



4.10.2.

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

Manual de Prácticas de Bases de la
Nutrición



Programa Académico
Licenciatura en Nutrición



Manual de Prácticas de Bases de la Nutrición



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**



UNIDAD DE COMPETENCIA I

Identificar al profesional de la nutrición, campos de acción, práctica ética así como las bases de la nutrición para su correcta aplicación e interpretación en la práctica.

HABILIDADES Y COMPETENCIAS DE LA PRACTICA NO.

1 Profesionales de la Nutrición

Conocer e identificar a profesionales de la nutrición en el campo que se ha desarrollado

1.2 Investigar y analizar un personaje destacado por su contribución a la ciencia de la nutrición.

MATERIAL

Presentación en audio y/o video de una entrevista previamente elaborada a un Licenciado en nutrición ante el grupo para compartir la experiencia de los diferentes campos laborales en el que se ha desempeñado.

Presentación de la bibliografía de un profesional destacado por su contribución al desarrollo de la ciencia de la nutrición

PROCEDIMIENTOS

Entrevista a un profesional de la nutrición (nutriólogo)

Biografía de un destacado profesional de la nutrición

INFORMACIÓN ADICIONAL (LLENADO POR EL ALUMNO)

CONCLUSIONES Y RESULTADOS (LLENADO POR EL ALUMNO)

FUENTES DOCUMENTALES (5 mínimo, uno o dos en otro idioma y máximo de 5 años atrás)

INTRODUCCION

HABILIDADES Y COMPETENCIAS DE LA PRÁCTICA NO. 2

Código de Ética del Licenciado en Nutrición.

Familiarizarse con el código de ética que debe regir al Licenciado en Nutrición

MATERIAL

PROCEDIMIENTOS

Socio-drama (en equipos), con la finalidad de que interactúen y generen familiaridad con las conductas del mismo.

INFORMACIÓN ADICIONAL (LLENADO POR EL ALUMNO)

CONCLUSIONES Y RESULTADOS (LLENADO POR EL ALUMNO)

FUENTES DOCUMENTALES (5 mínimo, uno o dos en otro idioma y máximo de 5 años atrás)

INTRODUCCION

HABILIDADES Y COMPETENCIAS DE LA PRÁCTICA NO. 3

Glosario

3.1 Glosario ilustrado

Conocer, identificar y familiarizarse con terminología relacionada con la nutrición

MATERIAL

PROCEDIMIENTOS

INFORMACIÓN ADICIONAL (LLENADO POR EL ALUMNO)

CONCLUSIONES Y RESULTADOS (LLENADO POR EL ALUMNO)

FUENTES DOCUMENTALES (5 mínimo, uno o dos en otro idioma y máximo de 5 años atrás)

INTRODUCCION

HABILIDADES Y COMPETENCIAS DE LA PRACTICA NO. 3.2

Glosario de términos relacionados con la UDI

Inculcar el hábito de lectura y comprensión de terminología identificar y familiarizarse con terminología relacionada con la nutrición

MATERIAL

PROCEDIMIENTOS

Durante las 13 semanas restantes del semestre elaboraran 15 conceptos relacionados con la nutrición.

Se revisan cada semana y se anexan al portafolio

INFORMACIÓN ADICIONAL (LLENADO POR EL ALUMNO)

CONCLUSIONES Y RESULTADOS (LLENADO POR EL ALUMNO)

FUENTES DOCUMENTALES (5 mínimo, uno o dos en otro idioma y máximo de 5 años atrás)

INTRODUCCION

HABILIDADES Y COMPETENCIAS DE LA PRÁCTICA NO. 4

Identificación e Interpretación de Etiquetas.

Conocer, identificar y comprender la lectura de las etiquetas en productos industrializados.

MATERIAL

PROCEDIMIENTOS

Leer la etiqueta, analizar e identificar la información y ubicar las partes que comprenden la etiqueta

INFORMACIÓN ADICIONAL (LLENADO POR EL ALUMNO)

CONCLUSIONES Y RESULTADOS (LLENADO POR EL ALUMNO)

FUENTES DOCUMENTALES (5 mínimo, uno o dos en otro idioma y máximo de 5 años atrás)

INTRODUCCION

HABILIDADES Y COMPETENCIAS DE LA PRÁCTICA NO. 5

Calculo Individual VET (GEB, Peso Ideal, IMC, IC).

