



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA AGRARIA
ANTONIO NARRO
PROGRAMA ANALÍTICO

PROGRAMA ANALITICO

Fecha de elaboración: junio de 2000
Fecha de actualización: junio de 2001

DATOS DE IDENTIFICACIÓN.

Nombre de la materia: Nutrición y Dietética Humana.

Clave: ALI-463.

Departamento que la imparte: Nutrición y Alimentos

Número de horas de teoría: 5

Número de horas practica: 0

Número de créditos: 10

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 conserva lo más sano posible y pueda realizar sus funciones; así mismo es necesario conocer a fondo los diferentes tipos de metabolismo de cada individuo para poder seguir 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 relaciones con el análisis y procedimiento de alimentos que inciden fuertemente en el aspecto nutricional del ser humano y que los alumnos han tenido la oportunidad de cursar, cumplimiento así en parte con el objetivo general de la carrera.

OBJETIVOS ESPECIFICOS.

Al finalizar el curso, el alumno es competente para:

1. Comprender la importancia del conocimiento y manejo adecuado de la fisiología humana, enfatizado la fisiología del Apartado Digestivo, ya que es esta 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.

TEMARIO:

I. INTRODUCCION:

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 apartado Digestivo.
5. Panorámica fisiológica general del ser humano en las diferentes etapas de la vida.

II. ALIMENTACION, NUTRICIO Y DIATETICA:

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. Principios problemas de salud pública y su relación con la dieta.
5. Necesidad de educación para el establecimiento de hábitos alimentos Saludables.

III. ENERGIA, NUTRIENTES Y ALIMENTOS:

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

IV. LOS HIDRTATOS 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 alimentarias.
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.

VII. VITAMINAS

1. Clasificación.
2. Funciones.
3. Necesidades.

4. Fuentes alimenticias.
5. Problemas relacionados con su consumo.

IX DIETETICA 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. Equivalencia.
3. Recomendaciones generales

PROCESAMIENTO DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE.

Para cumplir con los objetivos antes señalados y aprendizaje de esta materia, hacer que ésta sea dinámica, motivarte y comprensible, para lo cual se eligieron los siguientes:

Presentación oral por parte del maestro.

Presentación oral por parte del alumno.

Puesta en común: maestro-alumno

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.

EVALUACION.

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

1. Evaluación parciales después de cada tema:	50%
2. Exposiciones orales de tareas o trabajo por parte del alumno:	15%
3. Documentación bibliografía y electoral:	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 otorga 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).

BIBLIOGRAFIA BASICA COMPLEMENTARIA:

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

Mahan, L. Katheen, Sylvia Escote-Stumpl. "Nutrición y Dieterapia de Krause, México, D.F. Ed McGraw- Hill Interamericana. 9. Ed. 1999.

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.

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

Consultas a sitios de red.

Programa elaborado por: Dr. Ma. De Lourdes Morales Caballero.

Programa actualizado por: Dr. Ma. De Lourdes Morales Caballero.