

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA AGRARIA ANTONIO NARRO

PROGRAMA ANALÍTICO

FECHA DE ELABORACIÓN: Junio del 2000
FECHA DE ACTUALIZACIÓN:

DATOS DE IDENTIFICACIÓN.

NOMBRE DE LA MATERIA: Nutrición y Dietética Humana.

CLAVE: NUA- 463.

DEPARTAMENTO QUE LA IMPARTE: Nutrición y Alimentos.

NÚMERO DE HORAS DE TEORÍA: 3

NÚMERO DE HORAS DE PRÁCTICA: 0

NÚMERO DE CRÉDITOS: 6

CARRERA(S) EN LA(S) QUE SE IMPARTE(N): Ingeniero en Ciencia y Tecnología de Alimentos (ICTA).

PRERREQUISITO: Principios de Fisiología Humana NUA-438.

OBJETIVO GENERAL.

La materia de Nutrición y Dietética Humana que se imparte en la carrera de ICTA, tiene por objetivo general proporcionar a los alumnos una visión general de la Nutrición, que consiste en la ingesta de los mejores alimentos posibles para permitir que el cuerpo humano se conserve lo mas sano posible y pueda realizar sus funciones; así mismo es necesario conocer a fondo los diferentes tipos de metabolismo de cada individuo para poder sugerir las normas dietéticas básicas, con el fin de

orientar o bien confirmar y reforzar las indicaciones dadas por los especialistas.

Esta materia, se encuentra fuertemente interrelacionada con las materias de Principios de Fisiología Humana, y sobre todo con aquellas relacionadas con el análisis y procesamiento de alimentos que inciden fuertemente en el aspecto nutricional del ser humano y que los alumnos han tenido la oportunidad de cursar, cumpliendo así en parte con el objetivo general de la carrera.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS.

Al finalizar el curso, el alumno es competente para:

1. Comprender la importancia del conocimiento y manejo adecuado de la fisiología humana, enfatizando la fisiología del Aparato Digestivo, ya que es ésta la que incide fuertemente en el estado nutricional del individuo y por ende en su salud.
2. Integrar la conceptualización de alimentación, nutrición, dietética y salud, e interrelacionarlos con el factor salud.
3. Reconocer, clasificar y detallar la función de los nutrientes: Hidratos de carbono, grasas, proteínas, agua, electrolitos, vitaminas y minerales.
4. Elaborar una dieta equilibrada.
5. Orientar y guiar la alimentación adecuada en personas que tengan una necesidad dietética específica, prescrita por un especialista.

TEMARIO:

I. INTRODUCCIÓN:

1. Presentación de la clase.
2. Motivación para el qué y el por qué de este curso.
3. Reflexión sobre la importancia que tiene la Nutrición y los regímenes dietéticos en el ser humano en todas las etapas de la vida.

4. Repaso general de la fisiología del Aparato Digestivo.
5. Panorámica fisiológica general del ser humano en las diferentes etapas de la vida.

II. ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y DIETÉTICA:

1. Conceptos de Alimentación, nutrición, dietética y salud.
2. Papel de la nutrición en la consecución de la salud.
3. La malnutrición como responsable de la enfermedad.
4. Principales problemas de salud pública y su relación con la dieta.
5. Necesidad de educación nutricional para el establecimiento de hábitos alimentarios saludables.

III. ENERGIA, NUTRIENTES Y ALIMENTOS:

1. Objetivos de la nutrición.
2. Nutrientes y alimentos.
3. Concepto de energía.
4. El peso como indicador de salud.

IV. LOS HIDRATOS DE CARBONO:

1. Clasificación de los hidratos de carbono.
2. Funciones.
3. Necesidades.
4. Fuentes alimenticias.
5. Problemas relacionados con su consumo.

V. GRASAS Y ACEITES:

1. Clasificación de las grasas y aceites.
2. Funciones.
3. Necesidades.
4. Fuentes alimenticias.
5. Problemas relacionados con su consumo.

VI. PROTEINAS:

1. Clasificación de las proteínas.
2. Funciones.
3. Necesidades.
4. Fuentes alimenticias.
5. Problemas relacionados con su consumo.

VII. AGUA, ELECTROLITOS Y SALES MINERALES:

1. Clasificación.
2. Funciones.
3. Necesidades.
4. Fuentes alimenticias.
5. Problemas relacionados con su consumo.

VIII. VITAMINAS:

1. Clasificación.
2. Funciones.
3. Necesidades.
4. Fuentes alimenticias.
5. Problemas relacionados con su consumo.

IX. DIETÉTICA HUMANA:

1. Necesidades calóricas en las distintas edades y circunstancias
2. Diferencia entre requerimientos y necesidades.
3. Necesidades nutricionales en las distintas edades y circunstancias fisiológicas.

X. DIETA EQUILIBRADA:

1. Concepto de ración.
2. Equivalencias.
3. Recomendaciones generales.

XI. DIETAS ESPECÍFICAS PARA CASOS ESPECÍFICOS:

1. Diversas enfermedades: digestivas, vasculares, renales, etc.,
2. Problemas especiales: Diabetes y geriatría, etc.,
3. Nutrición del paciente quemado.
4. Nutrición enteral y parenteral.
5. Control de peso.

PROCEDIMIENTOS DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE.

Para cumplir con los objetivos antes señalados, es preciso aplicar en clase procedimientos didácticos que apoyen el proceso de enseñanza y aprendizaje de esta materia, hacer que ésta sea dinámica, motivante y comprensible, para lo cual se eligieron los siguientes:

Presentación oral por parte del maestro.

Presentación oral por parte de alumnos.
Puesta en común: maestro-alumnos.
Discusión dirigida.
Demostración.
Trabajo en grupos colaborativos.
Autoestudio a través de medios electrónicos.

Material didáctico que se requiere:
Proyector de acetatos.
Consulta de material en computadora.

EVALUACIÓN.

Se evaluarán aquellos aspectos que demuestren la potencialidad del alumno para reconocer, describir, comprender, interpretar, analizar, proponer y discernir sobre todo lo correlativo a la nutrición y dietética humana, par lo cual se planea:

- | | |
|---|-----|
| 1. Evaluaciones parciales después de cada tema: | 50% |
| 2. Exposiciones orales de tareas o trabajos por parte del alumno: | 15% |
| 3. Documentación bibliográfica y electrónica: | 15% |
| 4. Asistencia: | 5% |
| 5. Comportamiento individual y grupal: | 5% |
| 6. Capacidad de recuperación: | 5% |
| 7. Interés de su desarrollo personal y de su carrera: | 5% |

TOTAL: 100%

Exenta evaluación final el que obtenga 85% del 100% anterior.

El alumno que presente evaluación final, extraordinaria y especial, cada uno tendrá un valor de 70%, el 30% restante será proporcional a lo adquirido a través del curso con los parámetros antes señalados (1-7).

BIBLIOGRAFÍA BÁSICA Y COMPLEMENTARIA:

Holford, Patrick. "La Nutrición Optima". México, D.F. Editorial Océano, S.A. de C.V. 1ª. Ed. 2000.

Sherman, Irwin W. Vilia G. Sherman. "Biología". México, D.F. McGraw-Hill. 3ª. Ed. 1987.

Cecil-Loeb. "Tratado de Medicina Interna". México, D.F. Interamericana.
16ª. Ed. 1998.

Robbins, Stanley L. "Tratado de Patología". México, D.F. Interamericana.
5ª. Ed. 1998.

Consultas a sitios de red.

PROGRAMA ELABORADO POR:
Dra. Ma. de Lourdes Morales Caballero.

PROGRAMA ACTUALIZADO POR :