

Programa Académico  
Licenciatura en Nutrición



# Manual de Prácticas de la UDI de Informática

Universidad Autónoma de  
Zacatecas  
“Francisco García Salinas”  
Unidad Académica de  
Enfermería





**Universidad Autónoma de Zacatecas**

**“Francisco García Salinas”  
Unidad Académica de Enfermería  
Programa Académico de la  
Licenciatura en Nutrición**



## **PRESENTACIÓN**

El Manual de Informática, fortalece las competencias básicas para obtener una formación profesional basada en la práctica reflexiva y en la explicitación de principios científico-técnicos que la fundamentan.

- Fortalece las capacidades de comunicación y de pensamiento lógico matemático.□

□

- Desarrollo de capacidades de gestión y de utilización de herramientas informáticas.□

□

- Identifica conceptos y procedimientos básicos que facilitan a los alumnos el operar con instrumentos informáticos como usuarios.□

□

- Desarrolla las habilidades y destrezas para trabajar cómodamente con los recursos y dispositivos electrónicos, proporcionándole las herramientas necesarias para el manejo apropiado de una computadora, del conjunto de servicios, redes y software con el fin de la mejora de la calidad de vida de las personas de un entorno, y que se integren a un sistema de información interconectado y complementario.□

## **INTRODUCCIÓN**

El presente trabajo se prepara con la finalidad de dar a conocer en forma práctica los conocimientos básicos que se requieren en la Informática como una herramienta de la Investigación Científica y se desarrolla el contenido pragmático de la asignatura: Informática, que se imparte a los alumnos que cursan el primer semestre de Lic. En Nutrición.

Las prácticas tienen como objetivo proporcionar a los alumnos un material de apoyo de la manera más clara y sencilla posible, para eliminar las dificultades que con frecuencia enfrentan los alumnos que cursan dicha asignatura.

Manual de orientación al docente - alumno avance en las bases de la enseñanza y el aprendizaje de una nueva disciplina y una herramienta que está presente en la vida cotidiana.

El presente Manual es guía, para el desarrollo de sus sesiones con el trabajo individual para desarrollar los conocimientos y capacidades necesarias para operar aplicaciones informáticas básicas usando una computadora. <sup>1</sup>

Generando mayor desenvolvimiento en el mundo globalizado con mayor participación en la sociedad de la comunicación y la información. Y así:

- Adquirir destrezas en las aplicaciones más comunes.□
- Habilidades en el uso de las tecnologías de la información y de la comunicación□
- Habilidades para buscar, procesar y analizar información procedente de fuentes diversas□
- Capacidad de investigación□
- Capacidad de abstracción, análisis y síntesis□
- Capacidad de aplicar los conocimientos en la práctica□

- Capacidad para organizar y planificar el tiempo□
- Capacidad de comunicación oral y escrita□
- Capacidad creativa□
- Capacidad de trabajo en equipo□
- Habilidades interpersonales□
- Compromiso ético y con la calidad□

## **SECUENCIA DIDÁCTICA**



## **CONCEPTOS BÁSICOS**

### 1.-Conocer el Sistema Operativo e Internet

Diferenciar los componentes de una computadora

Familiarizarse con el Sistema Operativo Windows versión XP

Administrar archivos y directorios, trabajando en una red de área local.

Elaborar Búsquedas y uso de correo electrónico.

2.-Conocer el Procesador de palabras y hacer uso de herramientas y comandos del procesador de textos: fuente, alineación de párrafos, tablas, columnas, objetos, marcos, formularios.

3.-Desarrollar Hojas de cálculo

Manipulación de números, valores, fórmulas o funciones, ecuaciones además de texto y gráficos.

4.-Diseñar presentaciones electrónicas de acuerdo a las diversas opciones con las especificaciones dadas en el equipo, herramientas y suministros para el buen uso del equipo de cómputo y cumplir con los criterios definidos.

5.-Analizar aplicaciones Integrales y específicas

## CONCEPTOS ESPECÍFICOS:

- Datos e información□

La computadora y sus soportes físicos

Escritorio

Barra de tareas

Windows

Ventanas: elementos, contenidos

Mi PC

□

□

- Procesador de textos Word

Barra de herramientas

Manejo de archivos

Edición de textos

- Planilla de cálculo Excel □

Excel□

Celda, filas, columnas y hojas

Barra de herramientas

Trabajo hoja de cálculo Fórmulas

Presentación de los cuadros Ordenando datos

Simplificando las fórmulas Creando gráficos

- Internet y correo electrónico Búsqueda de Información de calidad Correo electrónico□

