



	Escuela de Dietética y Nutrición	Hoja 1 de 7	 <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	

Nombre del Académico	María de Lourdes Hernández Hernández
Eje Curricular	Nutrición Clínica en Salud y Enfermedad Salud
Unidad de Conocimiento	Nutrición, Cálculo Dietético en el Curso 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 (h)
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	23/ene/2025	3 hrs
1. Embarazo 1.1. Fertilización y anticoncepción 1.2. Cambios físicos, psicológicos y sociales en la mujer	Hacer una exposición del tema por parte del académico Proyectar un video de fecundación y uno sobre el	Internet Proyector Videos Laptop	28/ene/2024 30/ene/2025	1 hr

	Escuela de Dietética y Nutrición	Hoja 2 de 7	
	Dirección	Código: FRM-SNA-ELP-04	
	Subdirección de Niveles Académicos	Versión: 06	
	Estrategia Didáctica	Fecha de revisión: 15/11/2023	



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	embarazo Elaborar cálculos de las dietas de una mujer embarazada	Voz Láminas	04/feb/2025 06/feb/2025	3 hrs
		Calculadora Tablas de alimentos Guías de equivalentes		1 hr
		3 hrs		
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 2.4. Ventajas de la lactancia para la madre y para el bebé 2.5. Técnicas de lactancia materna 2.6. Sesión de cálculo	Investigación sobre la lactancia materna por parte de los alumnos y expondrán ideas para el aumento de dicha práctica Hacer una exposición del tema por parte del académico Resumen de artículo Elaborar cálculos de las dietas de una mujer en periodo de lactancia	Internet Voz Láminas Laptop Revistas Calculadora Tablas de alimentos Guías de equivalentes	11/feb/2025 13/feb/2025	1 hr
		3 hrs		
		3 hrs		
3. Primer año de vida 3.1. Características del crecimiento y el desarrollo durante el primer año	Hacer una exposición del tema por parte del académico Realizar un artículo monográfico basado en	Internet Voz Láminas	18/feb/2025	1 hr
		3 hrs		

	Escuela de Dietética y Nutrición	Hoja 3 de 7	
	Dirección	Código: FRM-SNA-ELP-04	
	Subdirección de Niveles Académicos	Versión: 06	
	Estrategia Didáctica	Fecha de revisión: 15/11/2023	

<p>3.2. Lactancia a base de fórmulas</p> <p>3.3. Tipos de fórmulas en el mercado (investigación), medidas de higiene</p> <p>3.4. Ablactación</p> <p>3.5. Recomendaciones y/o requerimientos nutricionales</p> <p>3.6. Sesión de cálculo</p>	lecturas sobre lactancia materna por equipo	Laptop	20/feb/2025	1 hr
	Investigación de fórmulas infantiles y llenado de tabla	Revistas	25/feb/2025	
	Elaborar cálculos de biberones	Calculadora	27/feb/2025	
<p>4. Preescolar y escolar</p> <p>4.1. Características del crecimiento, desarrollo y conducta alimentaria del preescolar y escolar</p> <p>4.2. Curvas de crecimiento y uso de tablas para peso y talla</p> <p>4.3. Recomendaciones y/o requerimientos nutricionales y de alimentación</p> <p>4.4. Alimentos “chatarra”</p> <p>4.5. Deficiencias y excesos nutricionales más frecuentes</p> <p>4.6. Sesión de cálculo</p>	Realizar proyecto sobre lactancia materna	Tablas de fórmulas infantiles		
	Mesa redonda sobre prácticas comunes de alimentación en esta etapa de vida	Voz	04/mar/2025	1 hr
	Comentar los videos y artículos leídos	Video	06/mar/2025	3 hrs
	Hacer una exposición del tema por parte del académico	Lecturas	11/mar/2025	1 hr
	Sesión de cálculos dietéticos	Láminas	13/mar/ 2025	3 hrs
			Laptop	
		Calculadora		
<p>5. Adolescente</p> <p>5.1. Características psicológicas y cambios físicos y de composición corporal en mujeres y hombres adolescentes</p> <p>5.2. Ejercicio</p>	Realizar una investigación del tema en equipo	Voz	18/mar/2025	1 hr
	Hacer una exposición del tema por parte del alumno	Libros	20/mar/2025	3hrs
	Video de TCA	Video		
		Revistas		
		Láminas		

	Escuela de Dietética y Nutrición	Hoja 4 de 7	 <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	