MATERIAL

Datos referentes de cinco personas adultas y el personal

Tablas de valores de referencia, calculadora

PROCEDIMIENTOS

Hacer el ejercicio personal y de cinco personas de referente para aprendan a sustituir e interpretar los valores con base los diferentes referentes de evaluación (GEB, peso, IMC, IC)

INFORMACIÓN ADICIONAL (LLENADO POR EL ALUMNO)

CONCLUSIONES Y RESULTADOS (LLENADO POR EL ALUMNO)

FUENTES DOCUMENTALES (5 mínimo, uno o dos en otro idioma y máximo de 5 años atrás)

UNIDAD DE COMPETENCIA II

2. Analizar las diferentes clasificaciones de los alimentos y nutrimentos, conocer e identificar los principios de una alimentación adecuada (métodos de evaluación de hábitos alimentarios), sistema mexicano de equivalentes y su relación con la alimentación habitual para fomentar una dieta saludable acorde a las necesidades y características de la población mexicana.

INTRODUCCION

2.- HABILIDADES Y COMPETENCIAS DE LA PRÁCTICA NO. 6

Orientación alimentaria de acuerdo a la NOM 043

6.1 Conocer y analizar y explicar “educación” el Claro del buen comer de acuerdo a la NOM 043 en el apartado orientación alimentaria así como analizar la dieta habitual de cada uno de ellos en base a la misma.

MATERIAL

Plastificación libre del plato del buen comer

NOM 043

PROCEDIMIENTOS

Análisis, explicación del NOM043 en el apartado orientación alimentaria con material de apoyo (el plato del buen comer) previamente elaborado por ellos, en base a la misma realizar exposición de una adecuada alimentación y hacer comparación con su dieta habitual

INFORMACIÓN ADICIONAL (LLENADO POR EL ALUMNO)

CONCLUSIONES Y RESULTADOS (LLENADO POR EL ALUMNO)

FUENTES DOCUMENTALES (5 mínimo, uno o dos en otro idioma y máximo de 5 años atrás)

INTRODUCCION

HABILIDADES Y COMPETENCIAS DE LA PRACTICA NO. 7

Guías Alimentarias

Conocer y analizar las diferentes guías alimentarias en diferentes países destacar ventajas y desventajas con de la nuestro país

MATERIAL

PROCEDIMIENTOS

Exposición por equipos de diferentes guías alimentarias del mundo (país de procedencia, explicación de elementos (gráficos, colores, concepto, etc.) y su diferencia con la guía mexicana. “Canadá, EUA, Italia, Japón Cuba Guatemala España Venezuela Australia entre otros”

INFORMACIÓN ADICIONAL (LLENADO POR EL ALUMNO)

CONCLUSIONES Y RESULTADOS (LLENADO POR EL ALUMNO)

FUENTES DOCUMENTALES (5 mínimo, uno o dos en otro idioma y máximo de 5 años atrás)

INTRODUCCION

HABILIDADES Y COMPETENCIAS DE LA PRÁCTICA NO. 8

Sistema Mexicano de Alimentos y Equivalentes

7.1 Análisis de Sistema Mexicano de Alimentos y Equivalentes

7.2 Aplicación de Sistema Mexicano de Alimentos Equivalentes

Identificar los alimentos de consumo de su dieta habitual al grupo perteneciente, analizarlos para valoración de su contenido en macronutrientes (energía y calidad) y compararlos con indicadores de dieta saludable

MATERIAL

Registro de alimentos consumidos individualmente

Sistema Mexicano de equivalentes

Calculadora

PROCEDIMIENTOS

Identificar los alimentos al grupo que corresponde, realizar el proceso para obtener el valor energético sea alimentos tiempo de comida y alimentación de un día.

INFORMACIÓN ADICIONAL (LLENADO POR EL ALUMNO)

CONCLUSIONES Y RESULTADOS (LLENADO POR EL ALUMNO)

FUENTES DOCUMENTALES (5 mínimo, uno o dos en otro idioma y máximo de 5 años atrás)

INTRODUCCION

HABILIDADES Y COMPETENCIAS DE LA PRÁCTICA NO. 9

Sistema Mexicano de Alimentos y Equivalentes

7.1 Análisis de Sistema Mexicano de Alimentos y Equivalentes

7.2 Aplicación de Sistema Mexicano de Alimentos Equivalentes

Identificar los alimentos de consumo de su dieta habitual al grupo perteneciente, analizarlos para valoración de su contenido en macronutrientes (energía y calidad) y compararlos con indicadores de dieta saludable

MATERIAL

Registro de alimentos consumidos individualmente

Sistema Mexicano de equivalentes

Calculadora

PROCEDIMIENTOS

Identificar los alimentos al grupo que corresponde, realizar el proceso para obtener el valor energético sea alimentos tiempo de comida y alimentación de un día.