□

- Survey Monkey y programa estadístico spss versión□

22 Elaboración encuesta□

□

Recopilar información

Codificar datos

Tablas de frecuencia

Interpretación de datos

## **PRACTICA WORD 2013**

1. Abrimos Word 2013
2. Insertamos portada

Barra de herramientas- Inicio-Insertar-Portada-Elegir



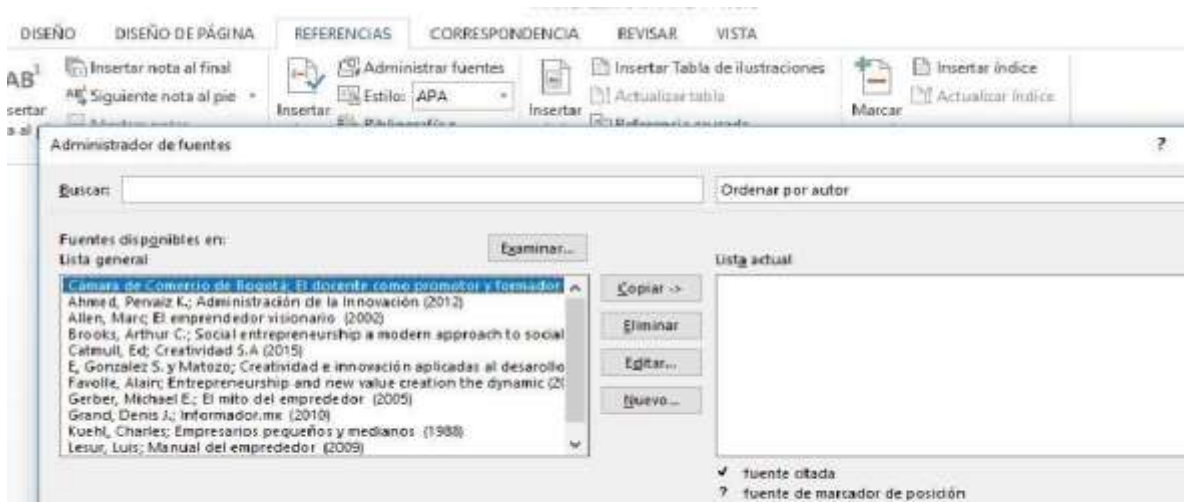
3. Iniciamos a realizar trabajo y a anotar referencias para hacer cita de la misma  
 Barra de herramientas-Referencias-Administrar fuentes-Nuevo

4. Agregar información de autor

Referencias-Insertar cita-Seleccionar la indicada

Ejemplo:

“El futuro económico de México depende de los emprendedores” (Grand, 2010) Para elevar la competitividad, las innovaciones y el emprendimiento, un país debe



preocuparse por desarrollar los ingredientes fundamentales como la educación, la ciencia y tecnología jugando un papel fundamental en el crecimiento económico en el conocimiento, el capital intelectual se sobrepone al capital físico.

## 5. Bibliografía al final del trabajo

### Referencias-Bibliografía

The image shows a screenshot of the Microsoft Word interface, specifically the 'REFERENCIAS' (References) ribbon. The 'Bibliografía' (Bibliography) dropdown menu is open, showing two options: 'Integrado' (Integrated) and 'Referencias' (References). The 'Integrado' option is selected, and a preview of the integrated bibliography is shown. The preview lists three references in APA style:

- Benito, A. (2003). *Citas y referencias*. Nueva York: Contoso Press.
- García, M. Á. (2006). *Cómo escribir una bibliografía*. Chicago: Publicaciones Raimon.
- López, A. (2005). *Crear una publicación formal*. Boston: Proseware, Inc.

Below the preview, the 'Referencias' option is also visible, showing the same list of references. The ribbon also includes other options like 'Administrar fuentes', 'Insertar Tabla de ilustraciones', 'Insertar título', 'Referencia cruzada', 'Insertar', 'Actualizar tabla', 'Marcar entrada', and 'Actualizar'. The 'Estilo' (Style) dropdown is set to 'APA'.

Ejemplo:



## 9. BIBLIOGRAFÍA DE APOYO Y COMPLEMENTARIA

### Bibliografía

Ahmed, P. K. (2012). *Administración de la Innovación*. México: Pearson.

Allen, M. (2002). *El emprendedor visionario*. California EUA: Ucrano S.A.

Brooks, A. C. (2009). *Social entrepreneurship a modern approach to social value creation*. Pearson Prentice Hall.

Cámara de Comercio de Bogotá. (2009). *El docente como promotor y formador del emprendimiento*. Bogotá: Camara de Comercio de Bogota.

Catmull, E. (2015). *Creatividad S.A*. México: conecta.

