

	Escuela de Dietética y Nutrición	Hoja 1 de 7	
	Dirección	Código: FRM-SNA-ELP-04	
	Subdirección de Niveles Académicos	Versión: 07	
	Estrategia Didáctica	Fecha de revisión: 12/05/2025	

Nombre del/la Académico/a	María Elena Téllez Villagómez
Eje Curricular	Alimentación y Nutrición
Unidad de Conocimiento	Bases de la Nutrición, Cálculo Dietético y <u>Laboratorio</u>
Semestre	1°

OBJETIVO GENERAL DE LA ASIGNATURA (de acuerdo con el Programa de estudio)
Identificar los fundamentos científicos que sustentan el proceso de la nutrición en los seres vivos y los fundamentos teórico-prácticos del cálculo dietético para diseñar dietas correctas.

CONTENIDO	INTERACCIONES		SISTEMATIZACIÓN	
Temas y subtemas de acuerdo con Programa de estudio	Estrategias de Aprendizaje	Recursos	Fecha (dd/mm/aaaa)	Duración (h)
Encuadre Presentación de temario y formas de evaluación	Preguntas relacionadas sobre uso de laboratorio en servicio de alimento	Evaluación Diagnóstica	31/jul/2025	3
Práctica 1: Equipos y enseres de cocina.	Revisar y analizar lecturas sugeridas sobre el equipo y los enseres de cocina usados en un Servicio de alimentación	Lecturas sugeridas	07/ago/2025	3

	Escuela de Dietética y Nutrición	Hoja 2 de 7	 Dr. José Quintín Olascoaga Moncada Fundada en 1948
	Dirección	Código: FRM-SNA-ELP-04	
	Subdirección de Niveles Académicos	Versión: 07	
	Estrategia Didáctica	Fecha de revisión: 12/05/2025	

Práctica 2: Selección, Limpieza y Factor de corrección de los alimentos.	Seleccionar diferentes alimentos de acuerdo a sus características Realizar diferentes técnicas de limpieza de los alimentos Diferenciar el empleo de términos como peso neto, peso bruto Identificar y probar el sistema de cálculo del factor de corrección por mermas o desechos.	Manual de prácticas Recursos materiales necesarios para la práctica	14/ago/2025	3
Práctica 3: Técnicas culinarias en frío.	Preparar una receta en el laboratorio Identificar las técnicas y términos culinarios utilizados para preparaciones en frío	Manual de prácticas Recursos materiales necesarios para la práctica	21/ago/2025	3
Práctica 4: Técnicas culinarias en caliente.	Preparar una receta en el laboratorio Identificar las técnicas y términos culinarios utilizados para preparaciones en caliente	Manual de prácticas Recursos materiales necesarios para la práctica	28/ago/2025	3
Práctica 5: Medidas caseras y exactas, raciones y equivalentes.	Analizar las semejanzas y diferencias de las medidas exactas y , convencionales, de las raciones y equivalentes de peso y volumen de un alimento a través de su peso neto y valor nutricional	Manual de prácticas Recursos materiales necesarios para la práctica	04/sep/2025	3

	Escuela de Dietética y Nutrición	Hoja 3 de 7	
	Dirección	Código: FRM-SNA-ELP-04	
	Subdirección de Niveles Académicos	Versión: 07	
	Estrategia Didáctica	Fecha de revisión: 12/05/2025	

Práctica 6: Gasto energético.	Realizar una calorimetría indirecta en un individuo sano. Calcular a través de fórmulas de predicción el gasto energético basal del mismo individuo.	Manual de prácticas Calorímetro <u>Primer Examen Parcial</u>	11/sep/2025	3
Práctica 7: Hidratos de carbono.	Identificar los alimentos que aportan hidratos de carbono simples y complejos, así como la cantidad de fibra soluble e insoluble en diversas preparaciones	Manual de prácticas Recursos materiales necesarios para la práctica	25/sep/2025	3
Práctica 8: Proteína.	Analizar los alimentos que aportan proteínas de alto y bajo valor biológico. Describir la complementariedad de las proteínas al combinar diferentes grupos de alimentos	Manual de prácticas Recursos materiales necesarios para la práctica	02/oct/2025	3
Práctica 9: Lípidos	Identificar los alimentos que aportan lípidos en diversas preparaciones	Manual de prácticas Recursos materiales necesarios para la práctica	09/oct/2025	3
Práctica 10: Vitaminas y nutrientes Inorgánicos	Manejar adecuadamente los alimentos para aminorar las pérdidas de vitaminas	Manual de prácticas	16/oct/2025	3

