UNIVERSIDAD NACIONAL JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN

FACULTAD DE MEDICINA HUMANA

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



**S I L A B O**

NUTRICIÓN Y DIETETICA

III CICLO

DOCENTE: Lic. WALTER JESÚS SOSA HIJAR

HUACHO-PERÚ

2017-I

**UNIVERSIDAD NACIONAL JOSE FAUSTINO SANCHEZ CARRION**

FACULTAD DE MEDICINA HUMANA

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

**SILABO**

**ASIGNATURA: NUTRICIÓN Y DIETÉTICA**

**I. INFORMACIÓN GENERAL:**

1. ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL : Enfermería

2. ÁREA : Básica

3. CÓDIGO DE LA ASIGNATURA : 51201

4. CARACTER : Obligatorio

5. PRE REQUISITO : Química y Bioquímica

6. CRÉDITOS : 3

7. PLAN DE ESTUDIOS : 6

8. SEMESTRE ACADÉMICO : 2017-I

9. CICLO : III

10. HORAS SEMANALES : 4 (HT= 2, HP= 2)

11. DOCENTE : Lic. Walter Jesús Sosa Hijar

CORREO ELECTRÓNICO : waltersosahijar@hotmail.com

1. **DESCRIPCIÓN DEL CURSO Y SUMILLA**

Comprende el estudio de la acción fundamental que cumplen los nutrientes en el funcionamiento, crecimiento y desarrollo normal del organismo humano, así como las necesidades nutricionales normales y los efectos de una ingesta insuficiente y de las derivadas de los procesos patológicos. La dietética comprende el estudio de la acción fundamental para las modificaciones dietéticas, interrelación entre las medidas terapéuticas y métodos de alimentación de las personas enfermas, así como desarrollar actividades para preparar, modificar y explicar los regímenes dietéticos del individuo sano y enfermo en cada ciclo vital.

La asignatura se programa para un total de dieciséis semanas, distribuidas en cuatro unidades didácticas, con sesiones teórico práctico, que conllevan al conocimiento de la nutrición y dietética.

**III. CAPACIDADES AL FINALIZAR EL CURSO**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **UNIDAD** | **CAPACIDAD DE LA**  **UNIDAD DIDÁCTICA** | **NOMBRE DE LA UNIDAD DIDÁCTICA** | **SEMANAS** |
| **I** | A partir de la evolución histórica de la Nutriología formula sus aportes en la conceptualización de la nutriología, como base de la Enfermería | Evolución histórica y conceptualizaciones | **4** |
| **II** | Selecciona la dieta adecuada para el individuo o grupo social en base a la bibliografía y a lo recomendado por la OMS/FAO. | La nutrición normal por grupos etarios | **4** |
| **III** | Sustenta el tipo de dieta en base a las características del individuo, a los componentes dietarios y a las referencias pertinentes. | Dietas terapéutica básicas | **4** |
| **IV** | Valora las dietas terapéuticas conforme a las características fisiopatológicas de las personas acorde a recomendaciones bibliográficas y organismos de salud. | Dietas terapéuticas por aparatos y sistemas orgánicos | **4** |

**IV. INDICADORES DE LOGRO DE CAPACIDAD AL FINALIZAR EL CURSO**

|  |  |
| --- | --- |
| **NÚMERO** | **INDICADORES DE LOGRO DE CAPACIDAD AL FINALIZAR EL CURSO** |
| 1 | Explica la evolución histórica de la Nutrición y Dietética |
| 2 | Fundamenta la conceptualización de los elementos que intervienen en la Nutriología |
| 3 | Reconoce la importancia de los nutrientes y los alimentos en la alimentación |
| 4 | Describe el proceso digestivo en el organismo humano |
| 5 | Formula dietas terapéutica en función a la enfermedad |
| 6 | Distingue los procesos fisiopatológicos. |
| 7 | Identifica el tipo de dieta a prescribir conforme a la fisiología y fisiopatología de la persona |
| 8 | Fundamenta el porqué de la dieta y de los elementos que la dieta consideran las características integran |
| 9 | Analiza los ingredientes de un menú en una dieta tipo |
| 10 | Calcula la cantidad de calorías y nutrientes |
| 11 | Planifica la elaboración de dieta considerando edad, sexo, peso y condición fisiopatológica de la persona. |
| 12 | Valora el aporte calórico nutrimentario de la dieta normal y de la dieta terapéutica |
| 13 | Diferencia los diferentes componentes de una dieta normal y de la dieta terapéutica |
| 14 | Enuncia las leyes y principios de la alimentación. |
| 15 | Diseña dietas normales y dietas terapéuticas de acuerdo a los grupos etarios y estado fisiológico y fisiopatológico de las personas. |
| 16 | Ejemplifica los requerimiento nutricionales por cada individuo considerando edad, sexo, talla, actividad física y estado fisiológico |

