

 ISSSTE INSTITUTO DE SEGURIDAD Y SERVICIOS SOCIALES DE LOS TRABAJADORES DEL ESTADO	Escuela de Dietética y Nutrición	Hoja 1 de 7	 EDN ESCUELA DE DIETÉTICA Y NUTRICIÓN Dr. José Quintín Olascoaga Moncada Fundada en 1945
	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 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	
Temas y subtemas de acuerdo con Programa de estudio	Estrategias de Aprendizaje	Recursos	Fecha (dd/mmm/aaaa)	Duración (h)
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	20/ene/2026	2

 ISSSTE INSTITUTO DE SEGURIDAD Y SERVICIOS SOCIALES DE LOS TRABAJADORES DEL ESTADO	Escuela de Dietética y Nutrición	Hoja 2 de 7	
	Dirección	Código: FRM-SNA-ELP-04	
	Subdirección de Niveles Académicos	Versión: 07	
	Estrategia Didáctica	Fecha de revisión: 12/05/2025	

1. Embarazo 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 nutricional asociado con el embarazo 1.7. Sesión de cálculo	Hacer una exposición del tema por parte del académico Proyectar un video de fecundación y uno sobre el embarazo Elaborar cálculos de las dietas de una mujer embarazada	Internet Proyector Videos Laptop Voz Láminas Calculadora Tablas de alimentos Guías de equivalentes	22/ene/2026 27/ene/2026 29/ene/2026 03/feb/2026 05/feb/2026	2 2 2 2 2
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	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	Internet Voz Láminas Laptop Revistas Calculadora Tablas de alimentos Guías de equivalentes	10/feb/2026	2

 ISSSTE INSTITUTO DE SEGURIDAD Y SERVICIOS SOCIALES DE LOS TRABAJADORES DEL ESTADO	Escuela de Dietética y Nutrición	Hoja 3 de 7	 EDN ESCUELA DE DIETÉTICA Y NUTRICIÓN Dr. José Quintín Olascoaga Moncada Fundada en 1945
	Dirección	Código: FRM-SNA-ELP-04	
	Subdirección de Niveles Académicos	Versión: 07	
	Estrategia Didáctica	Fecha de revisión: 12/05/2025	

materna 2.6. Sesión de cálculo	Elaborar cálculos de las dietas de una mujer en periodo de lactancia		12/feb/2026	2
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	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 Elaborar cálculos de biberones Primera evaluación	Internet Voz Láminas Laptop Revistas Calculadora Tablas de fórmulas infantiles Cuestionario de evaluación	17/feb/2026 19/feb/2026 24/feb/2026 26/feb/2026	2 2 2 2
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 4.3. Recomendaciones y/o requerimientos nutricionales y de	Mesa redonda sobre prácticas comunes de alimentación en esta etapa de vida Comentar los videos y artículos leídos	Voz Video Lecturas Láminas Laptop Calculadora	03/mar/2026 05/mar/2026	2 2

 ISSSTE INSTITUTO DE SEGURIDAD Y SERVICIOS SOCIALES DE LOS TRABAJADORES DEL ESTADO	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	

alimentación	Hacer una exposición del tema por parte del académico		10/mar/2026	2
4.4. Alimentos “chatarra”				
4.5. Deficiencias y excesos nutricionales más frecuentes				
4.6. Sesión de cálculo	Sesión de cálculos dietéticos		12/mar/2026	2
5. Adolescente	Realizar una investigación del tema en equipo	Voz Libros Video Revistas Láminas Laptop Calculadora Tablas de alimentos Guías de equivalentes	17/mar/2026	2
5.1. Características psicológicas y cambios físicos y de composición corporal en mujeres y hombres adolescentes	Hacer una exposición del tema por parte del alumno		19/mar/2026	2
5.2. Ejercicio	Video de TCA			
5.3. Trastornos en la conducta alimentaria	Aplicar mediante casos básicos las recomendaciones nutrimentales para esta etapa de vida		24/mar/2026	2
5.4. Acné				
5.5. Recomendaciones y/o requerimientos nutricionales	Investigación de dietas de moda		26/mar/2026	2
5.6. Sesión de cálculo				
6. Etapa adulta	Hacer una exposición del tema por parte del académico	Voz Láminas Laptop Calculadora Tablas de alimentos Guías de equivalentes	07/abr/2026	2
6.1. Características psicológicas, cambios en la composición corporal	Realizar una investigación en equipos sobre las enfermedades comunes en los adultos ocasionadas por mala alimentación y exponer		09/abr/2026	2
6.2. Enfermedades crónico-degenerativas (generalidades)				
6.3. Menopausia y Climaterio				
6.4. Osteoporosis				
6.5. Recomendaciones nutricionales	Sesión de cálculo de dieta para un adulto sano y con		14/abr/2026	2
6.6. Sesión de cálculo				

