
	Escuela de Dietética y Nutrición	Hoja 1 de 8	
	Dirección	Código: FRM-SNA-ELP-04	
	Subdirección de Niveles Académicos	Versión: 06	
	Estrategia Didáctica	Fecha de revisión: 15/11/2023	

ESTRATEGIA DIDÁCTICA

Nombre del Académico	María de Lourdes Hernández Hernández
Eje Curricular	Nutrición en Salud
Unidad de Conocimiento	Nutrición, Cálculo Dietético en el Ciclo de Vida y Laboratorio.
Semestre	2°

OBJETIVO GENERAL DE LA ASIGNATURA (de acuerdo con el Programa de estudio)

Fundamentar el manejo nutricio en las diferentes etapas de la vida según las características de crecimiento y desarrollo correspondientes.

CONTENIDO	INTERACCIONES		SISTEMATIZACIÓN	
	Estrategias de Aprendizaje	Recursos	Fecha (dd/mmm/aaaa)	Duración (hrs)
Temas y subtemas de acuerdo con Programa de estudio				
Encuadre Presentación de temario y formas de evaluación	Realizar una evaluación diagnóstica por medio de kahoot Presentar el encuadre del curso	Copia del temario de la unidad Evaluación diagnóstica Voz Láminas Laptop	25/ene/2024	2 hrs
1. Embarazo	Hacer una exposición del tema por parte del académico	Internet Proyector	25/ene/2024 01/feb/2024	2 hrs 4 hrs



<p>1.1. Fertilización y anticoncepción. 1.2. Cambios físicos, psicológicos y sociales en la mujer embarazada. 1.3. Cambios en la composición corporal en los tres trimestres del embarazo. 1.4. Recomendaciones nutricionales durante el embarazo. 1.5. Complicaciones del embarazo relacionadas con la nutrición 1.6. Factores de riesgo nutricio asociado con el embarazo, 1.7. Sesión de cálculo</p>	<p>Proyectar un video de fecundación y uno sobre el embarazo</p> <p>Elaborar cálculos de las dietas de una mujer embarazada</p>	<p>Videos Laptop Voz Láminas</p> <p>Calculadora Tablas de alimentos Guías de equivalentes</p>	<p>08/feb/2024</p>	<p>2 hrs</p>
<p>2. Lactancia 2.1. Cambios físicos, psicológicos y sociales en la mujer en periodo de lactancia. 2.2. Cambios en el peso corporal durante la lactancia 2.3. Recomendaciones nutricionales para la madre en periodo de lactancia</p>	<p>Investigación sobre la lactancia materna por parte de los alumnos y expondrán ideas para el aumento de dicha práctica</p> <p>Hacer una exposición del tema por parte del académico Resumen de artículo</p>	<p>Internet Voz Láminas Laptop Revistas Calculadora Tablas de alimentos Guías de equivalentes</p>	<p>08/feb/2024 15/feb/2024</p>	<p>2 hrs 4 hrs</p>

<p>2.4. Ventajas de la lactancia para la madre y para el bebé 2.5. Técnicas de lactancia materna 2.6. Sesión de cálculo</p>	<p>Elaborar cálculos de las dietas de una mujer en periodo de lactancia</p>			
<p>3. Primer año de vida 3.1. Características del crecimiento y el desarrollo durante el primer año 3.2. Lactancia a base de fórmulas 3.3. Tipos de fórmulas en el mercado (investigación), medidas de higiene 3.4. Ablactación. 3.5. Recomendaciones y/o requerimientos nutricionales. 3.6. Sesión de cálculo.</p>	<p>Hacer una exposición del tema por parte del académico Realizar un artículo monográfico basado en lecturas sobre lactancia materna por equipo Investigación de fórmulas infantiles y llenado de tabla</p> <p>Elaborar cálculos de biberones</p> <p>Realizar proyecto sobre lactancia materna</p>	<p>Internet Voz Láminas Laptop Revistas</p> <p>Calculadora Tablas de fórmulas infantiles</p>	<p>22/feb/2024 29/feb/2024 07/mar/2024</p>	<p>4 hrs 4 hrs 2 hrs</p>
<p>4. Preescolar y escolar 4.1. Características del crecimiento, desarrollo y conducta alimentaria del preescolar y escolar. 4.2. Curvas de crecimiento y uso de tablas para peso y talla</p>	<p>Mesa redonda sobre prácticas comunes de alimentación en esta etapa de vida</p> <p>Comentar los videos y artículos leídos</p> <p>Hacer una exposición del tema por parte del académico</p>	<p>Voz Video Lecturas Láminas Laptop</p>	<p>07/mar/2024 14/mar/2024 21/mar/2024</p>	<p>2 hrs 4hrs 2 hrs</p>