E, G. S. (2013). *Creatividad e innovación aplicadas al desarrollo emprendedor. Experiencias de la red latinoamericana de buenas prácticas de cooperación* Universidad Santa Fe Argentina

## 6. Folleto

Archivo nuevo-Seleccionar folleto-información solicitado



## 7. Poster evento

Archivo nuevo-Seleccionar folleto de eventos-información solicitado

- Información
- Nuevo
- Abrir
- Guardar
- Guardar como
- Imprimir
- Compartir
- Exportar
- Cerrar
- Cuenta

# Nuevo

Buscar plantillas en línea

Búsquedas sugeridas: Conjuntos de diseños Empresa Personal Evento Tarjetas Educación Industria



Curriculum vitae (dis...



Folleto



Folleto de eventos de te... ➔

## 8. Curriculum

Archivo nuevo-Seleccionar curriculum con fotografía-información seleccionado

- Información
- Nuevo
- Abrir
- Guardar
- Guardar como
- Imprimir
- Compartir
- Exportar
- Cerrar
- Cuenta

# Nuevo

Buscar plantillas en línea

Búsquedas sugeridas: Conjuntos de



Curriculum con fotogra...

- En objetivos: poner los objetivos que tienen ustedes por la vida y por su carrera

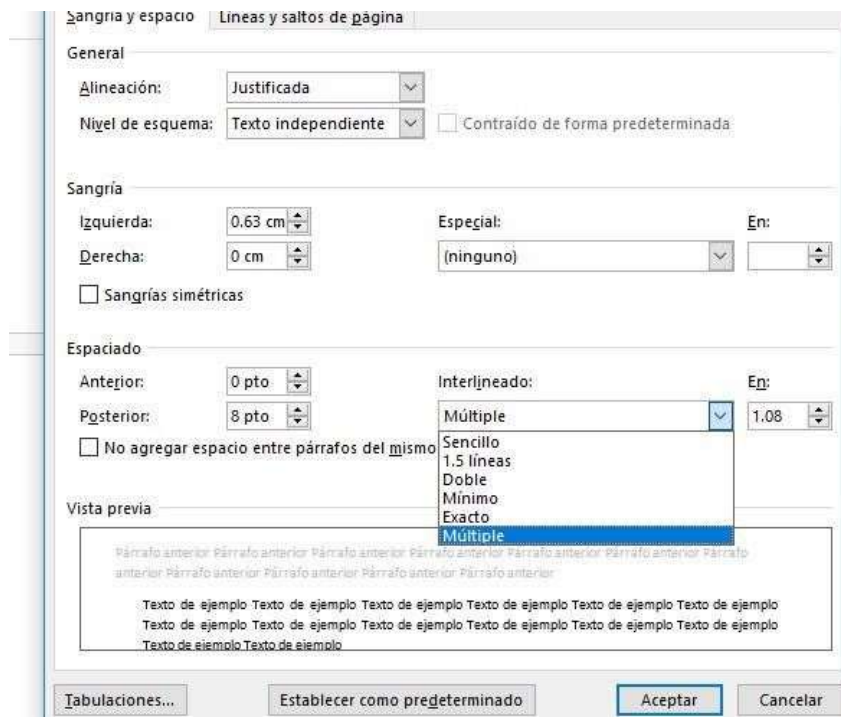
- En experiencia llenar las habilidades que tienen ustedes en cualquier aspecto como, saber manejar una motocicleta y como aprendieron a hacer esta, etc. (Poner por lo menos 4 habilidades)
- En educación llenar con datos de primaria, secundaria y preparatoria.
- En referencias van a poner el nombres de sus papás y de dos amigos o amigas

## 9. Archivo nuevo en blanco

### Título Ensayo

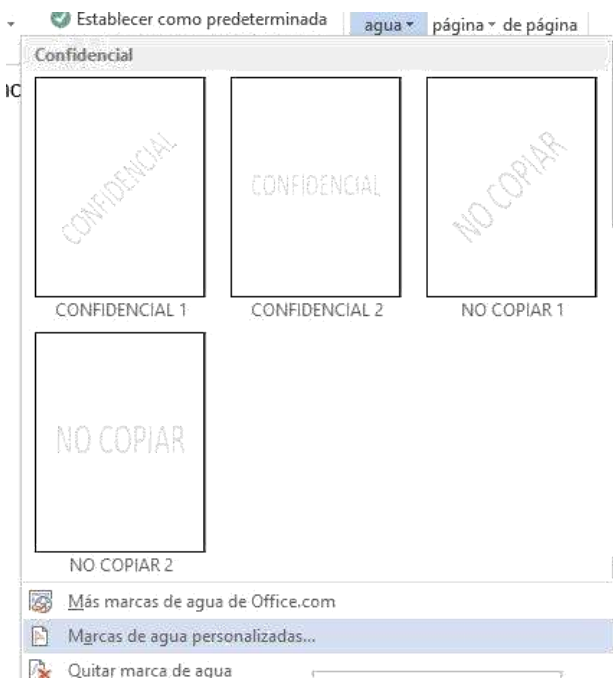
Iniciar a escribir 1 cuartilla, sobre tus gustos y pasatiempos de tu preferencia.

