



4.10.2.

Laboratorios, talleres y espacios
específicos para la realización de
prácticas, y su equipamiento

Manual de nutrición y dietética en el
ciclo vital II

Programa Académico
Licenciatura en Nutrición



MANUAL NUTRICION Y DIETETICA EN EL CICLO VITAL II



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



PRACTICAS 2017

"NUTRICION Y DIETETICA EL CICLO VITAL II"

1. Desarrollo caso clínico paciente adolescente (Aula)
2. Diseño y presentación de menú para adolescente (SAUS)
3. Orientación alimentaria para adolescentes I (Aula)
4. Orientación alimentaria para adolescentes II (Campo)
5. Desarrollo caso clínico paciente adulto joven y/o maduro (Aula)
6. Diseño y presentación de menú para adulto joven y maduro (SAUS)
7. Tríptico, recetas, volante y cartel de promoción de alimentación saludable
8. Orientación alimentaria para adulto joven y maduro I (Aula)
9. Orientación alimentaria para adulto joven y maduro II (Campo)
10. Desarrollo caso clínico paciente adulto mayor/vejez (Aula)
11. Diseño y presentación de menú para adulto mayor (SAUS)
12. Elaboración de manual práctico para la alimentación del adulto mayor (Aula)
13. Elaboración de manual práctico para la alimentación del adulto mayor (Aula-Impreso)

UNIDAD DE COMPETENCIA

Definir e identificar las características fisiológicas y psicosociales que determinarán las necesidades nutricionales del adolescente, para fomentar correctas prácticas de alimentación.

HABILIDADES Y COMPETENCIAS DE LA PRACTICA NO. 2 “Diseño y presentación de menú para adolescente”

Identificar las características nutricionales a través del diseño y presentación de un menú para adolescentes que favorezca el correcto consumo de macro y micronutrientes esenciales durante etapa.

MATERIAL

1. Mesas de trabajo (área comensales SAU SXXI)
2. Mantel, vajilla y/o utensilios necesarios para montar mesa de presentación
3. Identificadores para cada tiempo de menú según corresponda (desayuno, comida, cena colaciones), señalando el aporte calórico por tiempo de comida. Así mismo conteo del aporte de Ca, Fe, Zn, Fibra, vitaminas A y C que cubre su menú.
4. Alimentos completa o totalmente preparados con base a su menú.
5. Uniforme completo, cofia y cubreboca.
6. Sistema Mexicano de Alimentos Equivalentes y calculadora.
7. Bolsa para basura y franela.

Nota: queda estrictamente prohibido solicitar utensilios (vajilla) o alimentos al SAU SXXI.

PROCEDIMIENTOS

1. Registro en bitácora del SAU SXXI.
2. Montar mesa de presentación
3. Presentación de menú por equipo. Aspectos a evaluar:
 - i. Uniforme (completo), cofia y cubreboca desde que inician a preparar alimentos y montar mesa.
 - ii. Presentación de la mesa acorde a menú y grupo de edad.
 - iii. Descripción general del paciente (edad, genero, actividad, requerimiento calórico-mencionar método empleado-, etc.)
 - iv. Descripción del menú (características generales, nutrientes, preparaciones, etc.) y como contribuye al optimo crecimiento y desarrollo del paciente dadas sus características.
4. Sesión de preguntas y retroalimentación por estudiantes y docente.
5. Una vez concluida la práctica, cada equipo de trabajo dejará su área limpia, mesas y sillas en su lugar.

Los desechos orgánicos se entregarán en ventanilla de recepción de loza y los desechos inorgánicos colocados en bolsa que cada equipo trae para posteriormente depositarla en el contenedor de basura.

Nota: los equipos de trabajo no se retirarán hasta dejar el área limpia. Queda estrictamente prohibido enjuagar o lavar parcialmente los utensilios empleados, en los lavamanos de los sanitarios ya que además de ser foco de contaminación se pueden obstruir tuberías.

INTRODUCCION (en relación a la actividad desarrollada y etapa correspondiente)

EVIDENCIA DE DESARROLLO (fotografía, cálculos, etc.)CONCLUSIONES

Por cada integrante del equipo.

Lo que concluyo respecto a la actividad desarrollada, el aprendizaje que obtuve de realizar la práctica, mis errores y/o aciertos. No sobre lo importante que es la alimentación en la adolescencia, eso ya lo sabemos desde la teoría.

FUENTES DOCUMENTALES

UNIDAD DE COMPETENCIA

Definir e identificar las características fisiológicas y psicosociales que determinarán las necesidades nutricionales del adolescente, para fomentar correctas prácticas de alimentación.

