

| | | | | |
|---------------|---------------------|---|-----------------|---------------|
| Licenciatura: | NUTRICION | Materia: INTRODUCCIÓN A LA NUTRICION | Clave: | LNU101 |
| Modalidad: | ESCOLARIZADO | Cuatrimestre: 1° | Horas: 4 | |

OBJETIVO:

Que el alumno conozca los conceptos básicos de la nutrición y ciencias de los alimentos, como también el papel que desempeña el profesional de la nutrición.

| S | CLASE 1 | CLASE 2 | CLASE 3 | CLASE 4 | ACTIVIDADES EN PLATAFORMA |
|---|---|---|--|---|---------------------------|
| 1 | PRESENTACIÓN | UNIDAD I ANTECEDENTES HISTÓRICOS DE LA NUTRICIÓN | 1.1 Evolución histórica de la nutrición | 1.1 Evolución histórica de la nutrición | |
| 2 | 1.1.2 Origen de la nutrición en México | 1.2 Introducción. Conceptos básicos | 1.2 Introducción. Conceptos básicos | 1.2.1 Definición de alimento y alimentación | |
| 3 | 1.2.2 Definición de nutriente y nutrición | 1.3 La nutrición como ciencia | 1.4 El papel del profesional de la nutrición | RETROALIMENTACION DE CONTENIDO | |
| 4 | EXAMEN 1a. UNIDAD | UNIDAD II ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN | 2.1 Clasificación de los alimentos | 2.2 Los alimentos y su composición | |
| 5 | 2.3 Clasificación de nutrientes | 2.3.1 Macronutrientes | 2.3.1.1 Hidratos de carbono | 2.3.1.2 Lípidos | |
| 6 | 2.3.1.3 Proteínas | 2.3.2 Micronutrientes 2.3.2.1 Vitaminas | 2.3.2.2 Minerales | RETROALIMENTACION DE CONTENIDO | |

| | | | | | |
|----|---|---|---|--|--|
| 7 | EXAMEN 2a. UNIDAD | UNIDAD III DIETA | 3.1 Definición de dieta | 3.2 Leyes de la alimentación | |
| 8 | 3.2 Leyes de la alimentación | 3.3 Dietoterapia | 3.4 Tipos de dietas | 3.4 Tipos de dietas | |
| 9 | 3.4.1 Dietas modificadas en consistencia | 3.4.1 Dietas modificadas en consistencia | 3.4.2 Dietas modificadas en el contenido de nutrientes | 3.4.2 Dietas modificadas en el contenido de nutrientes | |
| 10 | 3.5 Dieta insuficiente, malnutrición y desnutrición | 3.5 Dieta insuficiente, malnutrición y desnutrición | 3.5 Dieta insuficiente, malnutrición y desnutrición | RETROALIMENTACION DE CONTENIDO | |
| 11 | EXAMEN 3a. UNIDAD | UNIDAD IV GUÍAS ALIMENTARIAS | 4.1 Historia de las guías alimentarias | 4.1 Historia de las guías alimentarias | |
| 12 | 4.2 Definición de guías alimentarias | 4.3 Guías alimentarias en el mundo | 4.3 Guías alimentarias en el mundo | 4.4 Fases para el desarrollo de las guías alimentarias | |
| 13 | 4.5 Guías alimentarias como una herramienta nutricional | 4.6 Hábitos alimentarios | 4.7 Recomendaciones prácticas para una buena alimentación | RETROALIMENTACION DE CONTENIDO | |
| 14 | EXAMEN FINAL | | | | |

| | |
|---|--|
| ACTIVIDADES EN EL AULA PERMITIDAS: | 1.-Conducción Docente, manejo de Esquemas, Conceptos Básicos y Referentes Teóricos (Pizarron) 2.-Estructuración de Reportes de Lectura y Fichas de Trabajo; uso de Medios Audiovisuales. (Pantalla). 3.-Realizar Lecturas de Referencias Bibliográficas Sugeridas y Adicionales para generar Lluvia de Ideas. 4.-Propiciar Actividades de Interés dentro del Proceso de Enseñanza - Aprendizaje para generar Investigaciones. 5.-Vinculación de la Materia con Casos Prácticos y Reales que se puedan sustentar teóricamente. 6.- 2 Exposiciones durante el Cuatrimestre. |
|---|--|

| | |
|-----------------------------------|--|
| ACTIVIDADES NO PERMITIDAS: | 1. Exámenes Orales. 2. Exposiciones como Evaluación. 3. Improvisaciones. |
|-----------------------------------|--|

| SUGERENCIA BIBLIOGRAFICA | | | | |
|--------------------------|-------|---|------------------|----------------------------|
| No | TIPO | TITULO | AUTOR | EDITORIAL |
| 1 | Libro | NUTRICIÓN, DIAGNÓSTICO Y TRATAMIENTO | SILVIA SCOTT | LIPPINCOT WILLIAMS |
| 2 | Libro | EL ABCD DE LA EVALUACIÓN DEL ESTADO NUTRICIONAL | ARACELY SUVERZA | MCGRAW HILL INTERAMERICANA |
| 3 | Libro | TRATADO DE FISIOLÓGIA MÉDICA | ARTHUR C. GUYTON | ELSEVIER |

| SUGERENCIAS DE VIDEOS ACADEMICOS | | | | |
|----------------------------------|-------|---|---|----------------------|
| No | TIPO | TITULO | LINK | AUTOR |
| 1 | Video | CONCEPTOS BÁSICOS DE NUTRICIÓN Y ALIMENTACIÓN | https://www.youtube.com/watch?v=qHimbDTIXYg&t=6s | GUIAMED |
| 2 | Video | ¿QUÉ ES LA DIETOTERAPIA? | https://www.youtube.com/watch?v=Q5jIn-NkWI0 | MEDICINA ALTERNATIVA |
| 3 | Video | ¿CÓMO SE CLASIFICAN LOS NUTRIENTES? | https://www.youtube.com/watch?v=CP1M7wksPgA | NUTRIÓLOGA LANDA |

| CRITERIOS, PROCEDIMIENTOS DE EVALUACION Y ACREDITACION. | |
|---|-------|
| Actividades aulicas | 10% |
| Actividad en Plataforma Educativa | 40% |
| Examen | 60% |
| Total | 100% |
| Escala de calificación | 7- 10 |
| Minima aprobatoria | 7 |

| | |
|--------------|--|
| NOTA: | En la planeación los exámenes aparecen siempre en día lunes, pero dependerá de la programación de la subdirección académica, y en esa semana se podrán hacer los cambios necesarios. |
|--------------|--|