Seleccionar todo el texto y damos un espacio entre los párrafos. Inicio-párrafo-interlineado (1.5)

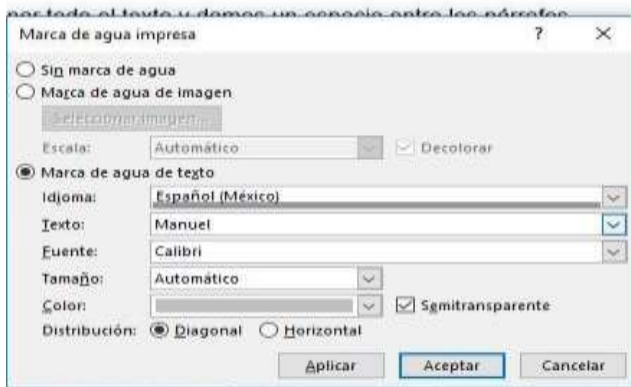


## 10. Diseño de página

Fondo de página-Marca de Agua-Personalizada-Poner nuestro nombre-Cambiar color y letra



Y se pone mi nombre en marca de agua texto



## PRÁCTICA POWER POINT 2013

1. Abrir Power Point 2013
2. Hacer presentación sobre mi familia para exponer 15 minutos
3. Observar cada presentación de los alumnos para brindar mayores herramientas al momento que expondrán sus trabajos.