**V. DESARROLLO DE LAS UNIDADES DIDÁCTICAS:**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **UNIDAD DIDACTICA I: EVOLUCIÓN HISTÓRICA Y CONCEPTUALIZACIONES** | **CAPACIDAD DE LA UNIDAD DIDÁCTICA I:**  A partir del desarrollo histórico de la Nutriología formula la conceptualización de Nutrición como ciencia y profesión de la salud, en base a criterios establecidos por diversos autores y organizaciones a nivel mundial. | | | | | | | |
| **Semana** | **Contenidos** | | | | | **Estrategia didáctica** | **Indicadores de logro de la capacidad** |
| **Conceptual** | **Procedimental** | | **Actitudinal** | |
| 1 | 1. Evolución histórica.  2.Definiciones: Alimento, alimentación, nutriente, nutrición, dieta, dietética, bromatología, gastronomía  3. Lineamiento de Política Alimentaria | **1. Distinguir** las diferentes etapas de la evolución histórica de la Nutriología.  **2. Identificar** los aportes conceptuales de los elementos de la Nutrición mediante el análisis crítico de la bibliografía pertinente.  **3. Comparar** las características nutritivas de los alimentos  4. **Explica**r el proceso digestivo en base a la bibliografía  **5. Planificar** de manera eficaz la dieta diaria conforme a las Leyes de la Alimentación. | | **1: Debatir** sobre la importancia de la evolución histórica de la Nutriología en su contexto actual  **2: Participar** de manera crítica y responsable en la revisión bibliográfica características, fuentes, biodigestibilidad de los alimentos y nutrientes.  **3: Asumir** una actitud crítica respecto a las formas y normas de alimentación.  **4: Apreciar** los beneficios de alimentación sana. | | Dinámica grupal  Seminario 1  Monografía  Lectura comentada  Juego de roles 1  Trabajo individual | **- Explica** el desarrollo histórico de la Nutriología en sus diferentes etapas.  **- Esquematiza** las conceptualizaciones de los diferentes elementos que conforman la ciencia de la Nutrición y Dietética.  **- Fundamenta** los Lineamientos de la Política Alimentaria  - **Formula** el proceso digestivo, hambre, apetito y saciedaden el ser humano.  **-Enuncia** las diferentes clasificaciones de los alimentos. |
| 2 | 1. Los alimentos como fuente de materia y energía.  2. Características, composición y clasificación y biodigestibilidad. |
| 3 | 1. Hambre, apetito, saciedad.  2. Proceso digestivo. |
| 4 | 1.Salud, alimentación sana y  defectuosa.  2. Cálculo calórico.  3. Normas para elaborar la dieta  diaria |
|  | **EVALUACION DE LA UNIDAD DIDACTICA** | | | | | | |
| **EVIDENCIA DE CONOCMIENTOS** | | **EVIDENCIA DE PRODUCTO** | | **EVIDENCIA DE DESEMPEÑO** | | |
| Evaluación oral de la Unidad Didáctica acerca de la evolución histórica y de las conceptualizaciones en Nutriología.  Evaluación teórica-practica | | Entrega del trabajo monográfico sobre conceptualizaciones en Nutriología.  Entrega de fichas de comentario sobre clasificación de los alimentos. | | Esquematiza en un mapa conceptual la evolución histórica de Nutriología y su aporte como ciencia de la salud. | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **UNIDAD DIDACTICA II: LA NUTRICIÓN NORMAL POR GRUPOS ETÁREOS** | **CAPACIDAD DE LA UNIDAD DIDÁCTICA II:**  Como sustento de los principios que rige la alimentación, planifica las dietas adecuadas por cada individuo o grupo social, precisando los requerimientos calóricos nutricionales. | | | | | | | |
| **Semana** | **Contenidos** | | | | | **Estrategia didáctica** | **Indicadores de logro de la capacidad** |
| **Conceptual** | **Procedimental** | | **Actitudinal** | |
| 5 | 1. Alimentación en el lactante y en  el pre escolar. | **1. Diferenciar** las características fisiológicas individuales y grupales del ser humano.  **2. Valorar** requerimientos calóricos nutricionales por grupo atareo.  **3, Identificar** la importancia de una alimentación sana y oportuna para el individuo. | | **1. Apreciar** las intervenciones de los integrantes de los trabajos grupales.  **2. Acrecentar** la importancia de una alimentación adecuada en todo el proceso vital y sus consecuencias de una mala alimentación.  **3. Debatir** sobre la importancia del rol de la enfermera(o) en el cuidado de la salud nutricional | | Seminario 2  Discusión de grupos  Monografía 2  Lecturacomentada  Trabajos  Individuales | * **Formula** las necesidades calórico nutrimentario por grupo etario. Tanto individual como grupal.   **-Esquematiza** la elaboración de una dieta adecuada.   * **Distingue** los diversos regímenes dietéticos, considerando las necesidades fisiológicas normales del individuo. |
| 6 | 1. Alimentación en el escolar y el adolescente. |
| 7 | 1. Alimentación en la embarazada  y la lactante.  . |
| **8** | 1. Alimentación en el adulto y en  el deportista. |
|  | **EVALUACION DE LA UNIDAD DIDACTICA** | | | | | | |
| **EVIDENCIA DE CONOCMIENTOS** | | **EVIDENCIA DE PRODUCTO** | | **EVIDENCIA DE DESEMPEÑO** | | |
