



Centro Universitario de Ciencias de la Salud

Programa de Estudio por Competencias Profesionales Integradas

1. IDENTIFICACIÓN DEL CURSO

Centro Universitario

CENTRO UNIVERSITARIO DE CIENCIAS DE LA SALUD

Departamento:

DEPTO. DE CIENCIAS SOCIALES

Academia:

GESTION DE LOS SERVICIOS DE ALIMENTACION

Nombre de la unidad de aprendizaje:

SELECCION Y PREPARACION DE ALIMENTOS

Clave de la materia:	Horas de teoría:	Horas de práctica:	Total de horas:	Valor en créditos:
I8840	17	51	68	5

Tipo de curso:	Nivel en que se ubica:	Programa educativo	Prerrequisitos:
CL = curso laboratorio	Licenciatura	(LNT0) LICENCIATURA EN NUTRICION / 3o.	CISA I8836

Área de formación:

BASICA PARTICULAR OBLIGATORIA

Perfil docente:

Profesional con experiencia en la planeación de menús, en la selección y compra de alimentos así como las distintas técnicas culinarias, preferentemente licenciado en nutrición con posgrado en áreas afines concluido o en proceso. En constante actualización disciplinar, capaz de formar recursos humanos en nutrición competentes para la selección de alimentos y diseño de menús considerando todas las variables y aplicando técnicas culinarias con estándares de calidad nacional, así como la normatividad vigente.

Elaborado por:

MDM. Almeirim Isabel Acosta Bahena
MNC. Erika Elizabeth Mejía Marín, NC
MNC. Laura Gisela Moreno Mejía, NC
LN. Miriam Aracely Mercado Zepeda, NC
MNH. Laura Cristina Robles Robles, NC
LN. Verónica Bautista Olguín

Evaluated and updated by:

Desentis Carrillo Pablo Roberto Christian
López Torres Leyna Priscila
Mercado Zepeda Miriam Aracely
Morelos Leal Lizette Fabiola
Orozco Anzo Hilda Beatriz
Reynaga Balvaneda Gemma Leticia

	<p>Segunda actualización: Mtra. Elma Patricia Sharpe Borrego Lic. Karla Betzabé Vargas Loreto Lic. Aidé Aranzazu Navarro Jiménez</p> <p>Tercera actualización: LG. Erick Alibarak Aceves López MNCP. Aidé Aranzazu Navarro Jiménez MNC. Elma Patricia Sharpe Borrego LN. Karla Betzabé Vargas Loreto</p> <p>Cuarta actualización: LG. Erick Alibarak Aceves López MNCP. Aidé Aranzazu Navarro Jiménez MNC. Elma Patricia Sharpe Borrego LN. Karla Betzabé Vargas Loreto</p> <p>Quinta actualización: LG. Erick Alibarak Aceves López MNCP. Aidé Aranzazu Navarro Jiménez MNC. Elma Patricia Sharpe Borrego LN. Karla Betzabé Vargas Loreto</p>
--	--

Fecha de elaboración:	Fecha de última actualización aprobada por la Academia
07/07/2015	30/06/2022

2. COMPETENCIA (S) DEL PERFIL DE EGRESO

LICENCIATURA EN NUTRICION
Profesionales
Integra los conocimientos adquiridos para la administración de servicios de alimentos en instituciones públicas y privadas, considerando las características de los comensales, los recursos materiales, financieros y humanos y aplicando los estándares de calidad nacionales, así como la normatividad vigente;
Socioculturales
Se compromete con el ejercicio de su profesión, considerando aspectos éticos-normativos aplicables en la atención de la salud, respetando la diversidad de los individuos, con apego a los derechos humanos, respondiendo con calidad a las demandas laborales, profesionales y sociales;
Técnico-Instrumentales
Comprende y utiliza tecnologías de la información y comunicación (oral y escrita) apropiadas en todas las áreas de su desempeño, con ética, responsabilidad y visión humanística, en el contexto profesional y social;

3. PRESENTACIÓN

La unidad de aprendizaje complementa las bases para lograr diseñar menús basados en los principios gastronómicos, permitiendo al licenciado en nutrición diseñar y planear menús, estimando los costos de producción y la disponibilidad de los insumos, aplicando conocimientos previamente adquiridos en la unidad de aprendizaje de cálculo dietético y planeación de menús.

La selección y preparación de alimentos son imprescindibles para el nutriólogo en cualquiera de las áreas de la nutrición ya que permite asegurar la menor pérdida de nutrientes y por consiguiente el mejor aprovechamiento de los alimentos; así como aplicar las técnicas culinarias para adecuar consistencias y tipos de combinaciones de alimentos según el tipo de comensal, sin que por ello se tenga que sacrificar sabor o gusto por el platillo en cuestión.

El conocimiento de selección y preparación de alimentos permite al nutriólogo organizar y calcular tiempos de preparación, para elaborar menús con bases gastronómicas, saludables y sustentables para individuos y colectividades.

Gestión organizacional de servicios de alimentos: Diseñar un servicio de alimentos contemplando elementos legales, organizacionales y administrativos.

Gestión de servicios de alimentos en instituciones de salud: Analizar las distintas propuestas de menús institucionales y la organización de los servicios de alimentos en instituciones públicas o privadas.