INFORMACIÓN ADICIONAL (LLENADO POR EL ALUMNO)

CONCLUSIONES Y RESULTADOS (LLENADO POR EL ALUMNO)

FUENTES DOCUMENTALES (5 mínimo, uno o dos en otro idioma y máximo de 5 años atrás)

INTRODUCCION

HABILIDADES Y COMPETENCIAS DE LA PRACTICA NO. 10

Evaluación de hábitos alimentarios

Conocer, identificar, analizar los diferentes métodos de evaluación de hábitos alimentarios (Registros 24 horas, Frecuencia de consumo, registro de alimentos e Historia dietética)

MATERIAL

Formatos establecidos para evaluación de hábitos alimentarios

PROCEDIMIENTOS

Ejecución de los diferentes métodos de evaluación de hábitos alimentarios por medio de formatos y su análisis.

INFORMACIÓN ADICIONAL (LLENADO POR EL ALUMNO)

CONCLUSIONES Y RESULTADOS (LLENADO POR EL ALUMNO)

FUENTES DOCUMENTALES (5 mínimo, uno o dos en otro idioma y máximo de 5 años atrás)

UNIDAD DE COMPETENCIA III

3. Acercarse al conocimiento de cada uno de los nutrimentos esenciales para el ser humano así como su función, fuentes, IDR, deficiencias, toxicidad, estabilidad de importancia nutricional y analizarlos con su adecuado consumo por medio de la dieta acorde a las necesidades y características de la población mexicana.

INTRODUCCION

HABILIDADES Y COMPETENCIAS DE LA PRÁCTICA NO. 11

Avances de la elaboración de mini-atlas para su análisis y ejerció con las fuentes más comunes para cubrir los IDR de Hidratos de Carbono, Proteínas y lípidos

MATERIAL

Información que se proporciona en el aula así como la complementación con otras fuentes documentales, SME, calculadora IDR para población mexicana

PROCEDIMIENTOS

En el aula se analiza el ejerció del nutriente y se realiza el ejercicio de cubrir las IDR de acuerdo a alimentos comunes así como se dan a conocer los lineamientos del mini atlas como trabajo final de las practicas

Se anexan los lineamientos del contenido del mini atlas para su mayor comprensión y como herramienta para UDIS posteriores.

INFORMACIÓN ADICIONAL (LLENADO POR EL ALUMNO)

CONCLUSIONES Y RESULTADOS (LLENADO POR EL ALUMNO)

FUENTES DOCUMENTALES (5 mínimo, uno o dos en otro idioma y máximo de 5 años atrás)

INTRODUCCION

HABILIDADES Y COMPETENCIAS DE LA PRÁCTICA NO. 12

Avances de la elaboración de mini-atlas para su análisis y ejerció con las fuentes más comunes para cubrir los IDR de electrolitos

MATERIAL

PROCEDIMIENTOS

INFORMACIÓN ADICIONAL (LLENADO POR EL ALUMNO)

CONCLUSIONES Y RESULTADOS (LLENADO POR EL ALUMNO)

FUENTES DOCUMENTALES (5 mínimo, uno o dos en otro idioma y máximo de 5 años atrás)

INTRODUCCION

HABILIDADES Y COMPETENCIAS DE LA PRACTICA NO. 13

Avances de la elaboración de mini-atlas para su análisis y ejerció con las fuentes más comunes para cubrir los IDR de Vitaminas liposolubles e hidrosolubles

MATERIAL

PROCEDIMIENTOS

INFORMACIÓN ADICIONAL (LLENADO POR EL ALUMNO)

CONCLUSIONES Y RESULTADOS (LLENADO POR EL ALUMNO)

FUENTES DOCUMENTALES (5 mínimo, uno o dos en otro idioma y máximo de 5 años atrás)

INTRODUCCION

HABILIDADES Y COMPETENCIAS DE LA PRÁCTICA NO. 14

Avances de la elaboración de mini-atlas para su análisis y ejerció con las fuentes más comunes para cubrir los IDR de Minerales

MATERIAL

PROCEDIMIENTOS

INFORMACIÓN ADICIONAL (LLENADO POR EL ALUMNO)

CONCLUSIONES Y RESULTADOS (LLENADO POR EL ALUMNO)

FUENTES DOCUMENTALES (5 mínimo, uno o dos en otro idioma y máximo de 5 años atrás)

INTRODUCCION

HABILIDADES Y COMPETENCIAS DE LA PRACTICA NO. 15

Avances de la elaboración de mini-atlas para su análisis y ejerció con las funciones e IDR de Agua

MATERIAL

PROCEDIMIENTOS

INFORMACIÓN ADICIONAL (LLENADO POR EL ALUMNO)

CONCLUSIONES Y RESULTADOS (LLENADO POR EL ALUMNO)

FUENTES DOCUMENTALES (5 mínimo, uno o dos en otro idioma y máximo de 5 años atrás)

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. en C. Verónica Del Carmen Enciso Muñoz

M. en E. Ana María Herrera Medrano

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: _____

