



Sexto Semestre

Nutrición en el ciclo de la vida II

Unidad 3

Nutrición en el adulto
mayor





Material bibliográfico



Índice	
Unidad 3. Nutrición en el adulto mayor.....	4
Competencia específica	4
Logros	4
3.1 Envejecimiento, cambios fisiológicos.....	4
3.1.1 Evaluación del estado de nutrición	5
3.1.2 Necesidades energéticas y distribución calórica	6
3.1.3 Ingesta recomendada de macronutrientes y micronutrientes	7
3.1.4 Recomendaciones nutrimentales dietéticas	7
3.1.5 Plan de alimentación	8
3.2 Prevención, alimentación y nutrición	9
3.2.1 La nutrición como prevención primaria, secundaria y terciaria	10
3.2.2 Calidad de vida y alimentación en el adulto mayor.....	10



Unidad 3. Nutrición en el adulto mayor

Competencia específica

Analiza las características anatómicas y fisiológicas en el adulto mayor mediante la identificación de sus requerimientos nutricionales para diseñar un plan de alimentación.

Logros

Distingue las características y aspectos biológicos (anatomía y fisiología), psicológicos y sociales en el adulto mayor.

Identifica los requerimientos nutricionales en la etapa de adulto mayor.

Analiza elementos para diseñar un plan de alimentación en la etapa de adulto mayor.

3.1 Envejecimiento, cambios fisiológicos

Referencias

- Gutiérrez, L. M., Ruiz, L., & Velázquez, C. (2015). Nutrición en el adulto mayor. M. Kaufer, B. Pérez, & P. Arroyo, Nutriología Médica (4.a ed., pp. 397-436). Panamericana.
- Instituto de Nutrición y trastornos alimentarios. (2013). Guía de orientación nutricional para personas mayores. <http://fiapam.org/wp-content/uploads/2013/07/Gu-a-de-orientaci-n-nutricional-para-per-mayores.pdf>
- Landa, M. V., Melgarejo, M. A., & Suverza, A. (2009). Nutrición en el paciente geriátrico. M. G. Castro, & Y. Méndez, Nutrición en la práctica clínica (págs. 113-138). Alfil.
- Nutrición del ciclo vital: adulto maduro. (2011). C. Lutz, & K. Rutherford, Nutrición y Dietoterapia (5.a ed., pp. 243-246). McGraw Hill Educación.
- Perea, J. M., & Navia, B. (2015). Nutrición del paciente de edad avanzada. P. A. Carvajales, R. M. Ortega, & A. M. Requejo, Nutriguía. Manual de nutrición clínica (págs. 123-133). Panamericana.
- Pérez, A. B. (2014). Alimentación del Adulto Mayor. A. B. Pérez, & M. García, Dietas Normales y Terapéuticas (pp. 162-169). McGraw Hill Educación.



- Servín , M. d. (2014). Nutrición y alimentación en las diferentes etapas de la vida. M. E. Téllez, Nutrición Clínica (pp. 99-107). Manual Moderno.
- Spaccesi, A. N. (2012). Nutrición en la tercera edad. L. Rodota, & M. E. Castro, Nutrición Clínica y Dietoterapia (págs. 13-27). Panamericana.
- Wellman, N. S., & Kamp, B. J. (2013). Nutrición en el anciano. K. L. Mahan, S. Escott-Stump, & J. L. Raymond, Krause Dietoterapia (pp. 442-460). Elsevier.