	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	

	osteoporosis Preparar dietas altas en calcio		16/abr/2026	2
	Segunda evaluación	Cuestionario de evaluación	21/abr/2026	2
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	Lecturas	23/abr/2026	2
	Sesión de cálculo de dieta para un adulto mayor		28/abr/2026	2
	Preparación de menú para adulto mayor tomando en cuenta sus características fisiológicas.	Calculadora Tablas de alimentos Guías de equivalentes	30/abr/2026	2
Evaluación final Primer Ordinario	Realizar evaluación	Cuestionario de evaluación	07/may/2026	2
Retroalimentación a los alumnos. Entrega de calificaciones y firma por parte de los alumnos. Evaluación final Segundo Ordinario	Realizar retroalimentación		12/may/2026	2
			14/may/2026	2

VISITAS PROGRAMADAS		
Lugar de la visita	Objetivo de la visita	Fecha programada de la visita

	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	

		(dd/mm/aaaa)
NA	NA	NA
NA	NA	NA

EVALUACIÓN DE APRENDIZAJE			
Evaluación Diagnóstica	Métodos de evaluación	Evaluación Sumativa	
Kahoot de 15 reactivos	Exposición (x)	55%	Exposición, Lectura de artículos, exposición, evaluaciones parciales
	Lectura de artículos (x)		
	Revisión de casos clínicos ()		
	Trabajo de investigación (x)	40%	Evaluación final
	Prácticas (taller o laboratorio) ()		
	Salidas/ visitas ()		
	Exámenes (x)	5%	autoevaluación
	Otros:		

BIBLIOGRAFÍA BÁSICA (Plan de Estudios)	BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA (propuesta)
Brown Judith E. Nutrición en las diferentes etapas de la vida. 5ta Edición. Mc Graw Hill;2014. Muñoz Miriam. Tablas de uso práctico de los alimentos de mayor	Pérez Lizaur AB. Sistema mexicano de alimentos equivalentes. Cuadernos de nutrición, Fomento de Nutrición y Salud, A.C.; 2022. Pérez-Lizaur AB., García-Campos M. Dietas normales y Terapéuticas. 7ª edición Mc Graw Hill; 2019.

 ISSSTE INSTITUTO DE SEGURIDAD Y SERVICIOS SOCIALES DE LOS TRABAJADORES DEL ESTADO	Escuela de Dietética y Nutrición	Hoja 7 de 7	 EDN ESCUELA DE DIETÉTICA Y NUTRICIÓN Dr. José Quintín Olascoaga Moncada Fundada en 1945
	Dirección	Código: FRM-SNA-ELP-04	
	Subdirección de Niveles Académicos	Versión: 07	
	Estrategia Didáctica	Fecha de revisión: 12/05/2025	

consumo. 3ª edición Mc Graw Hill; 2014. Krause Mahan Dietoterapia Mahan, Kathleen Escott-Stump, Sylvia Raymond, Janice 15a edición Elsevier, Inc; 2021.	Téllez ME. Nutrición Clínica. 3ª Edición. Ed Manual Moderno; 2019. Suverza A., Haua, K. El ABCD de la evaluación del estado de nutrición. 2da Edición Mc Graw Hill;2023. Ladino L., Velázquez OJ. Nutridatos: Manual de nutrición clínica. 2da Edición Health Books Editorial; 2016
---	--

Profesión o grado y nombre completo del/la Académico/a	Fecha de entrega dd/mmm/aaaa
MEBC. María de Lourdes Hernández Hernández	18/nov/2025

FIRMA DEL/LA ACADÉMICO/A

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