HABILIDADES Y COMPETENCIAS DE LA PRACTICA NO. 3 “Orientación alimentaria y prevención de riesgos en adolescentes (parte I)”

Aplicar los conocimientos adquiridos mediante una sesión de orientación alimentaria efectiva sobre correctas prácticas alimentarias en población adolescente para favorecer un estado nutricional óptimo y prevención de riesgos.

MATERIAL

1. Formato de carta descriptiva.
2. Acceso a internet y bibliografía básica.
3. Hojas y equipo de impresión (alumno).
4. Materiales diversos con base a diseño y materiales didácticos de apoyo a emplear por cada equipo de trabajo (rotafolio, foami, pegamento, cinta adhesiva, unicel, cartoncillo, etc.).

PROCEDIMIENTOS

1. Conformar 3 equipos de trabajo en número equitativo.
 2. Realizar carta descriptiva (FORMATO ANEXO) de la sesión de orientación con los siguientes elementos:
 - i. Título de la actividad
 - ii. Nombre de los integrantes
 - iii. Temas a abordar
 - iv. Tiempo estimado para cada intervención
 - v. Material de apoyo a utilizar para su desarrollo
 - vi. Actividad de cierre o método empleado para corroborar comprensión del tema
- Nota: presentar carta descriptiva ya elaborada el día de la sesión práctica.
3. Revisión y retroalimentación por parte del docente a la carta descriptiva presentada.
 4. Presentar bosquejos de materiales de apoyo para la orientación, materiales ya avanzados con base a lo que indican en su carta descriptiva que van a emplear para el desarrollo de cada tema.

INFORMACIÓN ADICIONAL

Respecto a la importancia de la alimentación en el adolescente y la correcta planificación de sesiones de orientación nutricional para este grupo de población.

CONCLUSIONES Y RESULTADOS

Por cada integrante.

Lo que concluyó respecto a la actividad desarrollada, el aprendizaje que obtuvo al realizar la práctica, sus errores y/o aciertos. No sobre lo importante que es la alimentación en la adolescencia, eso ya lo sabemos desde la teoría.

FUENTES DOCUMENTALES

CARTA DESCRIPTIVA

TITULO DE LA ACTIVIDAD				
INTEGRANTES		1.		
		2.		
		3.		
		4.		
		5.		
TEMAS		RESPONSABLE	DURACION	MATERIAL DE APOYO
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				

ACTIVIDAD DE CIERRE

--

UNIDAD DE COMPETENCIA

Definir e identificar las características fisiológicas y psicosociales que determinarán las necesidades nutricionales del adolescente, para fomentar correctas prácticas de alimentación.

HABILIDADES Y COMPETENCIAS DE LA PRACTICA NO. 4 “Orientación alimentaria y prevención de riesgos en adolescentes (parte II)”

Aplicar los conocimientos adquiridos mediante una sesión de orientación alimentaria efectiva sobre correctas prácticas alimentarias en población adolescente para favorecer un estado nutricional óptimo y prevención de riesgos.

MATERIAL

1. Recursos didácticos o de apoyo elaborados en sesión práctica anterior (práctica 3), corregidos y terminados, así como lo necesario para colocar dichos materiales (cinta, tripies, etc.)
2. Uniforme completo: pantalón clínico (no mallones, ni leggings), zapato blanco limpio, filipina, bajo el uniforme ropa en colores claros, mujeres cabello recogido (evitar accesorios y maquillaje excesivo), hombres rostro descubierto y accesorios mínimos (reloj, cadenas, etc.).
3. Credencial de estudiante.

PROCEDIMIENTOS

1. Cada equipo pasará en orden a desarrollar su sesión de orientación acompañado de los materiales didácticos o de apoyo, previamente elaborados.
2. Aspectos a evaluar durante el desarrollo:
 - i. Presentación
 - ii. Organización y dominio del tema
 - iii. Lenguaje claro y comprensible
 - iv. Material de apoyo: tamaño, uniformidad, color, ortografía, uso adecuado de imagen y texto, etc. (previamente revisado y retroalimentado en el aula por el docente).
 - v. Control y coordinación del público asistente por parte de los integrantes del equipo.
 - vi. Dinámica o método para corroborar comprensión del tema.
3. Incluir evidencia fotográfica del desarrollo.

INTRODUCCION

Respecto a la Orientación Alimentaria a población adolescente.

DESARROLLO (EVIDENCIA FOTOGRAFICA)

CONCLUSIONES Y RESULTADOS

De cada integrante.