<p>4.3. Recomendaciones y/o requerimientos nutricionales y de alimentación 4.4. Alimentos “chatarra” 4.5. Deficiencias y excesos nutricionales más frecuentes 4.6. Sesión de cálculo</p>	<p>Sesión de cálculos dietéticos</p>	<p>Calculadora</p>		
<p>5. Adolescente 5.1. Características psicológicas y cambios físicos y de composición corporal en mujeres y hombres adolescentes 5.2. Ejercicio 5.3. Trastornos en la conducta alimentaria 5.4. Acné 5.5. Recomendaciones y/o requerimientos nutricionales 5.6. Sesión de cálculo</p>	<p>Realizar una investigación del tema en equipo Hacer una exposición del tema por parte del alumno Video de TCA Aplicar mediante casos básicos las recomendaciones nutrimentales para esta etapa de vida Investigación de dietas de moda</p>	<p>Voz Libros Video Revistas Láminas Laptop Calculadora Tablas de alimentos Guías de equivalentes</p>	<p>21/mar/2024 04/abr/2024</p>	<p>2 hrs 4hrs</p>
<p>6. Etapa adulta 6.1. Características psicológicas, cambios en la composición corporal</p>	<p>Hacer una exposición del tema por parte del académico Realizar una investigación en equipos sobre las enfermedades comunes en los adultos</p>	<p>Voz Láminas Laptop Calculadora Tablas de alimentos Guías de equivalentes</p>	<p>11/abr/2024</p>	<p>4 hrs</p>

	Escuela de Dietética y Nutrición	Hoja 5 de 8	 <small>Dr. José Quintín Olascoaga Moncada</small> <small>Fundada en 1945</small>
	Dirección	Código: FRM-SNA-ELP-04	
	Subdirección de Niveles Académicos	Versión: 06	
	Estrategia Didáctica	Fecha de revisión: 15/11/2023	

6.2. Enfermedades crónicas degenerativas (generalidades) 6.3. Menopausia y Climaterio 6.4. Osteoporosis 6.5. Recomendaciones nutricionales 6.6. Sesión de cálculo	ocasionadas por mala alimentación y exponer Sesión de cálculo de dieta para un adulto sano y con osteoporosis Preparar dietas altas en calcio			
7. Etapa adulto mayor 7.1. Características psicológicas, sociales y cambios en la composición corporal. 7.2. Recomendaciones nutricionales. 7.3. Sesión de cálculo.	Realizar cuadro sinóptico del tema a través de realizar lecturas Sesión de cálculo de dieta para un adulto mayor Preparación de menú para adulto mayor tomando en cuenta sus características fisiológicas.	Lecturas Calculadora Tablas de alimentos Guías de equivalentes	18/abr/2024	4 hrs
8. Ejercicio y deporte 8.1. Fisiología del deporte 8.2. Alimentación en el deportista 8.3. Deporte de alto rendimiento 8.4. Recomendaciones nutricionales 8.5. Hidratación 8.6. Complementos	Investigar conceptos correspondientes al tema Realizar lecturas exposición por parte del académico Realizar cálculos de energía y nutrimentos para las diferentes etapas de competencia de acuerdo a actividad	Internet Libros Revistas Calculadora Tablas de alimentos Guías de equivalentes	25/abr/2024 02/may/2024	4 hrs 4 hrs