4. Las diapositivas deberán de tener un diseño



Archivo nuevo-seleccionar el deseado

5. Guardar un video en mi memoria de una canción favorita, un pasatiempo, etc.

Diseño de diapositiva-selección con video

Poner video en diapositiva seleccionada

6. Transición

Barra de herramientas-Transición-una diferente para cada diapositiva



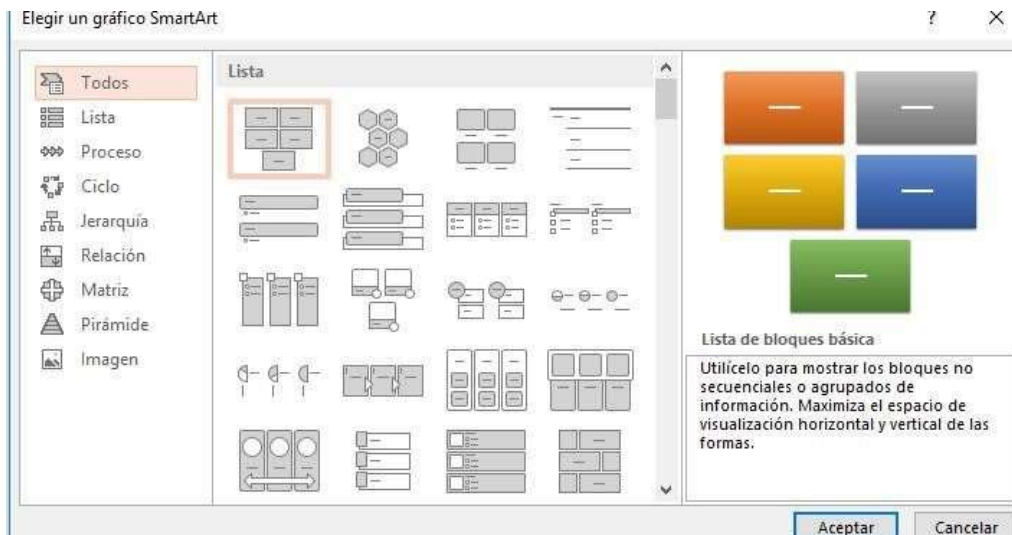


## 7. Transición

Barra de herramientas-Transición-sonido-otro sonido-música de elección

## 8. Smartart

Barra de herramientas-Insertar-Smartart- Organigrama de mi familia



## 9. Gráficos

Barra de herramientas-Insertar-Gráfico-Costos fijos en mi casa

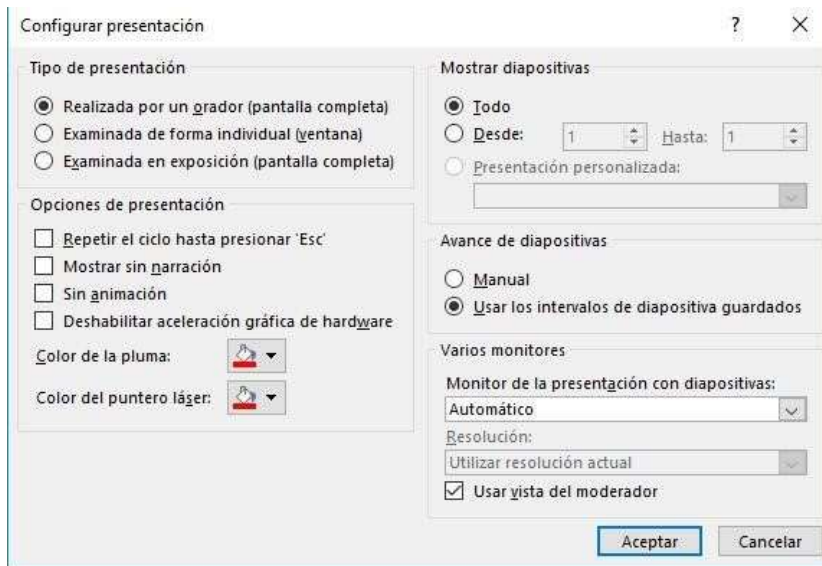
Todos los gráficos

- Reciente
- Plantillas
- Columna**
- Línea
- Circular
- Barra
- Área
- X Y (Dispersión)
- Cotizaciones
- Superficie
- Radial
- Cuadro combinado

Gráfico en Microsoft PowerPoint

|   | A           | B       | C       | D       | E | F | G |
|---|-------------|---------|---------|---------|---|---|---|
| 1 |             | Serie 1 | Serie 2 | Serie 3 |   |   |   |
| 2 | Categoría 1 | 4.3     | 2.4     | 2       |   |   |   |
| 3 | Categoría 2 | 2.5     | 4.4     | 2       |   |   |   |
| 4 | Categoría 3 | 3.5     | 1.8     | 3       |   |   |   |
| 5 | Categoría 4 | 4.5     | 2.8     | 5       |   |   |   |
| 6 |             |         |         |         |   |   |   |
| 7 |             |         |         |         |   |   |   |

## 10. Barra de herramientas- Configuración presentación-Tiempo

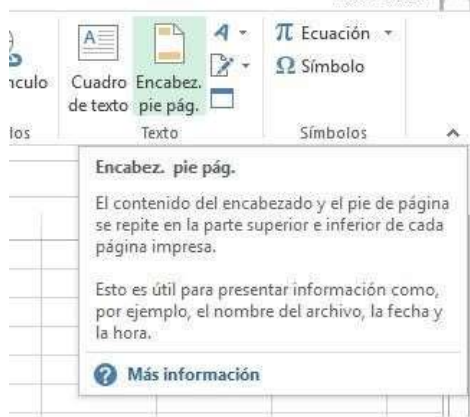


## PRÁCTICA EXCEL 2013

1. Abrir Excel 2013
2. Barra herramientas-Insertar-Encabezado y pie de página



## Encabezado costos al mes



Encabezado

| Encabezado |               |  |  |  |  |
|------------|---------------|--|--|--|--|
|            | Costos al mes |  |  |  |  |
|            |               |  |  |  |  |
|            |               |  |  |  |  |
|            |               |  |  |  |  |

### 3. Anotar costos al mes

Costos al mes

| Costo          | Transporte | Comida | Hospedaje | Otro | Total |
|----------------|------------|--------|-----------|------|-------|
| Primer semana  | 13         | 45     | 900       |      |       |
| segunda semana | 21         | 65     | 900       |      |       |
| tercer semana  | 14         |        | 900       |      |       |
| cuarta semana  | 13         |        | 900       |      |       |
|                |            |        |           |      |       |
|                |            |        |           |      |       |

### 4. Insertar tabla

Barra de herramientas-Insertar-Insertar tabla-Elegir la deseada

Tablas dinámicas recomendadas

**Cuenta de Costo por Transporte**

Etiquetas de fila Cuenta de Costo

|                      |          |
|----------------------|----------|
| 13                   | 2        |
| 14                   | 1        |
| 21                   | 1        |
| <b>Total general</b> | <b>4</b> |