3.1.1 Evaluación del estado de nutrición

Referencias

- Consejo de Salubridad General. (2014). Guía de Práctica Clínica. Evaluación y Seguimiento Nutricional del Adulto Mayor en el Primer Nivel de Atención. Recuperado de <http://www.cenetec-difusion.com/CMGPC/IMSS-095-08/ER.pdf>
- Facultad de Medicina. Carrera de Nutrición. Catedra de evaluación nutricional. (2016). Evaluación Nutricional. <https://www.fmed.uba.ar/sites/default/files/2019-03/teorico%20Evaluaci%C3%B3n%20Nutricional%202019.pdf>
- Federación Latinoamericana de Nutrición Parenteral y Enteral. FELANPE. (2009). Evaluación del estado nutricional del paciente hospitalizado. https://sga.unemi.edu.ec/media/archivomateria/2023/09/03/archivomaterial_2023_931429.pdf
- Gutiérrez, L. M., Ruiz, L., & Velázquez, C. (2015). Nutrición en el adulto mayor. M. Kaufer, B. Pérez, & P. Arroyo, Nutriología Médica (4.a ed., págs. 397-436). Panamericana.
- Instituto Mexicano del seguro Social. IMSS. (2012). Guía de Práctica Clínica. Valoración Geronto-Geriátrica Integral en el Adulto Mayor Ambulatorio. <http://www.imss.gob.mx/sites/all/statics/guiasclinicas/491GER.pdf>
- Instituto Nacional de Salud Pública. Estudio Nacional de salud y Envejecimiento en México. ENASEM II. (2012). Manual de Procedimientos Antropométricos y Muestra Biológica. http://mhasweb.org/Resources/DOCUMENTS/2012/ENASEM_Manual_de_Procedimientos_2012.pdf
- Organización Mundial de la Salud (OMS). Organización Panamericana de la Salud (OPS). (2004). Guía Clínica para Atención Primaria a las Personas Adultas Mayores. <https://www.gob.mx/salud%7Ccenaprece/documentos/65882>
- Organización Panamericana de la Salud. OPS. (2004). Necesidades nutricionales de los adultos mayores.



<http://iris.paho.org/xmlui/bitstream/handle/123456789/732/927531597.pdf?sequence=1>

- Pérez, A. B. (2014). Alimentación del Adulto Mayor. A. B. Pérez, & M. García, Dietas Normales y Terapéuticas (pp. 162-169). México: McGraw Hill Educación.
- Rodríguez, A., Wall, A., Martínez Ladrón, E., González, L. R., Barroso, J. M., Velázquez, G., . . . Vizmanos, B. (2012). Evaluación del estado nutricional del adulto mayor. V. del Rosario, R. M. Cruz, M. Burgos, & M. E. Barrera, Evaluación del estado de Nutrición en el ciclo vital humano (pp. 123-144). México: McGraw Hill Educación.
- Servín, M. d. (2014). Nutrición y alimentación en las diferentes etapas de la vida. M. E. Téllez, Nutrición Clínica (págs. 99-107). México: Manual Moderno.
- Spaccesi, A. N. (2012). Nutrición en la tercera edad. L. Rodota, & M. E. Castro, Nutrición Clínica y Dietoterapia (págs. 13-27). Argentina: Panamericana.
- Wellman, N. S., & Kamp, B. J. (2013). Nutrición en el anciano. K. L. Mahan, S. Escott-Stump, & J. L. Raymond, Krause Dietoterapia (pp. 442-460). España: Elsevier.

3.1.2 Necesidades energéticas y distribución calórica

Referencias

- Beate, K. (2014). Nutrición en adultos mayores. J. Brown, Nutrición en las diferentes etapas de la vida (págs. 454-486). México: McGraw Hill Educación.
- Consejo de Salubridad General. (2014). Guía de Práctica Clínica. Evaluación y Seguimiento Nutricional del Adulto Mayor en el Primer Nivel de Atención. <http://www.cenetec-difusion.com/CMGPC/IMSS-095-08/ER.pdf>
- Dieta durante la etapa adulta tardía. (2009). R. A. Roth, Nutrición y dietoterapia (págs. 258-270). Indiana: McGraw Hill Educación.
- Gutiérrez, L. M., Ruiz, L., & Velázquez, C. (2015). Nutrición en el adulto mayor. M. Kaufer, B. Pérez, & P. Arroyo, Nutriología Médica (4.a ed., pp. 397-436). Panamericana.
- Nutrición del ciclo vital: adulto maduro. (2011). C. Lutz, & K. Rutherford, Nutrición y Dietoterapia (5.a ed., págs. 243-246). McGraw Hill Educación.
- Perea, J. M., & Navia, B. (2015). Nutrición del paciente de edad avanzada. P. A. Carvajales, R. M. Ortega, & A. M. Requejo, Nutriología. Manual de nutrición clínica (págs. 123-133). Panamericana.
- Pérez, A. B. (2014). Alimentación del Adulto Mayor. A. B. Pérez, & M. García, Dietas Normales y Terapéuticas (pp. 162-169). McGraw Hill Educación.



