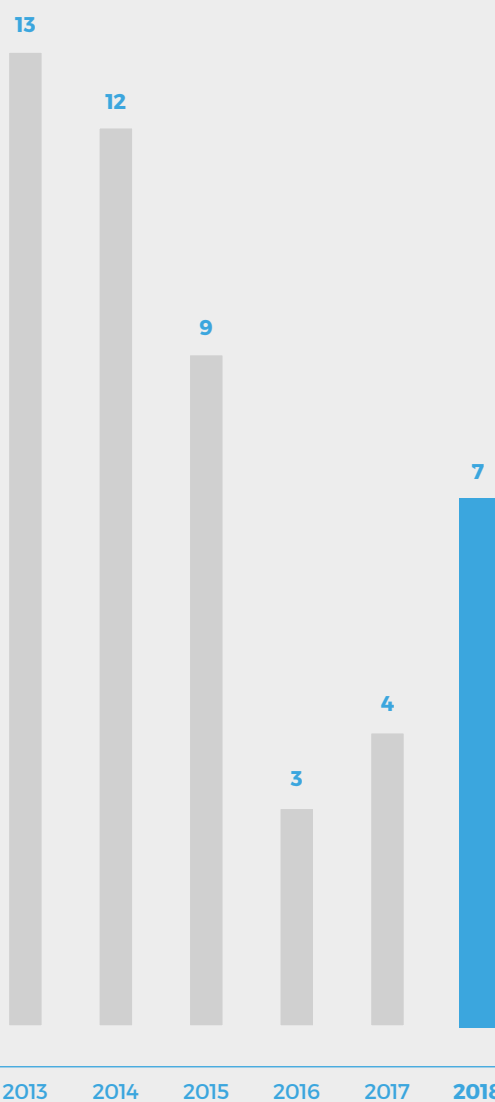
**Mapas
conceptuales**



Actualizaciones



Tendencia general (2013-2018)