	Escuela de Dietética y Nutrición	Hoja 4 de 7	
	Dirección	Código: FRM-SNA-ELP-04	
	Subdirección de Niveles Académicos	Versión: 07	
	Estrategia Didáctica	Fecha de revisión: 12/05/2025	

	utilizando las técnicas apropiadas de corte y cocción	Recursos materiales necesarios para la práctica <u>Segundo examen parcial</u>		
Práctica 11: Agua	Explicar las principales propiedades físico-químicas, fisiológicas y metabólicas del agua	Manual de prácticas Recursos materiales necesarios para la práctica	18/sep/2025 Esta práctica se adelanta para que coincida con la teoría	3
Práctica 12: Guías Alimentarias basadas en alimentos y dietas correctas.	Elaborar un Menú de acuerdo a la Guía Alimentaria del país que se presente	Manual de prácticas Recursos materiales necesarios para la práctica	23/oct/2025	3
Práctica 13: Alimentación en el individuo sano, Niños y Púberes	Elaborar un menú que cumpla con las características de una dieta correcta para los niños y púberes, a través del cálculo de energía y macronutrientes	Manual de prácticas Recursos materiales necesarios para la práctica	30/oct/2025	3
Práctica 14: Alimentación en el individuo sano. Adulto, Embarazo y Lactancia	Elaborar un menú para la mujer embarazada y en etapa de lactancia a través del cálculo de la ingestión diaria recomendada de energía y macronutrientes	Manual de prácticas Recursos materiales necesarios para la práctica	06/nov/2025	3

	Escuela de Dietética y Nutrición	Hoja 5 de 7	
	Dirección	Código: FRM-SNA-ELP-04	
	Subdirección de Niveles Académicos	Versión: 07	
	Estrategia Didáctica	Fecha de revisión: 12/05/2025	

Evaluación final Primer Ordinario	Entrega de trabajo final o aplicación de examen final	Estudio de caso final o examen	04/nov/2025 Se aplica junto con el cálculo	
Retroalimentación a los alumnos. Entrega de calificaciones y firma por parte de los alumnos.	Autoevaluación y revisión de dudas Entrega de calificaciones finales	Rúbrica de Autoevaluación	13/nov/2025	3

VISITAS PROGRAMADAS		
Lugar de la visita	Objetivo de la visita	Fecha programada de la visita (dd/mm/aaaa)
N/A	N/A	N/A
N/A	N/A	N/A

EVALUACIÓN DE APRENDIZAJE				
Evaluación Diagnóstica	Métodos de evaluación		Evaluación Sumativa	
Preguntas relacionadas con Utensilios y Enseres de Servicios de Alimentos	Exposición	(x)	55%	2 exámenes parciales
	Lectura de artículos	(x)		Reporte de Prácticas de laboratorio, tareas
	Revisión de casos clínicos	()		
	Trabajo de investigación	(x)	40%	Examen final o trabajo final
	Prácticas (taller o laboratorio)	(x)		

	Escuela de Dietética y Nutrición	Hoja 6 de 7	
	Dirección	Código: FRM-SNA-ELP-04	
	Subdirección de Niveles Académicos	Versión: 07	
	Estrategia Didáctica	Fecha de revisión: 12/05/2025	

	Salidas/ visitas Exámenes Otros:	() (x)	5%	autoevaluación
--	--	----------------	----	----------------

BIBLIOGRAFÍA BÁSICA (Plan de Estudios)	BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA (propuesta)
Téllez Villagomez ME. Nutrición Clínica. 3ra ed. Ciudad de México: Manual Moderno; 2022. Suverza A. Haua K. El ABCD de la evaluación del estado de nutrición. 2ª ed. Ciudad de México: McGraw Hill; 2023. Kaufer M. Pérez AB. Ramos VE. et al. Nutriología Médica. 5ta ed. Ciudad de México: Médica Panamericana; 2023.	Mataix V.J. Nutrición y Alimentación Humana. Vol. 1 Nutrientes y Alimentos. 2da ed. Ergon. España; 2016 Gil A. Tratado de Nutrición Tomo III. 3ra ed. Panamericana. México; 2017. Muñoz M. Chávez A. Ledesma A. et al. Tablas de uso práctico de los alimentos de mayor consumo. 3ra ed. McGraw Hill Interamericana. Ciudad de México; 2014. Vargas D. Ledesma JA. Gulias A. Alimentos comunes, medidas caseras y porciones. McGraw Hill Interamericana. Ciudad de México; 2008. Raymond J. Morrow.K Krause. Mahan. Dietoterapia. 15ª ed. España: Elsevier; 2021

	Escuela de Dietética y Nutrición	Hoja 7 de 7	
	Dirección	Código: FRM-SNA-ELP-04	
	Subdirección de Niveles Académicos	Versión: 07	
	Estrategia Didáctica	Fecha de revisión: 12/05/2025	

Profesión o grado y nombre completo del/la Académico/a	Fecha de entrega dd/mm/aaaa
LNCA María Elena Téllez Villagómez, NC	05/jun/2025

FIRMA DEL/LA ACADÉMICO/A

FIRMA DE AUTORIZACIÓN
Jefe/a del Área de Elaboración y Evaluación de
Programas Académicos y Control Escolar