- Servín, M. d. (2014). Nutrición y alimentación en las diferentes etapas de la vida. M. E. Téllez, Nutrición Clínica (págs. 99-107). Manual Moderno.
- Spaccesi, A. N. (2012). Nutrición en la tercera edad. L. Rodota, & M. E. Castro, Nutrición Clínica y Dietoterapia (págs. 13-27). Panamericana.
- Wellman, N. S., & Kamp, B. J. (2013). Nutrición en el anciano. K. L. Mahan, S. Escott-Stump, & J. L. Raymond, Krause Dietoterapia (págs. 442-460). Elsevier.

3.1.3 Ingesta recomendada de macronutrientes y micronutrientes

Referencias

- Beate, K. (2014). Nutrición en adultos mayores. J. Brown, Nutrición en las diferentes etapas de la vida (págs. 454-486). México: McGraw Hill Educación.
- Consejo de Salubridad General. (2014). Guía de Práctica Clínica. Evaluación y Seguimiento Nutricional del Adulto Mayor en el Primer Nivel de Atención. <http://www.cenetec-difusion.com/CMGPC/IMSS-095-08/ER.pdf>
- Dieta durante la etapa adulta tardía. (2009). R. A. Roth, Nutrición y dietoterapia (págs. 258-270). McGraw Hill Educación.
- Gutiérrez, L. M., Ruiz, L., & Velázquez, C. (2015). Nutrición en el adulto mayor. M. Kaufer, B. Pérez, & P. Arroyo, Nutriología Médica (4.a ed., pp. 397-436). Panamericana.
- Nutrición del ciclo vital: adulto maduro. (2011). C. Lutz, & K. Rutherford, Nutrición y Dietoterapia (5.a ed., págs. 243-246). McGraw Hill Educación
- Perea, J. M., & Navia, B. (2015). Nutrición del paciente de edad avanzada. P. A. Carvajales, R. M. Ortega, & A. M. Requejo, Nutriología. Manual de nutrición clínica (pp. 123-133). Panamericana.
- Pérez, A. B. (2014). Alimentación del Adulto Mayor. A. B. Pérez, & M. García, Dietas Normales y Terapéuticas (págs. 162-169). McGraw Hill Educación.
- Spaccesi, A. N. (2012). Nutrición en la tercera edad. L. Rodota, & M. E. Castro, Nutrición Clínica y Dietoterapia (págs. 13-27). Panamericana.
- Wellman, N. S., & Kamp, B. J. (2013). Nutrición en el anciano. K. L. Mahan, S. Escott-Stump, & J. L. Raymond, Krause Dietoterapia (pp. 442-460). Elsevier.

3.1.4 Recomendaciones nutrimentales dietéticas



Referencias

- Beate, K. (2014). Nutrición en adultos mayores. J. Brown, Nutrición en las diferentes etapas de la vida (pp. 454-486). México: McGraw Hill Educación.
- Consejo de Salubridad General. (2014). Guía de Práctica Clínica. Evaluación y Seguimiento Nutricional del Adulto Mayor en el Primer Nivel de Atención. <http://www.cenetec-difusion.com/CMGPC/IMSS-095-08/ER.pdf>
- Dieta durante la etapa adulta tardía. (2009). R. A. Roth, Nutrición y dietoterapia (págs. 258-270). McGraw Hill Educación.
- Gutiérrez, L. M., Ruiz, L., & Velázquez, C. (2015). Nutrición en el adulto mayor. M. Kaufner, B. Pérez, & P. Arroyo, Nutriología Médica (4.a ed., pp. 397-436). Panamericana.
- Landa, M. V., Melgarejo, M. A., & Suverza, A. (2009). Nutrición en el paciente geriátrico. M. G. Castro, & Y. Méndez, Nutrición en la práctica clínica (pp. 113-138). México: Alfil.
- Nutrición del ciclo vital: adulto maduro. (2011). C. Lutz, & K. Rutherford, Nutrición y Dietoterapia (5.a ed., págs. 243-246). McGraw Hill Educación
- Organización Panamericana de la Salud. OPS. (2004). Necesidades nutricionales de los adultos mayores. <http://iris.paho.org/xmlui/bitstream/handle/123456789/732/927531597.pdf?sequence=1>
- Perea, J. M., & Navia, B. (2015). Nutrición del paciente de edad avanzada. P. A. Carvajales, R. M. Ortega, & A. M. Requejo, Nutriología. Manual de nutrición clínica (págs. 123-133). Panamericana.
- Pérez, A. B. (2014). Alimentación del Adulto Mayor. A. B. Pérez, & M. García, Dietas Normales y Terapéuticas (págs. 162-169). McGraw Hill Educación.
- Spaccesi, A. N. (2012). Nutrición en la tercera edad. L. Rodota, & M. E. Castro, Nutrición Clínica y Dietoterapia (págs. 13-27). Panamericana.
- Wellman, N. S., & Kamp, B. J. (2013). Nutrición en el anciano. K. L. Mahan, S. Escott-Stump, & J. L. Raymond, Krause Dietoterapia (págs. 442-460). Elsevier.

