

Licenciatura:

NUTRICION

Materia: **PLANEACION DIETETICA**

Clave:

LNU201

Modalidad:

ESCOLAR

Cuatrimestre: 2°

Horas: 4

OBJETIVO:

CONOCER LOS PRINCIPIOS BÁSICOS DE LA ELABORACIÓN DE LOS MENUS Y PONER EN PRÁCTICA LOS CONCEPTOS BÁSICOS DE LA DIETETICA

S	CLASE 1	CLASE 2	CLASE 3	CLASE 4	ACTIVIDADES EN PLATAFORMA
1	UNIDAD I BASES FUNDAMENTALES DE LA DIETÉTICA	1.1. Dietética conceptos y base.	1.1. Dietética conceptos y base.	1.2. Relación con la alimentación nutrición y otras ciencias.	
2	1.3. La dietética como arte.	1.4. Tablas de composición de alimentos. Aplicación en la programación dietética.	1.4. Tablas de composición de alimentos. Aplicación en la programación dietética.	1.4. Tablas de composición de alimentos. Aplicación en la programación dietética.	
3	1.5. Dieta equilibrada. Concepto y bases nutricionales	1.6. Distribución de la energía, macro y micronutrientes. Recomendaciones dietéticas y "normas" a la población.	1.7. Densidad de nutrientes. Concepto y usos. Comparación de dietas	RETROALIMENTACION DE CONTENIDO	
4	EXAMEN 1a. UNIDAD	UNIDAD II NORMAS PARA LA ELABORACIÓN DE UNA DIETA BÁSICA	2.1 Pasos para la elaboración de una dieta saludable	2.2 Elaboración de una dieta básica	
5	2.3 Concepto de ración alimenticia. Raciones y medidas caseras más utilizadas	2.4 Recetario dietético. Planificación de menús diarios y semanales	2.5 Tablas de intercambio.	2.6 Dieta familiar y de colectividades. Similitudes y diferencias.	
6	2.7 Control y seguimiento de dietas.	2.8 Estudio de la ingesta de alimentos de individuos y grupos.	2.9 Planteamiento general de un estudio dietético.	RETROALIMENTACION DE CONTENIDO	

7	EXAMEN 2a. UNIDAD	UNIDAD III DIETAS EN DISTINTAS ETAPAS Y ESTILOS DE VIDA.	3.1. Dieta en el embarazo y lactancia. 3.2. Control del peso	3.3. Bases y normas. 3.4. Planificación del menú.	
8	3.5. Alimentación infantil. 3.6. Dietas post-lactancia.	3.7. Introducción de alimentos. 3.8. Normas y calendario.	3.9. Alimentación en el niño preescolar, escolar y adolescente.	3.10. Planificación del menú. Bases y normas.	
9	3.11. El comedor escolar	3.12. Aspectos socioeconómicos	3.13. Relación e integración escuela/familia.	3.14. Alimentación en las personas de edad avanzada.	
10	3.15. Planificación de menús. Bases y normas.	3.15. Planificación de menús. Bases y normas.	3.16. El comedor de la Residencia de tercera edad.	RETROALIMENTACION DE CONTENIDO	
11	EXAMEN 3a. UNIDAD	UNIDAD IV DIETAS TERAPÉUTICAS BÁSICAS.	4.1 Dieta hídrica, líquida y blanda. Concepto. Bases dietéticas. Alimentos a utilizar.	4.1 Dieta hídrica, líquida y blanda. Concepto. Bases dietéticas. Alimentos a utilizar.	
12	4.2 Dieta hipocalórica. Concepto. Bases dietéticas. Alimentos a utilizar	4.3 Dieta hipercalórica. Concepto. Bases dietéticas. Alimentos a utilizar	4.4 Dieta hipoproteica. Concepto. Bases dietéticas. Alimentos a utilizar.	4.5 Dieta hiperproteica. Concepto. Bases dietéticas. Alimentos a utilizar.	
13	4.6 Dieta hipo sódica. Concepto. Bases dietéticas. Alimentos a utiliza	4.6 Dieta hipo sódica. Concepto. Bases dietéticas. Alimentos a utilizar.	4.7 Normas prácticas en alimentación enteral.	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	Manual de Dietas Normales y Terapéuticas, los alimentos en la salud y enfermedad.	Ana Bertha Pérez Lizaur	LLA PRENSA MÉDICA
2	Libro	Nutriología medica 4 edición	Dr. Esther Casanueva	MEDICA PANAMERICANA
3	Libro	Alimentación y dietoterapia, 4ª ed.	Cervera P, Clapés J, Rigolfas R.	McGraw-Hill Interamericana

SUGERENCIAS DE VIDEOS ACADEMICOS				
No	TIPO	TITULO	LINK	AUTOR
1	Video	TIPOS DE DIETAS HOSPITALARIAS	https://www.youtube.com/watch?v=6L9o_gPThUU	PRUEBAS LIBRES TCAE
2	Video	Elaboración de una dieta por equivalentes	https://www.youtube.com/watch?v=Upj7y_SNFMk	NUTRIOWARE NUTRIOLOGA
3	Video	¿Cómo elaborar una dieta?	https://www.youtube.com/watch?v=0pj7y_SNFMk	PROFE ZUNO

CRITERIOS, PROCEDIMIENTOS DE EVALUACION Y ACREDITACION.	
Actividades aulicas	10%
Actividad en Plataforma Educativa	30%
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.
--------------	--