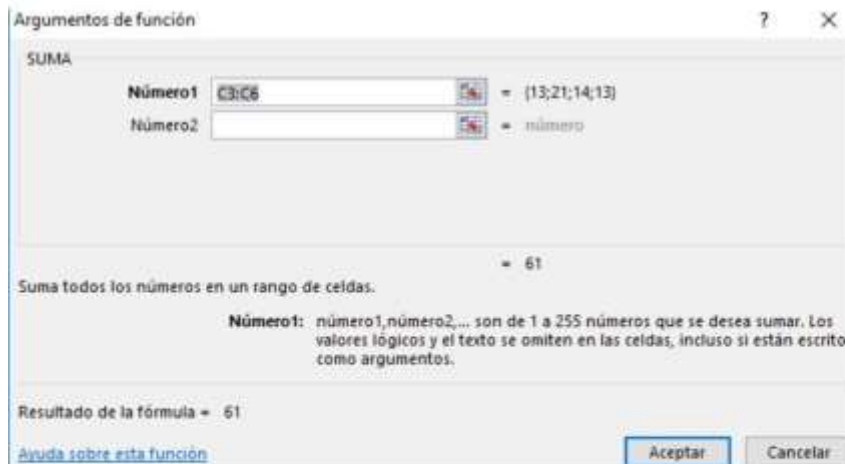
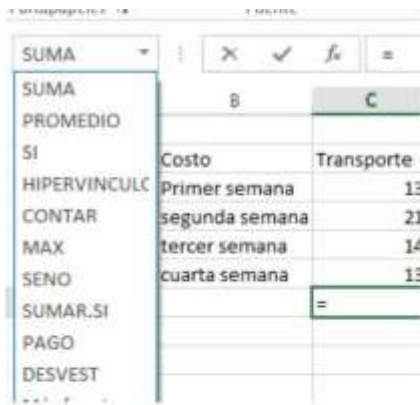
Suma de Hospedaje por ...

Etiquetas de fila Suma de Hospedaje

|                      |             |
|----------------------|-------------|
| 13                   | 1800        |
| 14                   | 900         |
| 21                   | 900         |
| <b>Total general</b> | <b>3600</b> |

### 5. Sumar costos transporte, hospedaje, etc.

Posicionarme en espacio donde deseo la suma, poner un =, suma, revisar celdas de suma.



Opción Autosuma

## Barra de herramientas-Fórmulas-Autosuma

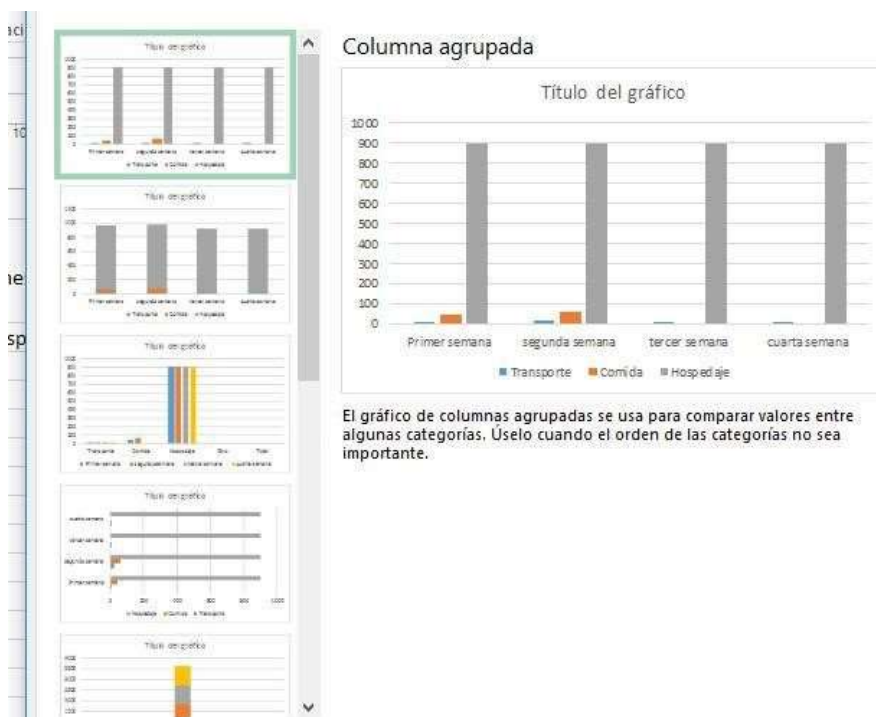


### 6. Promedio

Posicionarme en espacio donde deseo el promedio, poner un =, promedio, revisar celdas para promedio