3.1.5 Plan de alimentación

Referencias

- Beate, K. (2014). Nutrición en adultos mayores. J. Brown, Nutrición en las diferentes etapas de la vida (págs. 454-486). México: McGraw Hill Educación.
- Dieta durante la etapa adulta tardía. (2009). R. A. Roth, Nutrición y dietoterapia (págs. 258-270). McGraw Hill Educación.



- Gutiérrez, L. M., Ruiz, L., & Velázquez, C. (2015). Nutrición en el adulto mayor. M. Kaufer, B. Pérez, & P. Arroyo, Nutriología Médica (4.a ed., págs. 397-436). Panamericana.
- Landa, M. V., Melgarejo, M. A., & Suverza, A. (2009). Nutrición en el paciente geriátrico. M. G. Castro, & Y. Méndez, Nutrición en la práctica clínica (pp. 113-138). México: Alfil.
- Perea, J. M., & Navia, B. (2015). Nutrición del paciente de edad avanzada. P. A. Carvajales, R. M. Ortega, & A. M. Requejo, Nutriguía. Manual de nutrición clínica (pp. 123-133). Panamericana.
- Pérez, A. B. (2014). Alimentación del Adulto Mayor. A. B. Pérez, & M. García, Dietas Normales y Terapéuticas (págs. 162-169). McGraw Hill Educación.
- Servín, M. d. (2014). Nutrición y alimentación en las diferentes etapas de la vida. M. E. Téllez, Nutrición Clínica (pp. 99-107). Manual Moderno.
- Spaccesi, A. N. (2012). Nutrición en la tercera edad. L. Rodota, & M. E. Castro, Nutrición Clínica y Dietoterapia (pp. 13-27). Panamericana.
- UNED. (n.d.). Alimentación durante la tercera edad. <https://www.uned.es/universidad/dam/inicio/estudios/formacion-permanente/cursos/pea-nutricion-y-dietetica/guia/PDF/Guia-de-Alimentacion-y-Salud---3a-edad.pdf>
- Wellman, N. S., & Kamp, B. J. (2013). Nutrición en el anciano. K. L. Mahan, S. Escott-Stump, & J. L. Raymond, Krause Dietoterapia (pp. 442-460). Elsevier.

3.2 Prevención, alimentación y nutrición

Referencias

- Beate, K. (2014). Nutrición en adultos mayores. J. Brown, Nutrición en las diferentes etapas de la vida (págs. 454-486). McGraw Hill Educación.
- Gutiérrez, L. M., Ruiz, L., & Velázquez, C. (2015). Nutrición en el adulto mayor. M. Kaufer, B. Pérez, & P. Arroyo, Nutriología Médica (4.a ed., pp. 397-436). Panamericana.
- Nutrición del ciclo vital: adulto maduro. (2011). C. Lutz, & K. Rutherford, Nutrición y Dietoterapia (5.a ed., págs. 243-246). McGraw Hill Educación.
- Servín, M. d. (2014). Nutrición y alimentación en las diferentes etapas de la vida. M. E. Téllez, Nutrición Clínica (págs. 99-107). Manual Moderno.
- Spaccesi, A. N. (2012). Nutrición en la tercera edad. L. Rodota, & M. E. Castro, Nutrición Clínica y Dietoterapia (págs. 13-27). Panamericana.