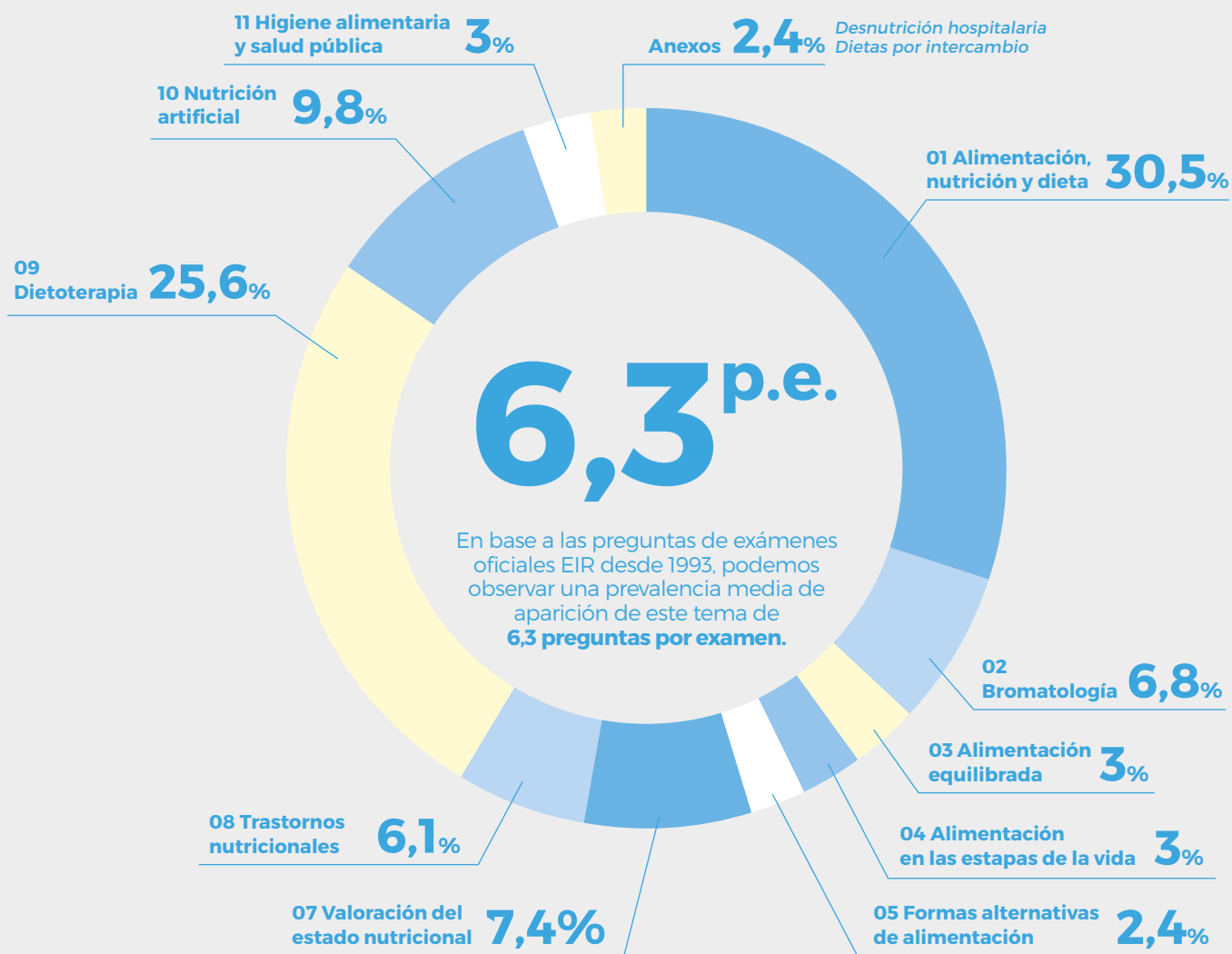


Importancia de la asignatura dentro del histórico de exámenes EIR

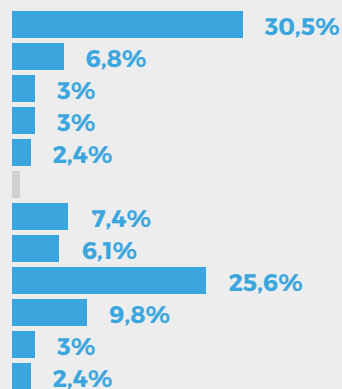
ASIGNATURA	N.º Preg.	%
Salud Pública y Comunitaria	246	6,8 %
Fundamentos	219	6,1 %
Maternal	202	5,6 %
Epidemiología	202	5,6 %
Respiratorio/equilibrio	202	5,6 %
Psicosocial	199	5,5 %
Neurología	178	4,9 %
Cardiología	172	4,8 %
NUTRICIÓN	164	4,6 %
Farmacología	163	4,6 %
Salud mental	157	4,4 %
Investigación	150	4,2 %
Gestión	136	3,7 %
Oncohematología	135	3,7 %
Infantil	121	3,3 %
Geriatría	120	3,3 %
Bioética	120	3,3 %
Digestivo	112	3,1 %
Traumatología	100	2,8 %
Endocrinología	94	2,7 %
Modelos	89	2,4 %
Nefrourología	85	2,3 %
Urgencias	82	2,3 %
Quirúrgico	76	2,1 %
Dermatología	73	2 %

Nutrición y dietética

Distribución por temas en el histórico del EIR.
Total: **164 preguntas**.



01 Alimentación, nutrición y dieta
02 Bromatología
03 Alimentación equilibrada
04 Alimentación en las etapas de la vida
05 Formas alternativas de alimentación
06 Alimentación y deporte
07 Valoración del estado nutricional
08 Trastornos nutricionales
09 Dietoterapia
10 Nutrición artificial
11 Higiene alimentaria y salud pública
Anexos





Líneas de tendencia

Nutrición y dietética

Total: **164 preguntas** de las cuales se distribuyen en líneas de tendencia las siguientes:

01 ALIMENTACIÓN NUTRICIÓN Y DIETA	50 p.
02 BROMATOLOGÍA	11 p.
03 VALORACIÓN DEL ESTADO NUTRICIONAL	12 p.
04 TRASTORNOS NUTRICIONALES	10 p.
05 DIETOTERAPIA	42 p.
06 NUTRICIÓN ARTIFICIAL	16 p.
ANEXO	4 p.

01 ALIMENTACIÓN NUTRICIÓN Y DIETA

N.º Preguntas: **50**

Conceptos clave

El punto 1 de nutrición engloba muchos conceptos dispares que iremos tratando de uno en uno. Números de Atwater fueron preguntados en los primeros exámenes del EIR y desde el 2002 no se han vuelto a preguntar. En los requerimientos energéticos los últimos años las preguntas han recaído en las fórmulas de cálculo metabólico. En el apartado de tipos de nutrientes observamos preguntas muy antiguas en las que la mayoría de ellas podemos sacar un rendimiento alto con poco esfuerzo, hay que tener en cuenta que las preguntas más complejas que han realizado en este apartado está relacionado con las vitaminas y con los problemas relacionados con sus carencias.

Nivel complejidad

El nivel de complejidad de este punto es bajo, lo más complejo es controlar las fórmulas de gasto metabólico y los problemas relacionados con las carencias de las vitaminas. Para el abordaje de la mayoría de preguntas basta con tener unos conocimientos básicos y estructurados de cada subapartado.

Tendencia esperada:



La **caja invisible** de preguntas nos lleva a construir preguntas esperadas centradas en:

1. Buscar problemas carenciales que no vienen reflejados en nuestra tabla de las vitaminas lipo e hidrosolubles.
2. Incremento de la complejidad de preguntas sobre los tipos de nutrientes.