| * Evaluación oral de la Unidad Didáctica * Evaluación teórica-practica | | * Entrega del trabajo monográfico sobre la alimentación del individua por grupo etario. * Sustentación del trabajo. | | * Recoge información para valorar según caso asignado. * Ejemplifica las necesidades nutricionales humanas. | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **UNIDAD DIDACTICA III: DIETAS TERAPÉUTICA BÁSICAS** | **CAPACIDAD DE LA UNIDAD DIDÁCTICA III:**  Tomando en cuenta los fundamentos científicos en la elaboración de dietas, planifica dietas terapéuticas considerando las recomendaciones y requerimientos por cada caso individual en base a la bibliografía y referencias pertinentes. | | | | | | | |
| **Semana** | **Contenidos** | | | | | **Estrategia didáctica** | **Indicadores de logro de la capacidad** |
| **Conceptual** | **Procedimental** | | **Actitudinal** | |
| 9 | 1. Dieta hídrica, dieta líquida,  dieta blanda, dieta hiposódica  Definición, composición,  Prescripción. | **1. Distinguir** los fundamentos bromatológicos por cada alimento o grupo de alimentos.  **2. Analizar** los componentes de cada dieta terapéutica y su efecto.  **3. Comparar** las bases que sustentan nutriológicas y dietéticas que sustenta cada tipo de dieta. | | **1. Asume** una posición crítica y fundamentada en sus intervenciones orales.  **2. Seleccionar** el material bibliográfico pertinente sobre las bases dietéticas y su efecto en la fisiología humana.  **3. Debatir** sobre las características, efectos y alcance de las dietas prescritas. | | **Seminario 3**  Discusión de grupos  **Lectura comentada**  Trabajos  Individuales | * **Diferencia** las características de los alimentos conforme a sus componentes químicos formulados por las Tablas de Composición respectiva. * **Conceptualiza** los fundamentos científicos de cada dieta. * **Fundamenta** el objetivo y acción de las dietas fundamentada en la bibliografía pertinente. |
| 10 | 1.Dieta hipoproteíca, dieta hiperproteica, dieta hipocalórica  Definición, composición,  prescripción |
| 11 | 1. Régimen que modifica el  equilibrio ácido básico, dieta de protección gastroduodenal.  Características, empleo, composición, prescripción |
| 12 | 1. Dieta de protección intestinal,  dieta de protección vesicular,  dieta vegetariana.  Características, empleo, composición, prescripción. |
|  | **EVALUACION DE LA UNIDAD DIDACTICA** | | | | | | |
| **EVIDENCIA DE CONOCMIENTOS** | | **EVIDENCIA DE PRODUCTO** | | **EVIDENCIA DE DESEMPEÑO** | | |
| * Evaluación oral de la Unidad Didáctica * Evaluación teórica-practica | | * Entrega del trabajo: individual y grupal. | | Demuestra coherencia y entendimientos en la solución de casos sobre las teorías. | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **UNIDAD DIDACTICA IV: DIETAS TERAPEUTICAS POR APARATOS Y SISTEMAS ORGÁNICOS** | **CAPACIDAD DE LA UNIDAD DIDÁCTICA IV:**  Conociendo las alteraciones fisiopatológicas del organismo, planifica y diseña dietas terapéuticas de acuerdo a las características individuales y patologías del paciente. | | | | | | | |
| **Semana** | **Contenidos** | | | | | **Estrategia didáctica** | **Indicadores de logro de la capacidad** |
| **Conceptual** | **Procedimental** | | **Actitudinal** | |
| 13 | Patología cardiovascular, ósea y  muscular:  1. Patología cardiovascular.  2. Patología ósea y muscular.  . | **1. Diseñar** una dieta tip**o** por cada enfermedad planteada.  **2. Esquematizar** los requerimientos nutricionales y dietéticos acorde a las recomendaciones bibliográficas.  **3. Identificar** los tipos de dietas conforme a las características fisiopatológicas de las personas.  **4. Discutir** el rol del profesional en el proceso de atención y de recuperación del paciente dietético. | | **1. Compartir** la importancia de la atención y prevención dietética nutricional de las personas.  **2.: Discutir** las bases y leyes de la elaboración de dietas balanceadas.  **3. Propiciar** el interés de los estudiantes de enfermería en la revisión e investigación dietética nutricional. | | **Seminario 4**  Conferencia con interrogatorio  Discusión de grupos  Lecturacomentada  Trabajos  Individuales | **- Describe** la planificación en la elaboración de dietas balaceadas.   * **Ejemplifica** procedimiento de elaboración de dietas terapéuticas. * **Debate** sobre los efectos de las dietas terapéuticas. * **Enuncia** los fundamentos y características de los alimentos como integrantes de una dieta. |
| 14 | Patología esófago gástrica e intestinal:  1. Enfermedades del esófago,  2. Patologías gástricas,  3. Patologías intestinales |
| 15 | Patología hepatobiliares, pancreática y  Renal:  1. Patología hepatobiliares,  2. Enfermedades pancreáticas.  3. Patologías renales. |
| 16 | Patologías endocrino metabólicas:    , |
|  | **EVALUACION DE LA UNIDAD DIDACTICA** | | | | | | |
| **EVIDENCIA DE CONOCMIENTOS** | | **EVIDENCIA DE PRODUCTO** | | **EVIDENCIA DE DESEMPEÑO** | | |
| * Evaluación oral de la Unidad Didáctica * Evaluación teórica-practica | | * Diseño de una monografía sobre una ´dieta terapéutica**.** | | Fundamenta el proceso de fisiopatológico y ejemplifica la elaboración de dietas terapéuticas. | | |