	Escuela de Dietética y Nutrición	Hoja 6 de 8	
	Dirección	Código: FRM-SNA-ELP-04	
	Subdirección de Niveles Académicos	Versión: 06	
	Estrategia Didáctica	Fecha de revisión: 15/11/2023	

Evaluación final Ordinario (primera oportunidad)	Realizar evaluación	cuestionario de evaluación	09/may/2024	4 hrs
Retroalimentación a los alumnos. Entrega de calificaciones y firma por parte de los alumnos.			16/may/2024	4 hrs
Evaluación final Ordinario segunda oportunidad				



VISITAS PROGRAMADAS		
Lugar de visita	Objetivo de visita	Fecha programada de visita (dd/mmm/aaaa)
NA	NA	NA

EVALUACIÓN DE APRENDIZAJE			
Evaluación Diagnóstica	Métodos de evaluación	Evaluación Sumativa	
Kahoot de 15 reactivos	Exposición () Lectura de artículos ()	55%	2 Exámenes parciales

	Escuela de Dietética y Nutrición	Hoja 7 de 8	 <small>Dr. José Quintín Olascoaga Moncada Fundada en 1945</small>
	Dirección	Código: FRM-SNA-ELP-04	
	Subdirección de Niveles Académicos	Versión: 06	
	Estrategia Didáctica	Fecha de revisión: 15/11/2023	

	Revisión de casos clínicos (x)	40%	Exámen final
	Trabajo de investigación (x)		
	Prácticas (taller o laboratorio) ()	5%	Autoevaluación
	Salidas/ visitas (x)		
	Exámenes (x)		
	Otros: Esquemas, resúmenes, tablas		

BIBLIOGRAFÍA BÁSICA (Plan de Estudios)	BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA (propuesta)
<p>Libro: Nutriología médica. Casanueva, Esther Kaufer-Horwitz, Martha Pérez-Lizaur, Ana Bertha Arroyo, Pedro (ed.). Médica Panamericana. 2001</p> <p>Libro: Nutrición y dietoterapia de Krause. Mahan, Kathleen Escott-Stump, Sylvia (ed.). McGraw-Hill Interamericana. 2001</p> <p>Libro: Sistema mexicano de alimentos equivalentes. Pérez Lizaur, Ana Bertha Castro Bercerra, Ana Laura Palacios González, Berenice. Fomento de Nutrición y Salud, A.C. 2008</p>	<p>Artículo: Aguilar ,MJ., Sánchez, AM., Madrid, N., Mur, N., Expósito, M., & Hermoso, E.. (2015). Lactancia materna como prevención del sobrepeso y la obesidad en el niño y el adolescente; revisión sistemática. <i>Nutrición hospitalaria</i>, 31, pp. 610-620.</p> <p>Artículo: Moreno, JM; Galiana, MJ. (2015). Alimentación del niño preescolar, escolar y adolescente. <i>Pediatría Integral</i>; XIX (4): 268-276. España</p> <p>Artículo: Macias A. y cols.(2012). Hábitos alimentarios de niños en edad escolar y el papel de la educación para la salud. <i>Rev. Chil. Nut.</i> 39 (3) Chile.</p> <p>Libro: Nutriología médica. Kaufer-Horwitz, Martha Pérez-Lizaur, Ana Bertha Arroyo, Pedro (ed.). Médica Panamericana. 2015</p> <p>https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0187533715000345</p>

	Escuela de Dietética y Nutrición	Hoja 8 de 8	
	Dirección	Código: FRM-SNA-ELP-04	
	Subdirección de Niveles Académicos	Versión: 06	
	Estrategia Didáctica	Fecha de revisión: 15/11/2023	

	https://scielo.conicyt.cl/pdf/rcp/v86n3/art01.pdf https://www.elsevier.es/es-revista-endocrinologia-nutricion-12-pdf-S1575092212000769
--	--

Profesión o grado y nombre completo del Académico	Fecha de entrega dd/mmm/aaaa
MEBC. María de Lourdes Hernández Hernández	07/dic/2023

FIRMA DE ACADÉMICO

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