3.2.1 La nutrición como prevención primaria, secundaria y terciaria

Referencias

- Arec habala, C. (2007). Medwave. Enfermería. Promoción en salud y envejecimiento activo.
<https://www.medwave.cl/link.cgi/Medwave/Enfermeria/Enfgeriatrica/3/2738>
- Arriola, E. (2001). Fundación Matia. Medicina preventiva en el anciano.
http://ccp.ucr.ac.cr/creles/pdf/matia-med_preventiva.pdf
- Gamble, A. (s.f.). Secretaria de Desarrollo Social. Manual de prevención y autocuidado para las personas adultas mayores.
http://www.sideso.cdmx.gob.mx/documentos/manual_de_preencion_y_autocuidado_para_las_personas_adultas_mayores.pdf
- Perea, J. M., & Navia, B. (2015). Nutrición del paciente de edad avanzada. P. A. Carvajales, R. M. Ortega, & A. M. Requejo, Nutriguía. Manual de nutrición clínica (págs. 123-133). Panamericana.

3.2.2 Calidad de vida y alimentación en el adulto mayor

Referencias

- Capó, M. (2002). Novartis. Importancia de la Nutrición en la persona de edad avanzada.
https://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/rehabilitacion/importancia_de_la_nutricion_en_la_tercera_edad.pdf
- Gutiérrez, L. M., Ruiz, L., & Velázquez, C. (2015). Nutrición en el adulto mayor. M. Kaufer, B. Pérez, & P. Arroyo, Nutriología Médica (4.a ed., pp. 397-436). Panamericana.
- Perea, J. M., & Navia, B. (2015). Nutrición del paciente de edad avanzada. P. A. Carvajales, R. M. Ortega, & A. M. Requejo, Nutriguía. Manual de nutrición clínica (págs. 123-133). Panamericana.
- Servicio Nacional del Consumidor. SERNAC. (2004). Nutrición y cuidados del adulto mayor, recomendaciones para una alimentación saludable.
<http://fiapam.org/wp-content/uploads/2012/10/Nutricion-y-Cuidados-del-Adulto-Mayor.pdf>
- Servín, M. d. (2014). Nutrición y alimentación en las diferentes etapas de la vida. M. E. Téllez, Nutrición Clínica (pp. 99-107). Manual Moderno.
- Serrano, M., Cervera, P., López, C., Ribera, J. M., & Sastre, A. (2010). Guía de alimentación para personas mayores. <https://fiapam.org/wp-content/uploads/2013/07/GuiaAlimentacion.pdf>



- Quintas , M. (2015). Capitulo 7 Nutrición de la mujer en la edad fértil. P. A. Carvajales , R. M. Ortega, & A. M. Requejo, Nutriguía. Manual de nutrición clínica (2.a ed., págs. 89-95). Panamericana.



Referencias adicionales

- Arec habala, C. (2007). Medwave. Enfermería. Promoción en salud y envejecimiento activo. <https://www.medwave.cl/2001-2011/2738.html>
- Arriola, E. (2001). Fundación Matia. Medicina preventiva en el anciano. Recuperado de http://ccp.ucr.ac.cr/creles/pdf/matia-med_preventiva.pdf
- Beate, K. (2014). Nutrición en adultos mayores. J. Brown, Nutrición en las diferentes etapas de la vida (pp. 454-486). México: McGraw Hill Educación.
- Capítulo 21 Alimentación saludable del adulto. (2004). P. Cervera, J. Clapés, & R. Rigolfas, Alimentación y Dietoterapia (págs. 119-139). McGraw Hill Interamericana.
- Capó, M. (2002). Novartis. Importancia de la Nutrición en la persona de edad avanzada. http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/rehabilitacion/importancia_de_la_nutricion_en_la_tercera_edad.pdf
- Consejo de Salubridad General. (2014). Guía de Práctica Clínica. Evaluación y Seguimiento Nutricional del Adulto Mayor en el Primer Nivel de Atención. <http://www.cenetec-difusion.com/CMGPC/IMSS-095-08/ER.pdf>
- Dieta durante la etapa adulta tardía. (2009). R. A. Roth, Nutrición y dietoterapia (págs. 258-270). McGraw Hill Educación.
- Dieta durante las etapas adultas joven y media. (2009). R. A. Roth, Nutrición y dietoterapia (págs. 249-257). McGraw Hill Educación.
- Dodd, J. L. (2013). Nutrición en los años de la vida adulta. K. Mahan, S. Escott, & J. L. Raymond, Krause Dietoterapia (13.a ed., pp. 431-441). Elsevier.
- Facultad de Medicina. Carrera de Nutrición. Catedra de evaluación nutricional. (2016). Evaluación Nutricional. <http://www.fmed.uba.ar/depto/nutrievaluacion/primer.pdf>
- Federación Latinoamericana de Nutrición Parenteral y Enteral. FELANPE. (2009). Evaluación del estado nutricional del paciente hospitalizado. <http://www.aanep.com/docs/Consenso-Final-Evaluacion-Nutricional.pdf>
- Fernández, N. (n.d.). Instituto Tecnológico de Educación. ITE. La edad adulta.