**VI. MATERIALES EDUCATIVOS Y OTROS RECURSOS DIDÁCTICOS**

Página web de la Facultad, para los aspectos teóricos y el desarrollo práctico de ejercicio y temas propuestos.

Medios audiovisuales.

Guías de prácticas.

**ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS**

a. MÓDULO VIRTUAL

A través de la dirección Web: modle.org aulavirtual.2, diseñado para la Facultad de Medicina Humana, en donde se hará la presentación de la parte teórica y discusión de cada caso vía foro, del tema programado en el silabo, con el profesor en el horario a establecerse en coordinación alumnos-docente.

b. SEMINARIOS

Discusión de cuatro seminarios, cuyo resultado será presentado en trabajo escrito, cuya sustentación será efectuada por grupo de trabajo.

**c.** Conferencia – discusión.

El proceso de evaluación es permanente y se emplearán los criterios actualizados para ello, se evaluará los 3 dominios del conocimiento.

Para la evaluación teórica se considerará:

EVALUACIÓN DIAGNÓSTICA: Un pre-test como prueba de entrada, a fin de medir el nivel de conocimientos previos del alumno y así poder realizar los reajustes o cambios necesarios, si es el caso.

EVALUACIÓN FORMATIVA: Se realizará durante todo el proceso de enseñanza-aprendizaje, con el objeto de determinar el grado de aprendizaje de los alumnos y efectuar los reajustes pertinentes para reforzar conocimientos, habilidades y sumar actitudes. Se harán a través de pruebas orales y escritas.