5.3. Trastornos en la conducta alimentaria 5.4. Acné 5.5. Recomendaciones y/o requerimientos nutricionales 5.6. Sesión de cálculo	Aplicar mediante casos básicos las recomendaciones nutrimentales para esta etapa de vida	Laptop	25/mar/2025	1 hr
	Investigación de dietas de moda	Calculadora Tablas de alimentos Guías de equivalentes	27/mar/2025	3 hrs
6. Etapa adulta 6.1. Características psicológicas, cambios en la composición corporal 6.2. Enfermedades crónico-degenerativas (generalidades) 6.3. Menopausia y Climaterio 6.4. Osteoporosis 6.5. Recomendaciones nutricionales 6.6. Sesión de cálculo	Hacer una exposición del tema por parte del académico	Voz Láminas Laptop Calculadora Tablas de alimentos Guías de equivalentes	01/abr/2025	1 hr
	Realizar una investigación en equipos sobre las enfermedades comunes en los adultos ocasionadas por mala alimentación y exponer		03/abr/2025	3hrs
	Sesión de cálculo de dieta para un adulto sano y con osteoporosis Preparar dietas altas en calcio		08/abr/2025	1 hr
7. Etapa adulto mayor 7.1. Características psicológicas, sociales y cambios en la composición corporal. 7.2. Recomendaciones nutricionales	Realizar cuadro sinóptico del tema a través de realizar lecturas	Lecturas	10/abr/2025	3 hrs
	Sesión de cálculo de dieta para un adulto mayor	Calculadora Tablas de alimentos	22/abr/2025	1 hr

	Escuela de Dietética y Nutrición	Hoja 5 de 7	
	Dirección	Código: FRM-SNA-ELP-04	
	Subdirección de Niveles Académicos	Versión: 06	
	Estrategia Didáctica	Fecha de revisión: 15/11/2023	

7.3. Sesión de cálculo	Preparación de menú para adulto mayor tomando en cuenta sus características fisiológicas.	Guías de equivalentes	24/abr/2025	3 hrs
Evaluación final Ordinario (primera oportunidad)	Realizar evaluación	cuestionario de evaluación	08/may/2025	3 hrs
Retroalimentación a los alumnos. Entrega de calificaciones y firma por parte de los alumnos.	Realizar retroalimentación		15/may/2025	3 hrs
Evaluación final Ordinario segunda oportunidad				



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

EVALUACIÓN DE APRENDIZAJE			
Evaluación Diagnóstica	Métodos de evaluación		Evaluación Sumativa
Kahoot de 15 reactivos	Exposición (x)	Lectura de artículos (x)	55% Exposición, Lectura de

	Escuela de Dietética y Nutrición	Hoja 6 de 7	 <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	()		artículos, exposición, evaluaciones parciales
	Trabajo de investigación	(x)	40%	Evaluación final
	Prácticas (taller o laboratorio)	()		
	Salidas/ visitas	()		
	Exámenes	(x)		
	Otros:		5%	Autoevaluación

BIBLIOGRAFÍA BÁSICA (Plan de Estudios)	BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA (propuesta)
<p>Brown Judith E. Nutrición en las diferentes etapas de la vida. 5ta Edición. Mc Graw Hill;2014.</p> <p>Muñoz Miriam. Tablas de uso práctico de los alimentos de mayor consumo. 3ª edición Mc Graw Hill; 2014.</p> <p>Krause Mahan Dietoterapia Mahan, Kathleen Escott-Stump, Sylvia Raymond, Janice 15a edición Elsevier, Inc; 2021.</p>	<p>Pérez Lizaur AB. Sistema mexicano de alimentos equivalentes. Cuadernos de nutrición, Fomento de Nutrición y Salud, A.C.; 2022.</p> <p>Pérez-Lizaur AB., García-Campos M. Dietas normales y Terapéuticas. 7ª edición Mc Graw Hill; 2019.</p> <p>Téllez ME. Nutrición Clínica. 3ª Edición. Ed Manual Moderno; 2019.</p> <p>Suverza A., Haua, K. El ABCD de la evaluación del estado de nutrición. 2da Edición Mc Graw Hill;2023.</p> <p>Ladino L., Velázquez OJ. Nutridatos: Manual de nutrición clínica. 2da Edición Health Books Editorial; 2016</p>

	Escuela de Dietética y Nutrición	Hoja 7 de 7	
	Dirección	Código: FRM-SNA-ELP-04	
	Subdirección de Niveles Académicos	Versión: 06	
	Estrategia Didáctica	Fecha de revisión: 15/11/2023	

Profesión o grado y nombre completo del Académico	Fecha de entrega dd/mmm/aaaa
MEBC. María de Lourdes Hernández Hernández	28/nov72025

FIRMA DEL ACADÉMICO

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