http://www.ite.educacion.es/formacion/materiales/124/cd/guia/documentacion%20complementaria/15_persona_adulta.pdf

- Gamble, A. (s.f.). Secretaria de Desarrollo Social. Manual de prevención y autocuidado para las personas adultas mayores.
http://www.sideso.cdmx.gob.mx/documentos/manual_de_prevenccion_y_autocuidado_para_las_personas_adultas_mayores.pdf
- Gómez, G., & Alfaro, S. P. (2002). Colombia. Nutrición y Menopausia.
<https://encolombia.com/medicina/revistas-medicas/menopausia/vm-82/meno8202-contribuc2/>
- Gómez, C., & de Cos, A. I. (2001). Nutrición en atención primaria. Unidad de Nutrición Clínica y Dietética, 1-227.
- Gutiérrez, L. M., Ruiz, L., & Velázquez, C. (2015). Nutrición en el adulto mayor. M. Kaufer, B. Pérez, & P. Arroyo, Nutriología Médica (4.a ed., págs. 397-436). Panamericana.
- Instituto de Nutrición y trastornos alimentarios. (2013). Guía de orientación nutricional para personas mayores <http://fiapam.org/wp-content/uploads/2013/07/Gu-a-de-orientaci-n-nutricional-para-per-mayores.pdf>
- Instituto Mexicano del Seguro Social. IMSS. (2010). Guía de Práctica Clínica. Evaluación y Control Nutricional del adulto Mayor en Primer nivel de Atención. <http://www.imss.gob.mx/sites/all/statics/guiasclinicas/095GER.pdf>
- Instituto Mexicano del seguro Social. IMSS. (2012). Guía de Práctica Clínica. Valoración Geronto-Geriátrica Integral en el Adulto Mayor Ambulatorio. <http://www.imss.gob.mx/sites/all/statics/guiasclinicas/491GER.pdf>
- Instituto Nacional de Nutrición Salvador Zubiran. (1997). Ingestión Diaria Recomendada. <http://karly.galeon.com/tablavit.pdf>
- Instituto Nacional de Salud Pública. Estudio Nacional de salud y Envejecimiento en México. ENASEM II. (2012). Manual de Procedimientos Antropométricos y Muestra Biológica. http://mhasweb.org/Resources/DOCUMENTS/2012/ENASEM_Manual_de_Procedimientos_2012.pdf
- Landa, M. V., Melgarejo, M. A., & Suverza, A. (2009). Nutrición en el paciente geriátrico. M. G. Castro, & Y. Méndez, Nutrición en la práctica clínica (pp. 113-138). México: Alfil.
- Luna, M. L., & Coello, V. G. (2012). Evaluación del estado de nutrición del adulto. V. del Rosario, R. M. Cruz, M. Burgos, & M. E. Barrera, Evaluación del estado de Nutrición en el ciclo vital humano (págs. 109-122). McGraw Hill Educación.
- Manual CTO Oposiciones de Enfermería. (2011). Cuidados a las mujeres en el climaterio: cambios fisiológicos y control de riesgos. Educación para la salud.



http://www.ctoenfermeria.com/ALUMNO_EIR/pdf/2011/ONV/ampliacion_tema/Tema%2032_OPE_NAVARRA.pdf