02 BROMATOLOGÍA

N.º Preguntas: **11**

Conceptos clave

Las preguntas de bromatología son realmente en sí mismas una caja invisible, suelen ser preguntas que aparecen de mitad del examen en adelante y juegan con el cansancio del opositor. Son preguntas complejas de conceptos a priori sencillos si se dominan las características de cada grupo de alimentos pero que mezclan para elevar su complejidad a no ser que encontremos la clave de la pregunta. Tiene una tendencia de aparición clara desde 2012 suele caer una pregunta menos los años 2016 y 2017.

Nivel complejidad

Son preguntas exigentes a priori pero que tienen truco a la hora de responder. Cuanto más conocimiento tengamos de los grupos de alimentos más “sencillas” las encontraremos.

Tendencia esperada:



La **caja invisible** de preguntas nos lleva a construir preguntas esperadas centradas en:

1. Preguntas sobre conceptos de claves de los distintos grupos de alimentos.
2. Preguntas mezclando los conceptos entre los distintos grupos de alimentos.
3. Preguntas mezclando conceptos dentro del mismo grupo de alimentos.

03 VALORACIÓN DEL ESTADO NUTRICIONAL

N.º Preguntas: **12**

Conceptos clave

Han preguntado valoración antropométrica: IMC, pliegues y circunferencias. Los parámetros bioquímicos son la parte más compleja a priori ya que es necesario tirar de memoria para conocer los valores de cada proteína y su tiempo de vida.

Nivel complejidad

El nivel de complejidad de las preguntas de este apartado es medio, pero se puede volverse muy complejo. Pueden entrar a jugar con los valores de IMC y sobrepeso, algo que han presentado, pero no han explotado aún en toda su plenitud, en las medidas de pliegues cutáneos y circunferencias han hecho preguntas hasta ahora sencillas, pudiendo aumentar la complejidad si entran en cómo realizar las mediciones de cada uno de los pliegues. En cuanto a los parámetros bioquímicos las preguntas han sido de datos específicos y aún no han preguntado nada de los parámetros inmunológicos.

Tendencia esperada:



La **caja invisible** de preguntas nos lleva a construir preguntas esperadas centradas en:

1. Preguntas de los valores de IMC y sus correspondencias con sobrepeso y obesidad.
2. Preguntas sobre las circunferencias/pliegues según sus funciones y utilidad.
3. Preguntas sobre los parámetros bioquímicos e inmunológicos mezclando conceptos.

04 TRASTORNOS NUTRICIONALES

N.º Preguntas: **10**

Conceptos clave

Las preguntas de este punto han ido encaminadas al Marasmo y el Kwashiorkor, la última en 2017. El resto de preguntas son de escalas de valoración nutricional. La parte de las escalas en cuanto al número de preguntas es la que más ha crecido ya que es un tema en auge y esperamos que en los próximos años mantenga su aumento

Nivel complejidad

Las preguntas sobre el Marasmo y el Kwashiorkor han sido preguntas de dificultad media ya que han buscado liar mezclando las características de uno y otro. Las preguntas de las escalas han sido de una complejidad mayor y han buscado siempre puntos críticos sobre los que preguntar.

Tendencia esperada:



La **caja invisible** de preguntas nos lleva a construir preguntas esperadas centradas en:

1. Preguntas mezclando conceptos entra Marasmo y Kwashiorkor.
2. Preguntas sobre cualquier concepto de cualquier escala de valoración nutricional (puntos de corte parámetros que valora...).
3. Preguntas sobre la obesidad tipos y tratamientos.

05 DIETOTERAPIA

N.º Preguntas: **42**

Conceptos clave

Este tema presenta una gran dispersión de preguntas en cada tipo de dieta. Los puntos clave son las indicaciones para cada dieta, las características generales de las mismas y los alimentos que podría o no ingerir el paciente.

Nivel complejidad

La complejidad se ha mantenido con el paso de los años y no hay grandes variaciones de las formas de preguntar.

Tendencia esperada:



La **caja invisible** de preguntas nos lleva a construir preguntas esperadas centradas en:

1. Preguntas vinculando patologías y dietas
2. Preguntas que vinculen las patologías con las características de la dieta.
3. Preguntas que vinculen patologías y alimentos que puedan o no ingerir.

06 NUTRICIÓN ARTIFICIAL

N.º Preguntas: **16**

Conceptos clave

En este apartado podemos observar que uno de los puntos clave son los volúmenes a administrar en las sondas enterales y las complicaciones y cuidados de la nutrición parenteral. Este punto no ha sido muy explotado a lo largo de los años por el EIR, es un apartado del que se puede sacar mucha información y es un trabajo que es responsabilidad de enfermería en gran medida.