Lo que concluyó respecto a la actividad desarrollada, el aprendizaje que obtuvo al realizar la práctica, sus errores y/o aciertos. No sobre lo importante que es la alimentación en la adolescencia, eso ya lo sabemos desde la teoría.

FUENTES DOCUMENTALES

UDI: NUTRICION Y DIETETICA EN EL CICLO VITAL II

PRACTICA CAMPO

UDI: NUTRICION Y DIETETICA EN EL CICLO VITAL II

PRACTICA CAMPO

No	ASPECTO A EVALUAR	CALIFICACIÓN (0 a 10)
1	Presentación del equipo (imagen general)	
2	Organización	
3	Dominio del tema	
4	Interacción con auditorio	
5	Lenguaje claro y comprensible	
6	Resolución de dudas	
7	Utilidad de la información proporcionada	
8	Calidad didáctica del material de apoyo	
	TOTAL	

OBSERVACIONES PARTICULARES:

Elaboró: M.E. Ana María Herrera M.

UNIDAD DE COMPETENCIA

Conocer e integrar las características fisiológicas y psicosociales normales del adulto joven y el adulto maduro así como sus necesidades nutricionales específicas, para la corrección y/o el fomento y desarrollo de buenos hábitos alimentarios que coadyuven a la conservación de la salud.

HABILIDADES Y COMPETENCIAS DE LA PRACTICA NO. 6 “Alimentación en el adulto joven y maduro”

Diseñar e identificar las características nutricionales que debe reunir un menú para adulto joven y maduro que favorezca el correcto consumo de macro y micronutrientes esenciales durante esta etapa.

MATERIAL

1. Mesas de trabajo (área comensales SAU SXXI)
2. Mantel, vajilla y/o utensilios necesarios para montar mesa de presentación
3. Identificadores para cada tiempo de menú según corresponda (desayuno, comida, cena colaciones)
4. Alimentos completa o totalmente preparados con base a su menú.
5. Uniforme completo, cofia y cubreboca
6. Sistema Mexicano de Alimentos Equivalentes y calculadora
7. Bolsa para basura y franela.

Nota: queda estrictamente prohibido solicitar utensilios (vajilla) al SAU SXXI.

PROCEDIMIENTOS

1. Registro en bitácora del SAU SXXI.
2. Montar mesa de presentación
3. Presentación de menú por equipo. Aspectos a evaluar:
 - v. Uniforme (completo), cofia y cubreboca desde que inician a preparar alimentos y montar mesa.
 - vi. Presentación de la mesa acorde a menú y grupo de edad.
 - vii. Descripción general del paciente (edad, genero, actividad, requerimiento calórico-mencionar método empleado-, etc.)
 - viii. Descripción del menú (características generales, nutrientes, preparaciones, etc.) y como contribuye al estado nutricio del paciente dadas sus características.
 - ix. Identificadores por tiempo de comida así como el aporte calórico
 - x. Cuantificación de principales micronutrientes aportados por el menú.
4. Sesión de preguntas y retroalimentación por estudiantes y docente
5. Una vez concluida la práctica, cada equipo de trabajo dejará su área limpia, mesas y sillas en su lugar. Los desechos orgánicos se entregarán en ventanilla de recepción de loza y los desechos inorgánicos colocados en bolsa que posteriormente se depositará en contenedor de basura.

Nota: los equipos de trabajo no se retirarán hasta dejar el área limpia. Queda estrictamente prohibido enjuagar o lavar parcialmente los utensilios empleados, en los lavamanos de los sanitarios ya que además de ser foco de contaminación puede obstruir tuberías.

INTRODUCCION

CONCLUSIONES

Por cada integrante.

Lo que concluyo respecto a la actividad desarrollada, el aprendizaje que obtuvo al realizar la práctica, sus errores y/o aciertos.

FUENTES DOCUMENTALES

UNIDAD DE COMPETENCIA

Conocer e integrar las características fisiológicas y psicosociales normales del adulto joven y el adulto maduro así como sus necesidades nutricionales específicas, para la corrección y/o el fomento y desarrollo de buenos hábitos alimentarios que coadyuven a la conservación de la salud.

HABILIDADES Y COMPETENCIAS DE LA PRACTICA NO. 7 “Promoción a la alimentación saludable en el adulto joven y maduro”

Producir materiales de difusión dirigidos a población adulta para promover correctas prácticas alimentarias que favorezcan un estado nutricional óptimo con el fin de prevenir el desarrollo de patologías y/o trastornos característicos de la etapa.

MATERIAL

1. Hojas de segundo uso.
2. Computadora por equipo.
3. Material para impresión y diversos según lo que desarrolle cada equipo de trabajo.