EVALUACIÓN SUMATIVA: Se realizará con la finalidad de obtener una medida del nivel de progreso total del alumno en la asignatura.

Para la evaluación teórico-práctico, se aplicarán pruebas escritas tipo objetivo, pruebas orales, exposiciones y discusiones, respectivamente.

Para la evaluación se tomará en cuenta los trabajos académicos y aplicativos: trabajos monográficos, recolección bibliográfica e informes de prácticas.

**5.2 SISTEMA DE CALIFICACIÓN**

(Art. 124° al 127° del Reglamento Académico General).

La evaluación es un proceso permanente e integral que permite medir el logro del aprendizaje alcanzado por los estudiantes. El sistema de evaluación es integral, permanente, cualitativo y cuantitativo (vigesimal) y se ajusta a la característica de la asignatura. Comprende dos exámenes parciales y dos trabajos académicos.

El promedio de cada evaluación parcial se determina mediante promedio simple de:

1. Evaluación Escrita (con un decimal si redondeo)

2. Evaluación Oral (con un decimal si redondeo)

3. Trabajo Académico

El Promedio Final se obtiene:

PF = P1 + P2

2

La asistencia a La asistencia a clases es obligatoria. La acumulación de más del 30% de inasistencias no justificadas, dará lugar a la desaprobación de la asignatura con nota de cero (00) (Art. 123° del Reglamento Académico General).

Las evaluaciones escritas, orales o trabajos académicos no presentados, se calificará con nota de cero.

Los alumnos podrán participar en el examen sustitutorio (P1 o P2) cuando acredite un promedio desaprobatorio no menor de siete (07) y con el 70% o más de asistencia al curso. El promedio final (PF) para dichos alumnos no podrá exceder a la nota de doce (12) (Art. 138° del Reglamento Académico General).

**5.3 OBTENCIÓN DEL PROMEDIO FINAL**

El promedio de cada evaluación parcial se determina mediante promedio simple de:

1. Evaluación Escrita (con un decimal si redondeo)

2. Evaluación Oral (con un decimal si redondeo)

3. Trabajo Académico

El Promedio Final se obtiene:

PF = P1 + P2

2

La nota mínima aprobatoria es once (11).

Si el promedio final resultara con fracción igual o mayor a 0,5 se redondeará a la cifra inmediata superior

**VI. BIBLIOGRAFÍA:**

AGUILAR MERLO M. **Nutrición científica y práctica**. Edit. Libertarias PRODHUFI. España 2004.

BIESALSKI H.K., GRIMM P. **Nutrición: Texto y Atlas**. Editorial Médica Panamericana. 2007

BURGESS, A, y GLASAUER, P. **Guía de Alimentación de la Familia**. Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación. Roma. 2006.

<ftp://ftp.fao.org/docrep/fao/008/y5740s/y5740s00.pdf>

CAO TORIJA, M.J. **Nutrición y Dietética**. 2° ed. Edit. Masson S.A. Barcelona-España 2004.

CASANUEVA E. Y OTROS. **Nutriología Médica**. Editorial Médica Panamericana. 3ª ed. 2008 Pax Médico.

CRUZ R, ET AL. **Fundamentos de la Nutriología Pediátrica.** Vol I y II**.** 1era. Edición. Lima-Perú. Fondo Editorial Instituto de Investigación para el Desarrollo de la Nutriología S.A. 2010.

CRUZ R. HERRERA T. **Procedimientos clínicos para la atención en hospitalización y consulta**. 1° edición. Lima: IIDENUT SA. 2013.

DONMELL A. **Nutrición y alimentación del niño en los primeros años de vida**. Organización Panamericana de la Salud. Washington, 1997.

KAUKER-HORWITZ, M. PEREZ-LIZAUR, A. ARROYO, P. **Nutriología Médica** (eBook online).4 ed. 2015

LE BOOLANGER J., **Actualización, tratamiento – vitaminas**. Productos Roche Q.F. S.A. Lima – Perú.

MARTINEZ, A. PORTILLO, M. **Fundamentos de Nutrición y Dietética (eBook online) Bases metodológicas y aplicacione**s. 2011.

MITCHELL, H. y Otros. **Nutrición y Dieta de Cooper**. 15° Edición. Nueva Editorial Interamericana, S. A. México 2005.