Nivel complejidad

El nivel de complejidad de estas preguntas ha sido medio ya que suelen ser preguntas muy similares en las que aún no han profundizado.

Tendencia esperada:



La **caja invisible** de preguntas nos lleva a construir preguntas esperadas centradas en:

1. Preguntas complicaciones del sondaje enteral.
2. Preguntas complicaciones e indicaciones del sondaje parenteral.
3. Preguntas de conceptos que hubierais preguntado vosotros sobre este tema para pillar si tuvierais que poner este examen.

ANEXO

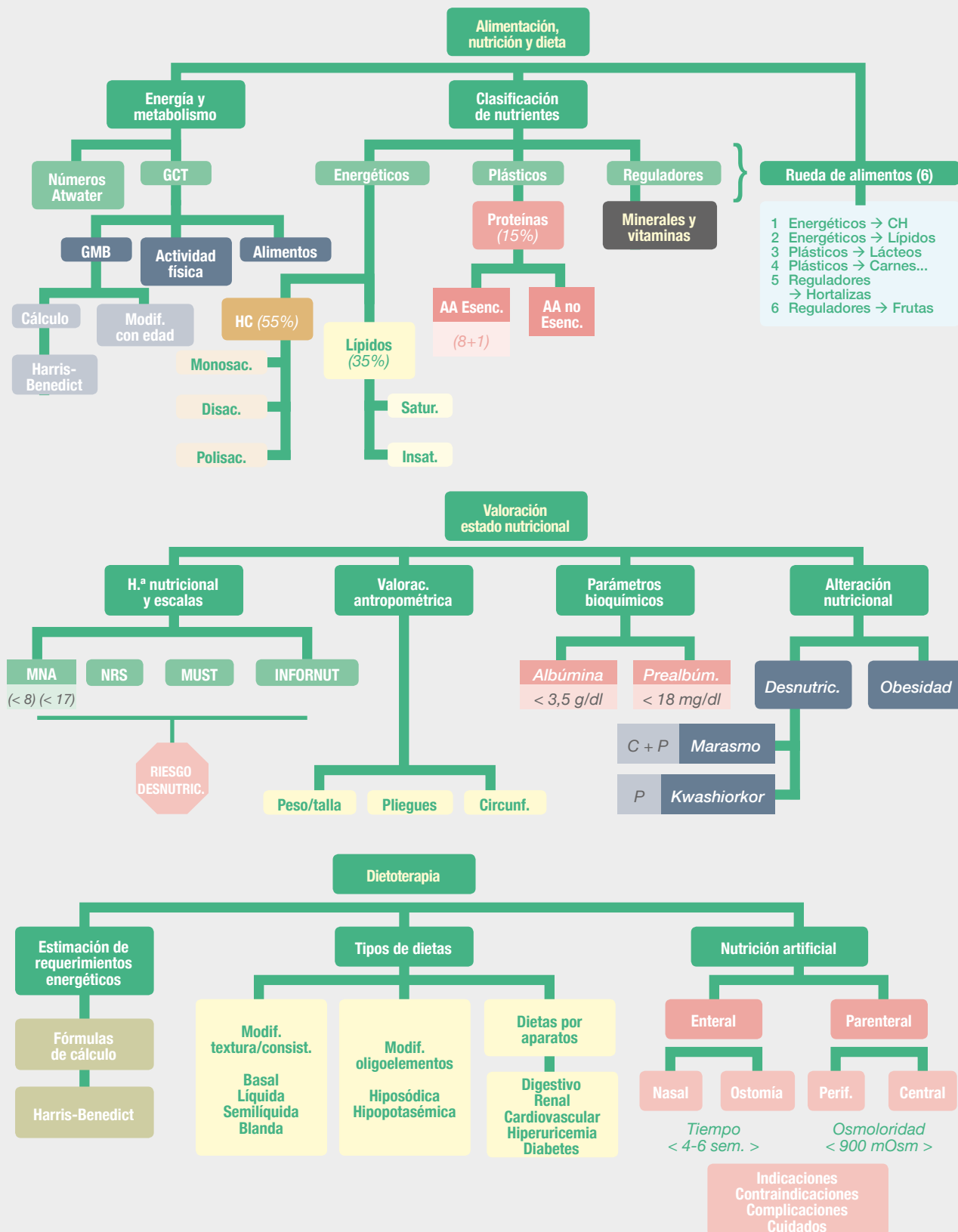
N.º Preguntas: **4**

Las preguntas referentes a los anexos no las podemos considerar actualmente tendencias, pero hay que manejar muy bien los conceptos de cara a que desde el Ministerio decidan hacerlas tendencia.



Mapa conceptual

PUNTOS CLAVE





AULA+

www.aulaplusformacion.es