### 7. Tener costo final al mes y el promedio de los mismos

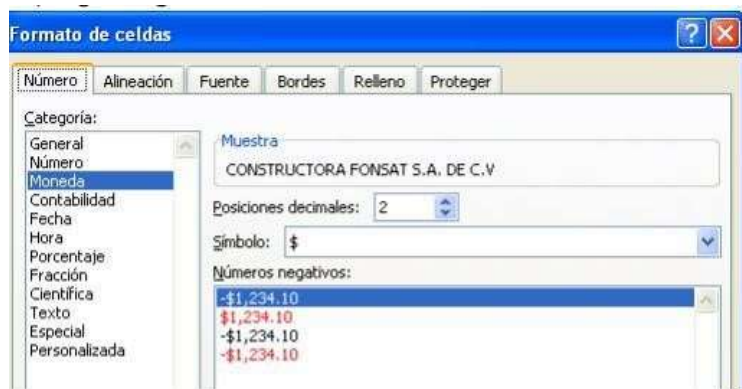
### 8. Gráfica-Gráficos recomendados-interpretar los resultados obtenidos Barra de herramientas-Diseño-Estilo de diapositiva-Tabla de datos resumidaporcentajes





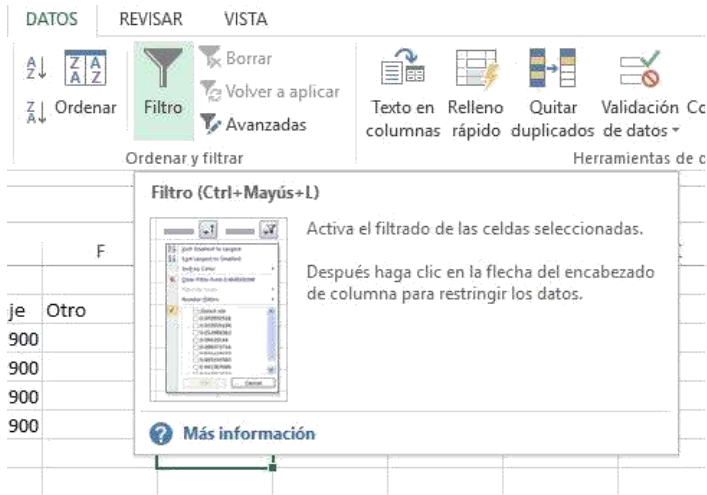
9. Pie de página-Mi nombre completo y grupo

10. Inicio-Formato-formato de celada (seleccionar costos)-categoría-moneda



11. Filtro

Barra de herramientas-Datos-Filtro



Filtro-búsqueda de información de acuerdo a una variable establecida

| Costo         | Transporte |
|---------------|------------|
| Primer semana | 13         |
| cuarta semana | 13         |

## INTERNET

### 1. Búsqueda de información solicitada

nutrición

Todo Imágenes Noticias Libros Vídeos Más Preferencias Herramientas

Cerca de 52,900,000 resultados (0.50 segundos)

**Nutrición** y salud. Existen seis clases de nutrientes que el cuerpo necesita: carbohidratos, proteínas, grasas, vitaminas, minerales y agua. Es importante consumir diariamente esos seis nutrientes para construir y mantener una función corporal saludable.



Nutrición - Wikipedia, la enciclopedia libre  
<https://es.wikipedia.org/wiki/Nutrición>

## 2. Búsqueda de imágenes

nutrición

Todo Imágenes Noticias Libros Vídeos Más Preferencias Herramientas

mayor mujer adulto anciano madre embarazo cancer lactancia vejez



## 3. Búsqueda de videos



nutrición: Alimentación Sa



ClinicaNatMedInt

¿Quieres quitar los anuncios?

Disfruta de videos y música sin anuncios con YouTube Red.

#### 4. Correo electrónico

Registro-correo-contraseña



5. Nube en gmail, para subir mis trabajos y tener el acceso en cualquier momento.



**SURVEY MONKEY**



1. Entrar surveymonkey.com



2. Suscribirse gratis 10 preguntas máximo

## Suscríbete a una cuenta GRATUITA

Elige un nombre de usuario:

Hasta 50 caracteres, sin espacios.

Elige una contraseña:


Al menos 7 caracteres.

Vuelve a escribir la contraseña:


Ingresa tu correo electrónico de contacto:

### O bien, inicia sesión con tu cuenta de Facebook

Ahora puedes vincular tus cuentas e iniciar sesión con tu cuenta de Google o de Facebook. Es rápido, fácil y seguro; tus datos de SurveyMonkey son completamente privados.

 Suscríbete con Google

or

 Suscríbete con Facebook

Al crear una cuenta usando tu cuenta de Facebook, aceptas los [Términos de uso](#) y la [Política de privacidad](#).