ORGANIZACIÓN PANAMERICANA DE LA SALUD- INSTITUTO INTERNACIONAL DE CIENCIAS DE LA VIDA. **Conocimientos actuales sobre Nutrición**. 7ª ED. Washington. 1997.

PEREZ CALVO J. **Nutrición energética y salud**. Edit. Grijalbo Mondadori S.A. España 2003.

REPULLO PICASSO. **Nutrición Humana y Dietética**. Editorial Marbán Libros, S.L. 2ª ed. Madrid-España. 2004.

REVISTA ESPECIALIZADA DE NUTRICIÓN. INSTITUTO DE INVESTIGACIÓN PARA EL DESARROLLO DE LA NUTRIOLOGÍA. Lima-Perú

RODOTA, L. CASTRO, M. E. **Nutrición clínica y Dietoterapia** (eBook online). 2012

RUBIO, M. A. y Otros. **Manual de Obesidad Mórbida** (eBook online). 2° ed. 2015

TELLEZ M. E. NUTRICIÓN CLÍNICA. Manual Moderno, México 2010.

UNISAP., CURSO DE ACTUALIZACIÓN DE LA ENSEÑANZA DE SALUD PÚBLICA. MÓDULO: NUTRICIÓN. Perú 1995.

WATERLOW J.C., MALNUTRICIÓN PROTEICO ENERGÉTICO–Organización Panamericana de la Salud. Publicación Científica Nº 555. Washington 1996.

-INFORMACIÓN SOBRE ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN: wwweatright.org

-PIRÁMIDE NUTRICIONAL: [www.mypyramid.gov](http://www.mypyramid.gov)

-INSTITUTO DE INVESTIGACIÓN NUTRICIONAL (PERÚ): [www.iin.sid.pe](http://www.iin.sid.pe)

-INSTITUTO DE NUTRICIÓN Y TECNOLOGÍA ALIMENTARIA (INTA-CHILE): [www.inta.cl](http://www.inta.cl)

- FAO 2003. Educación en nutrición para la enseñanza básica. Santiago

<http://www.rlc.fao.org/prior/segalim/accalim/educa>

- FAO/OMS. 2003. Aprender a vivir con el VIH/SIDA. Manual sobre cuidados y apoyo nutricionales a los enfermos de VIH/SIDA. Roma. FAO.

<http://www.fao.org/documents/show_cdr_cdr.asp?url_file-/docrep/006/y4168s/y4168s00.htm>

- FAO/LATINFOODS.2003.Tabla de composición de Alimentos de América Latina.

<http://www.rlc.fao.org/bases/alimento>

- FAO. 2004. Human energy requerimets. Report of a Joint FAOP/WHO/UNU Expert Consultation. FAO Food and Nutrition Technical Paper Series N° 1 Rome

<http://www.fao.org/documents/show_cdr.asp?url_life-/docrep/007/y5686e/y5686e00.htm>

- ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

[www.uhu.es/08007/Nueva\_carpeta/01\_alim\_nutric\_dietet.pdf](http://www.uhu.es/08007/Nueva_carpeta/01_alim_nutric_dietet.pdf)

ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD. Centro de Prensa. Alimentación Sana. Nota descriptiva N° 394. Setiembre de 2015

<http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs394/es/>

ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD, Temas de Salud, Nutrición. Alimentación del lactante y del niño pequeño. Nota descriptiva N° 342. Enero de 2016

<http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs342/es/>

ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD. Obesidad y sobrepeso. Nota descriptiva N°311. Enero de 2015.

<http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/es/>

ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD. ¿Cuál es la alimentación recomendable para el niño en sus primeros años de vida?. Preguntas y respuestas en línea. 29 de julio de 2011

<http://www.who.int/features/qa/57/es/>

ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD. ¿Hasta qué edad es adecuado alimentar al bebé sólo con leche materna?. Preguntas y respuestas. Julio de 2013

<http://www.who.int/features/qa/21/es/>

ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD. Malnutrición

<http://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/child/malnutrition/es/>

ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD. Estrategia mundial sobre régimen alimentario,actividad física y salud

http://www.who.int/dietphysicalactivity/es/

ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD.Ingesta de azúcares para adultos y niños.

http://www.who.int/nutrition/publications/guidelines/sugars\_intake/es/

Huacho, abril de 2017

………………….…………………………..

**Lic. WALTER JESÚS SOSA HIJAR**

**Docente Asociado Dedicación Exclusiva**

**CODIGO DNF528**