PROCEDIMIENTOS

1. Conformar 3 equipos de trabajo en número equitativo. Cada equipo desarrollará un medio de difusión diferente: tríptico, volante y/o cartel.

EQ. 1 Tríptico y recetas saludables para las cuales deberán argumentar el porqué su elección.

EQ. 2 Tríptico y volante.

EQ. 3 Cartel.

2. Presentar borrador o bosquejo en computadora.
3. Revisión y retroalimentación por parte del docente.

DESARROLLO (documentos en borrador revisados durante la práctica así como evidencia fotográfica del lugar en que fueron colocados o distribuidos los materiales de difusión).

INTRODUCCION

CONCLUSIONES

FUENTES DOCUMENTALES (máximo de 5 años atrás)

Elaboró: M. en C. Verónica del Carmen Enciso Muñoz

UNIDAD DE COMPETENCIA

Conocer e integrar las características fisiológicas y psicosociales normales del adulto joven y el adulto maduro así como sus necesidades nutricionales específicas, para la corrección y/o el fomento y desarrollo de buenos hábitos alimentarios que coadyuven a la conservación de la salud.

HABILIDADES Y COMPETENCIAS DE LA PRACTICA NO. 8 “Orientación alimentaria y prevención de riesgos en adulto joven y maduro (parte I)”

Aplicar los conocimientos adquiridos mediante una sesión de orientación alimentaria efectiva sobre correctas prácticas alimentarias en población adulta para favorecer un estado nutricional óptimo y prevención de riesgos.

MATERIAL

5. Formato de carta descriptiva.
6. Acceso a internet y bibliografía básica.
7. Hojas y equipo de impresión (alumno).
8. Materiales diversos con base a diseño y materiales didácticos de apoyo a emplear por cada equipo de trabajo (rotafolio, foami, pegamento, cinta adhesiva, unicel, cartoncillo, etc.).

PROCEDIMIENTOS

5. Conformar 3 equipos de trabajo en número equitativo.
 6. Realizar carta descriptiva (FORMATO ANEXO) de la sesión de orientación con los siguientes elementos:
 - vii. Título de la actividad
 - viii. Nombre de los integrantes
 - ix. Temas a abordar
 - x. Tiempo estimado para cada intervención
 - xi. Material de apoyo a utilizar para cada tema
 - xii. Actividad de cierre o método empleado para corroborar comprensión del tema
- Nota: presentar carta descriptiva ya elaborada el día de la sesión práctica.
7. Revisión y retroalimentación por parte del docente a la carta descriptiva presentada.
 8. Presentar bosquejos de materiales de apoyo para la orientación, materiales ya avanzados con base a lo que indican en su carta descriptiva que van a emplear para el desarrollo de cada tema.

INFORMACIÓN ADICIONAL

Respecto a la importancia de la alimentación en el adolescente y la correcta planificación de sesiones de orientación nutricional para este grupo de población.

CONCLUSIONES Y RESULTADOS

Por cada integrante.

Lo que concluyo respecto a la actividad desarrollada, el aprendizaje que obtuve de realizar la práctica, mis errores y/o aciertos. No sobre lo importante que es la alimentación en la adolescencia, eso ya lo sabemos desde la teoría.

FUENTES DOCUMENTALES (máximo de 5 años atrás)

Elaboró: M. en C. Verónica del Carmen Enciso Muñoz

CARTA DESCRIPTIVA

TITULO DE LA ACTIVIDAD				
INTEGRANTES		1.		
		2.		
		3.		
		4.		
		5.		
TEMAS		RESPONSABLE	DURACION	MATERIAL DE APOYO
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				

ACTIVIDAD DE CIERRE

--

Universidad Autónoma de Zacatecas

DR. ANTONIO GUZMÁN FERNANDEZ

Rector de la Universidad Autónoma de Zacatecas

DR. RUBEN IBARRA

Secretario General de la UAZ

DR. FRANCISCO LUNA PACHECO

Coordinador del Consejo Académico del Área de Ciencias de
la Salud

Unidad Académica Enfermería

DRA. EN C. PERLA MARIA TREJO ORTIZ

Directora de la Unidad Académica de Enfermería

Programa Académico de la Licenciatura en Nutrición

M.N.C. CRISTINA SARAI CONTRERAS MARTÍNEZ

Responsable del Programa Académico

de la Licenciatura en Nutrición



Este documento ha sido elaborado por:

M.E. Ana María Herrera Medrano
M. en C. Verónica del Carmen Enciso Muñoz

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: _____