3. Crear encuesta-Título "Nutrición+1°Grupo"

4. Resumen-Diseño de encuesta



## 6. Preguntas de dos tipos

Opción múltiple (Cerrada)

Cuadro de comentarios

(Abierta)

## 7. Recopilar respuestas

Resumen-Diseño encuesta-Recopilar respuestas-Enlace web



The screenshot shows the 'ENLACE WEB' configuration interface. At the top, there is a header with 'ENLACE WEB...' on the left and '+ Ingreso manual de datos' on the right. Below this, the main section is titled 'ENLACE WEB' and contains a text input field with the URL 'https://es.surveymonkey.com/r/G2HGLK7'. To the right of the input field is a 'Personalizar' button and an 'ABRIR' button with a dropdown arrow. Below the URL field, there are three expandable settings:

- ▶ Múltiples respuestas: Desactivado
- ▶ Cambios en las respuestas: Activado, hasta que se complete la encuesta
- ▶ Respuestas anónimas: Desactivado

## 8. Analizar resultados

Resumen-Diseño encuesta-Recopilador de respuestas-Analizar resultados



## PROGRAMA ESTADÍSTICO SPSS VERSIÓN 22

1. Abrir programa estadístico spss versión 22
2. Vista de variables

Nombre, tipo (cadena o numérica)



Sin título1 [Conjunto\_de\_datos0] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Marketing directo Gráficos Utilidades Ventana Ayuda

|   | Nombre | Tipo | Anchura | Decimales | Etiqueta | Valores | Perdidos | Columnas | Alineación |
|---|--------|------|---------|-----------|----------|---------|----------|----------|------------|
| 1 |        |      |         |           |          |         |          |          |            |
| 2 |        |      |         |           |          |         |          |          |            |
| 3 |        |      |         |           |          |         |          |          |            |
| 4 |        |      |         |           |          |         |          |          |            |
| 5 |        |      |         |           |          |         |          |          |            |
| 6 |        |      |         |           |          |         |          |          |            |
| 7 |        |      |         |           |          |         |          |          |            |

Tipo cadena aumentar caracteres de acuerdo a la respuesta otorgada

Tipo numérico en etiqueta

Valor 1 a primer respuesta

Valor 2 a segunda respuesta y así consecutivamente



### 3. Vista de datos

Información proporcionada por cada uno de nuestros encuestados de acuerdo al tipo de pregunta y su codificación estipulada.

### 4. Frecuencias

Barra de herramientas-Analizar-Estadísticos descriptivos-Frecuencias

Seleccionar una variable a la vez

Ejemplo:

Tabla 13. Porcentaje de respuesta de los alumnos respecto a los motivos de la reprobación en la Licenciatura de Nutrición, UAZ.

| Motivos por los que reprobaban | Siempre | Frecuente/ | Algunas | Rara    | Nunca   | No |
|--------------------------------|---------|------------|---------|---------|---------|----|
| los                            | mente   | veces      | vez     | contest | alumnos | ó  |

|  |      |      |      |      |      |     |
|--|------|------|------|------|------|-----|
| Horarios de Trabajo escolar                        | 2.7  | 17.1 | 34.9 | 15.8 | 27.4 | 2.1 |
| No gusta la forma de enseñar del profesor          | 4.1  | 28.8 | 48.6 | 15.1 | 2.7  | 0.7 |
| No estudiar lo suficiente                          | 15.1 | 43.2 | 30.1 | 7.5  | 3.4  | 0.7 |
| Dificultad para entender lo que explica el maestro | 4.8  | 35.6 | 43.2 | 15.1 | 1.4  | 0.0 |
| Total  | 6.7  | 31.2 | 39.2 | 13.4 | 8.7  | 0.8 |

---

Fuente: Cuestionario para identificar factores de reprobación por los alumnos (2014).

## UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ZACATECAS

Dr. Antonio Guzmán Fernández

**Rector de la UAZ**

Dr. Rubén de Jesús Ibarra

**Secretario General de la UAZ**

Dr. Francisco Luna Pacheco

**Coordinador del consejo académico del Área de Ciencias de la Salud**

Dra. Perla María Trejo Ortiz

**Directora de la Unidad Académica de Enfermería.**

MNC Cristina Saraí Contreras Martínez  
**Responsable del Programa Académico de  
Licenciatura en Nutrición**

Este documento ha sido elaborado por:

D.G.E. Maureen Patricia Castro Lugo

Avalado por:

H. Consejo de la Unidad Académica de Enfermería A los \_\_\_\_\_ días el mes de

\_\_\_\_\_ del año \_\_\_\_\_

Fecha de la última revisión: \_\_\_\_\_

Fecha de la última modificación: \_\_\_\_\_