

Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión

FACULTAD DE BROMATOLOGIA Y NUTRICIÓN

SÍLABO DE NUTRICION HUMANA

I. DATOS GENERALES

ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL	BROMATOLOGÍA Y NUTRICIÓN
ÁREA	FORMACIÓN PROFESIONAL ESPECIALIZADA
CARÁCTER	OBLIGATORIO
PREREQUISITO	252
CRÉDITOS	5 HORA TEORICA: 3 HORA PRACTICA: 4
PLAN DE ESTUDIOS	14
SEMESTRE ACADÉMICO	2018-I
CICLO	V
DOCENTES	Lic EUFEMIO MACEDO BARRERA CNP N° 795
AULA VIRTUAL	http://www.innovandotic.com/moodle

II. DESCRIPCIÓN DEL CURSO Y SUMILLA

Estudia la energía y las macro nutrientes proteínas carbohidratos y grasas que se encuentran en los alimentos. Requerimiento según grupo etario y fisiológicos, para planificar dietas balanceadas y económicamente accesibles Estudia las vitaminas, minerales y agua que se encuentran en los alimentos, los factores que la alteran y el requerimiento del organismo en los diferentes grupos etarios y fisiológicos para planificar dietas balanceadas y económicamente accesibles

El curso **SÍLABO DE NUTRICION HUMANA**, está diseñado de manera que al finalizar el desarrollo de la asignatura el estudiante logre la competencia:

Al finalizar el curso, el estudiante sustenta papel fundamental que cumplen los nutrientes en el crecimiento, desarrollo y en el mantenimiento de las funciones corporales del ser humano, aplicando lo desarrollado en clase, con claridad y criterio.

III.- COMPETENCIAS Y CAPACIDADES

Competencia

Al finalizar el curso, el estudiante sustenta papel fundamental que cumplen los nutrientes en el crecimiento, desarrollo y en el mantenimiento de las funciones corporales del ser humano, aplicando lo desarrollado en clase, con claridad y criterio

	CAPACIDAD DEL MODULO	NOMBRE DEL MODULO	SEMANAS
I	Al finalizar el modulo, el estudiante explica la importancia de la nutrición y energía en el ser humano, considerando los conceptos revisados en clase, con claridad y criterio	Generalidades: Nutrición Humana y energía	1º a 4º
II	Al finalizar la modulo, el estudiante explica la importancia de las proteínas en el ser humano, considerando los conceptos revisados en clase, con claridad y criterio.	Macronutrientes y polisacáridos no almidón: Proteína y fibra dietaria	5º a 8º

Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión

FACULTAD DE BROMATOLOGIA Y NUTRICIÓN

III	Al finalizar la modulo, el estudiante explica la importancia de los grasas y carbohidratos en el ser humano, considerando los conceptos revisados en clase, con claridad y criterio.	Macronutrientes: Grasas y Carbohidratos	9º a 12º
IV	Al finalizar la modulo, el estudiante explica la importancia de los micronutrientes y agua en el ser humano, considerando los conceptos revisados en clase, con claridad y criterio.	Micronutrientes y agua: Vitaminas , minerales y agua	13º a 17º

Comentado [e1]:

IV. CAPACIDADES Y APRENDIZAJES ESPERADOS

NÚMERO	INDICADORES DE CAPACIDAD AL FINALIZAR EL CURSO
1	Explica las definiciones básicas
2	Explica la clasificación de los alimentos de acuerdo a su función
3	Fundamenta las funciones de la energía
4	Analiza los requerimientos y recomendaciones de energía PRIMER EXAMEN
5	Explica la función y clasificación de aminoácidos y proteínas
6	Fundamenta las fuentes de proteína y explica la formulación de mezclas nutricionales y los métodos biológicos
7	Sustenta los métodos para determinar el requerimiento de proteínas
8	Explica la función, clasificación y requerimientos de fibra dietética SEGUNDO EXAMEN
9	Explica la función y el uso de la lista de intercambio de grasas.
10	Sustenta los métodos para determinar requerimientos de grasas
11	Explica la función de los carbohidratos lista de intercambio de almidón
12	Sustenta los métodos para determinar requerimiento de carbohidratos TERCER EXAMEN
13	Explica las funciones y requerimientos de vitaminas liposolubles.
14	Explica las funciones y requerimientos de vitaminas hidrosolubles
15	Explica las funciones y requerimientos de minerales
16	Sustenta los métodos para determinar el requerimiento de agua CUARTO EXAMEN

Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión

FACULTAD DE BROMATOLOGIA Y NUTRICIÓN

V.- DESARROLLO DE LOS MODULOS: CONTENIDOS, ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS, RESULTADOS DE APRENDIZAJE

CAPACIDAD DEL MODULO 1: Fundamenta la Nutrición Humana como ciencia en un contexto de la Salud y fundamenta funciones de la energía y describe métodos para el cálculo de energía					
SEMANA	CONTENIDOS			ESTRATEGIA DIDÁCTICA	APRENDIZAJES ESPERADOS
	CONCEPTUAL	PROCEDIMENTAL	ACTITUDINAL		
1	Introducción a la Nutrición, definiciones básicas.	Explicar definiciones básicas de la nutrición humana	Trabajo en equipo para discutir la importancia de la nutrición como carrera de salud	Clase expositiva y aprendizaje colaborativo.	Explicará que es la alimentación , nutrición , salud, alimentación saludable, hábitos alimentarios, lista de intercambio de alimentos, plan de alimentación
2	Fundamenta la clasificación de alimentos de acuerdo al CENAN y ADA	Explica la clasificación de alimentos.	Utiliza correctamente los alimentos de acuerdo a su clasificación para elaborar un plan de alimentación	Trabajo en equipo para clasificar los alimentos y usar correctamente la lista de intercambio de alimentos	Explicará la clasificación de alimentos de acuerdo a la lista de intercambio de alimentos para elaboración de un plan de alimentación
3	Fundamenta la funciones de la energía	Explica las funciones de la energía.	Valora la importancia del método científico.	Clase expositiva y aprendizaje colaborativo	Explicará las funciones de la energía para desarrollar una mejor comunicación del Bromatólogo y nutricionista
4	Analiza requerimientos y recomendaciones de energía	Utiliza los métodos actuales para determinar los requerimientos de energía.	Se propicia en el estudiante el uso de los métodos para valorar los requerimientos de energía	Explicación de casos de diferentes grupos etarios	Calculara los requerimientos de energía de diferentes grupos etarios para la elaboración de un plan de alimentación PRIMER EXAMEN
	EVALUACIÓN (4. Horas)	EVIDENCIA DE PRODUCTO <i>Informes escritos de la presentación sobre un tema inherente a su carrera.</i>	EVIDENCIA DE DESEMPEÑO <i>Lista de cotejo Observación en el desarrollo de Fula valoración de cálculo de energía.</i>	EVIDENCIA DE CONOCIMIENTO <i>Sustentación oral Exposiciones de los informes presentados. Argumentación de la importancia de las diferentes herramientas presentadas.</i>	

Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión

FACULTAD DE BROMATOLOGIA Y NUTRICIÓN

CAPACIDAD DEL MODULO II : Explica la función de aminoácidos y proteínas, sus fuentes, la elaboración de mezclas y nutricionales y requerimientos de proteínas.					
SEMANA	CONTENIDOS			ESTRATEGIA DIDÁCTICA	APRENDIZAJE ESPERADO
	CONCEPTUAL	PROCEDIMENTAL	ACTITUDINAL		
5	Describe la función y clasificación de aminoácidos y proteínas	Explica la función y clasificación de aminoácidos y proteínas.	Acrescienta el interés de las funciones y clasificación de aminoácidos y proteínas.	Clase expositiva y aprendizaje colaborativo.	Explicará las funciones y clasificación de aminoácidos y proteínas aplicable a la nutrición humana
6	Explica las fuentes de proteína, formulación de mezclas nutricionales y describe los métodos biológicos.	Formulan mezclas nutricionales.	Acrescienta el interés sobre la formulación de mezclas nutricionales	Establece dinámicas grupales	Fundamentara la necesidad de formular mezclas nutricionales nutrición para su aplicación en la nutrición humana
7	Explica el cálculo de requerimiento de proteína	Calculan los requerimientos de proteínas	Calcula el requerimiento de proteína	Establece dinámicas grupales	Calculara los requerimientos de proteínas para elaboración de un plan de alimentación
8	Explica función, clasificación y requerimientos de fibra dietética	Aplica los requerimientos de fibra dietaría	Acrescienta el interés en las funciones y requerimiento de fibra dietaría.	Clase expositiva y aprendizaje colaborativo	Fundamentara la función y el requerimiento de fibra dietaría en la nutrición humana SEGUNDO EXAMEN
	EVALUACIÓN	EVIDENCIA DE PRODUCTO <i>Informes escritos de la presentación sobre un tema inherente a su carrera.</i>	EVIDENCIA DE DESEMPEÑO <i>Lista de cotejo Observación en el desarrollo de los diferentes talleres de aplicación de herramientas.</i>	EVIDENCIA DE CONOCIMIENTO <i>Sustentación oral Exposiciones de los informes presentados. Argumentación de la importancia de las diferentes herramientas presentadas.</i>	

Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión

FACULTAD DE BROMATOLOGIA Y NUTRICIÓN

CAPACIDAD DEL MODULO III : Explica las función, el uso de la lista de intercambio y el requerimiento de grasa y carbohidratos

SEMANA	CONTENIDOS				ESTRATEGIA DIDÁCTICA	APRENDIZAJES ESPERADOS
	CONCEPTUAL	PROCEDIMENTAL	ACTITUDINAL			
1	Fundamenta la función y el uso de la lista de intercambio de grasas.	Explica las funciones y uso de intercambio de grasas.	Valora la funciones de la grasa y el uso de la lista de intercambio		Clase expositiva y aprendizaje corporativo.	Explicará las funciones y el uso de la lista de intercambio de grasa para elaboración de un plan de alimentación
2	Fundamenta Métodos para determinar el requerimiento de grasas	Calcula los requerimientos de grasas.	Valora los resultados de requerimientos de grasa.		Establece dinámicas grupales para discutir resultados de cálculos de requerimiento de grasa	Calculara los requerimientos de grasa para la elaboración de un plan de alimentación
3	Fundamenta la función de los carbohidratos y uso lista de intercambio de almidón.	Explica la función y uso de la lista de intercambio de almidón.	Valora la importancia del función y el uso de la lista de intercambio de alimentos		Establece dinámicas grupales para aplicar lista de intercambio de almidón.	Aplicara el intercambio de almidón en la elaboración de plan de alimentación.
4	Fundamenta métodos para determinar requerimiento de carbohidratos.	Calcula los requerimientos de carbohidratos.	Valora el cálculos de requerimiento de carbohidratos		Establece dinámicas grupales para discutir resultados de cálculos de requerimiento de carbohidratos.	Calculara el requerimiento de carbohidratos para elaborar un plan de alimentación TERCER EXAMEN
	EVALUACIÓN	EVIDENCIA DE PRODUCTO <i>Informes escritos de la presentación sobre un tema inherente a su carrera.</i>	EVIDENCIA DE DESEMPEÑO <i>Lista de cotejo Observación en el desarrollo de los diferentes talleres de aplicación de herramientas.</i>	EVIDENCIA DE CONOCIMIENTO <i>Sustentación oral Exposiciones de los informes presentados. Argumentación de la importancia de las diferentes herramientas presentadas.</i>		

Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión

FACULTAD DE BROMATOLOGIA Y NUTRICIÓN

CAPACIDAD DEL MODULO IV : Sustenta las funciones, recomendaciones y requerimientos de vitaminas, minerales y agua					
SEMANA	CONTENIDOS			ESTRATEGIA DIDÁCTICA	INDICADORES DE DESEMPEÑO
	CONCEPTUAL	PROCEDIMENTAL	ACTITUDINAL		
5	Fundamenta funciones y recomendaciones de vitaminas liposolubles	Explica las funciones y recomendaciones de vitaminas liposolubles.	Valora las funciones y recomendaciones de vitaminas liposolubles.	Clase explicativa y aprendizaje corporativo.	Aplicara las recomendaciones en la elaboración de un plan de alimentación
6	Fundamenta las Funciones y recomendaciones de vitaminas hidrosolubles	Explica las funciones y recomendaciones de las vitaminas hidrosolubles.	Valora la importancia del funciones y recomendaciones de vitaminas hidrosolubles.	Clase explicativa y aprendizaje corporativo	Aplicara las recomendación en la elaboración de un plan de alimentación
7	Fundamenta Funciones y recomendaciones de minerales	Explica las funciones y recomendaciones de minerales.	Valora la importancia de las funciones y recomendaciones de los minerales	Clase explicativa y aprendizaje corporativo.	Aplicara las recomendaciones en la elaboración de un plan de alimentación.
8	Explica las funciones y métodos para determinar requerimiento de agua	Clasifica los diferentes tipos y niveles de investigación.	Valora las funciones y requerimientos de agua	Clase explicativa y aprendizaje corporativo.	Aplicara los requerimientos de agua para la elaboración de un plan de alimentación. CUARTO EXAMEN
	EVALUACIÓN (4. Horas)	EVIDENCIA DE PRODUCTO <i>Informes escritos de la presentación sobre un tema inherente al enfoque de investigación</i>	EVIDENCIA DE DESEMPEÑO <i>Lista de cotejo Observación en el desarrollo de los diferentes talleres de aplicación de herramientas.</i>	EVIDENCIA DE CONOCIMIENTO <i>Sustentación oral Exposiciones de los informes presentados. Argumentación de la importancia de las diferentes herramientas presentadas.</i>	

Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión

VI.- MATERIALES EDUCATIVOS Y OTROS RECURSOS DIDÁCTICOS NECESARIOS

MATERIAL EDUCATIVO:

TIPO MATERIAL EDUCATIVO	MATERIAL EDUCATIVO/LABORATORIO	INDICACIÓN DE USO
1. Materiales impresos	<ul style="list-style-type: none">• Libros• Revistas	Para consulta y desarrollo de los talleres.
2. Materiales de apoyo gráfico	<ul style="list-style-type: none">• Pizarrón	Para el desarrollo de la clase teórica y para la exposición
3. Materiales de audio y video	<ul style="list-style-type: none">• Discos• Videos	Para analizar casos de tecnología en el aprendizaje.
4. Materiales de las nuevas tecnologías	<ul style="list-style-type: none">• Internet, aula virtual, data• MOOC, Moodle	Para las clases virtuales
5. Materiales y equipos de laboratorio	<ul style="list-style-type: none">• Menus, platos, cucharas , balanza	Para prácticas de laboratorio

VII.- DESCRIPCIÓN DE LA EVALUACIÓN DEL CURSO

Evaluación de Módulo 1 ,2 ,3 y 4	Porcentaje	Instrumentos
Evaluación de conocimiento	20 %	<i>Informes escritos de la presentación sobre un tema inherente a su carrera.</i>
Evaluación de producto	40 %	<i>Lista de cotejo, Observación en el desarrollo de los diferentes talleres de aplicación de herramientas.</i>
Evaluación de desempeño	40%	<i>Sustentación oral, Exposiciones de los trabajos de investigación. Argumentación de la importancia de las diferentes herramientas presentadas.</i>
Total Promedio para cada evaluación	100 %	

Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión

VIII.- BIBLIOGRAFÍA Y REFERENCIAS WEB

MODULO I	Generalidades: Nutrición Humana y energía		
BIBLIOGRAFÍA	Mahan K. Y Escott-Stump S	Nutrición y Dietoterapia de KRAUSE	2013
	Muñoz Sanchez J	Manual Práctico de Alimentación	Nutrición y Salud
REFERENCIAS WEB	https://www.ucm.es/nutricioncarbajal/manual-de-nutricion		

MODULO II	Macronutrientes y polisacáridos no almidón: Proteína y fibra dietaria		
BIBLIOGRAFÍA	Soriano del Castillo	Nutrición Básica Humana	
	www.ins.gob.pe/.../Requerimiento%20de%20energía%20para%20la%20población%20		
REFERENCIAS WEB	www.ins.gob.pe/.../Requerimiento%20de%20energía%20para%20la%20población%20		

MODULO III	Macronutrientes: Grasas y Carbohidratos		
BIBLIOGRAFÍA	MINSA-INS-CENAN	Requerimientos de energía para la población peruana	
	ADA	Lista de Intercambio de Alimentos 2008	
REFERENCIAS WEB	www.fao.org/docrep/006/w0073s/w0073s0d.htm		

MODULO IV	Micronutrientes y agua: Vitaminas , minerales y agua		
BIBLIOGRAFÍA	Lozano Toruel J	La Nutrición es Con-ciencia	
REFERENCIAS WEB	apps.who.int/iris/bitstream/10665/41420/1/9243400614		

Huacho, Abril de 2018

Lic. Eufemio Macedo Barrera