- Martínez, E. B., García, C. A., Castro, J. C., Coronel, R., Duque, H., Ordaz, F., & Ramírez, S. A. (2014). Recomendaciones nutricionales durante la etapa adulta para hombres y mujeres en edad reproductiva. *Revista Médica*, 6(1), 42-49. <http://www.medigraphic.com/pdfs/revmed/md-2014/md141i.pdf>
- Mataix, J. (1999). Requerimientos nutricionales e ingestas recomendadas de nutrientes. M. Hernández, & A. Sastre, *Tratado de Nutrición* (pp. 575-587). Madrid: Díaz de Santos.
- Oliveira, G., & Marín, G. (2009). Actualización en requerimientos nutricionales. I Curso Sénior de Nutrición de la SEEN, 17-29. <http://www.elsevier.es/es-revista-endocrinologia-nutricion-12-pdf-S1575092207715231-S300>
- Organización Mundial de la Salud (OMS). Organización Panamericana de la Salud (OPS). (2004). *Guía Clínica para Atención Primaria a las Personas Adultas Mayores*. <http://www.cenaprece.salud.gob.mx/programas/interior/adulto/descargas/pdf/GuiaClinicaAPS2004.pdf>
- Organización Panamericana de la Salud. OPS. (2004). Necesidades nutricionales de los adultos mayores. <http://iris.paho.org/xmlui/bitstream/handle/123456789/732/927531597.pdf?sequence=1>
- Otero, B. (2012). *Red Tercer Milenio. Nutrición*. <http://www.aliat.org.mx/BibliotecasDigitales/salud/Nutricion.pdf>
- Peña Morant, V. J., Loeches, I. M., & Ruiz, S. (2010). Cap 3.2. Requerimientos nutricionales e ingestas dietéticas recomendadas. Á. Gil, *Tratado Nutrición. Nutrición Humana en el estado de Salud* (pág. 47). España: Panamericana
- Perea, J. M., & Navia, B. (2015). Nutrición del paciente de edad avanzada. P. A. Carvajales, R. M. Ortega, & A. M. Requejo, *Nutriguía. Manual de nutrición clínica* (págs. 123-133). Madrid: Panamericana.
- Pérez, A. B. (2014). Alimentación del Adulto Mayor. A. B. Pérez, & M. García, *Dietas Normales y Terapéuticas* (págs. 162-169). México: McGraw Hill Educación.
- Rodríguez, A., Wall, A., Martínez Ladrón, E., González, L. R., Barroso, J. M., Velázquez, G., . . . Vizmanos, B. (2012). Evaluación del estado nutricional del adulto mayor. V. del Rosario, R. M. Cruz, M. Burgos, & M. E. Barrera, *Evaluación del estado de Nutrición en el ciclo vital humano* (págs. 123-144). McGraw Hill Educación.
- Serrano, M., Cervera, P., López, C., Ribera, J. M., & Sastre, A. (2010). *Guía de alimentación para personas mayores*. http://www.institutodanone.es/assets/guia_de_alimentacion_para_personas_mayores.pdf



- Servicio Nacional del Consumidor. SERNAC. (2004). Nutrición y cuidados del adulto mayor, recomendaciones para una alimentación saludable.
<http://fiapam.org/wp-content/uploads/2012/10/Nutricion-y-Cuidados-del-Adulto-Mayor.pdf>
- Servín , M. d. (2014). Nutrición y alimentación en las diferentes etapas de la vida. M. E. Téllez, Nutrición Clínica (págs. 99-107). Manual Moderno.
- Spaccesi, A. N. (2012). Nutrición en la tercera edad. L. Rodota, & M. E. Castro, Nutrición Clínica y Dietoterapia (págs. 13-27). Panamericana.
- Suverza, A., & Haua, K. (2010). El ABCD de la evaluación del estado de nutrición. McGraw Hill Educación.
- Téllez, M. E. (2014). Nutrición Clínica (2.a ed.). Manual Moderno.
- UNED. (n.d.). Alimentación durante la tercera edad.
<https://www.uned.es/universidad/dam/inicio/estudios/formacion-permanente/cursos/pea-nutricion-y-dietetica/guia/PDF/Guia-de-Alimentacion-y-Salud---3a-edad.pdf>
- Wellman, N. S., & Kamp, B. J. (2013). Nutrición en el anciano. K. L. Mahan, S. Escott-Stump, & J. L. Raymond, Krause Dietoterapia (págs. 442-460). Elsevier.