Prerrequisito: Cálculo dietético y planeación de menús; domina el cálculo dietético para el diseño de menús de acuerdo a la dieta correcta y sustentable a un presupuesto en beneficio de individuos y colectividades.

A lo largo de la unidad de aprendizaje se trabajará bajo 4 ejes; 2 de convivencia: 1-sustentabilidad y 2-cultura de la paz; y 2 instrumentales: 3-segundo idioma (inglés) y 4-uso de TIC

4. UNIDAD DE COMPETENCIA

Elabora menús saludables, sustentables considerando el proceso productivo de alimentos, fundamentos culinarios y gastronómicos de forma eficiente y eficaz de acuerdo a la cultura e identidad de los individuos, las poblaciones, con un enfoque humanístico y ético.

5. SABERES

Prácticos	Selecciona alimentos adecuados para integrar un menú. Aplica las diferentes técnicas culinarias para la preparación de alimentos. Compara los distintos menús de acuerdo a las necesidades individuales y/o colectivas. Prepara menús saludables aplicando los principios gastronómicos.
Teóricos	Comprende las técnicas de preparación de alimentos. Fundamenta la producción de alimentos en procesos de alimentación individual y/o colectiva. Aplica los principios gastronómicos en el diseño de menús.
Formativos	Actúa de acuerdo con la normatividad nacional aplicando un juicio crítico, con responsabilidad sustentable y creatividad en la elaboración de los menús. Se conduce con ética profesional, valores de equidad, inclusión, respeto a la diversidad y cultura de la paz.

6. CONTENIDO TEÓRICO PRÁCTICO (temas y subtemas)

Sostenibilidad y Cultura de la Paz
Normatividad nacional vigente (NOM- 251-SSA1-2009)
•Condiciones higiénicas del personal
•Recepción y almacenamiento de alimentos
•Contaminación cruzada

Técnicas culinarias

- Equipos de cocina
- Métodos de cocción: cocción por humedad, cocción en seco, cocción en grasa y mixta
- Tipos de corte: carnes, frutas y verduras.
- Principios gastronómicos: fondos, salsas, aperitivos, sopas, plato fuerte, guarniciones, postre, uso de hierbas aromáticas, especias, condimentos y chiles.

Tipos de menús

- Planeación de menús: elementos que lo componen
- Menú fijo
- Menú selectivo y no selectivo
- Menú a la carta
- Menú cíclico

Selección de alimentos

- Criterios de selección y rechazo de los alimentos: Res, Cerdo, Pollo, Huevo, Pescados, Mariscos, Leche y derivados, Frutas, Verduras, Cereales, Leguminosas y Frutos Secos
- Temporalidad de los alimentos
- Relación costo-beneficio

7. ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE POR CPI

Durante el curso, el alumno y el profesor promueven las relaciones interpersonales armónicas, pacíficas e inclusivas basadas en el respeto, dentro y fuera del aula. Así como los valores universitarios como lo son la democracia, el desarrollo sustentable, diversidad, equidad, honestidad, igualdad, justicia, legalidad, libertad, respeto, responsabilidad, solidaridad. Buscando la identificación y familiarización de la sustentabilidad del ambiente.

El alumno logrará las competencias utilizando la búsqueda y revisión de literatura científica, reflexionando sobre las diferentes temáticas y fomentando la capacidad comprensiva, colaborativa, de comunicación y pensamiento crítico que le permitan comprender los aspectos teóricos y posteriormente llevarlos a la aplicación práctica (en espacios reales), teniendo como referencia la guía de práctica, la plataforma virtual (Moodle, Schoology, EdModo, Classroom). Utilizando herramientas científicas en el idioma inglés y otros medios de comunicación virtual (correo institucional, whatsapp, videollamadas)

Se anexa el apartado de planeación e instrumentación didáctica, en el que se detallan las estrategias y las actividades de enseñanza y aprendizaje (técnicas, actividades no presenciales, estudio auto dirigido, entre otras), así como recursos y materiales didácticos, laboratorio, uso de TIC'S u otros contextos de desempeños.

8. EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE POR CPI

8.1. Evidencias de aprendizaje	8.2. Criterios de desempeño	8.3. Contexto de aplicación
Comida: entrada, plato fuerte, dos guarniciones (Vegetal y Almidonosa), acompañamiento, postre y bebida con fraccionamiento de macronutrientos. Elaboración de cada una de las preparaciones del menú presentado, de acuerdo al formato de Ficha técnica 1 "Receta estandarizada"	Elaboración de un menú cíclico de comida estandarizado para un adulto joven sano, con cálculos nutrimentales y fraccionamiento de macronutrientos. Basado en la dieta correcta de la NOM-043-SSA2-2012 Servicios básicos de salud, promoción y educación para la salud en materia alimentaria. Criterios para brindar	Entregable vía plataforma. Laboratorio de Dietología.

<p>Elaboración del contenido nutrimental del menú, de acuerdo al formato de Ficha técnica 2 "Información nutrimental"</p> <p>Presentar el costo del menú.</p> <p>Análisis reflexivo del menú.</p>	<p>orientación. Dieta sustentable de acuerdo a lo establecido en Summary Report of the EAT-Lancet Commission, 2019. NOM-251-SSA1-2009 Prácticas de higiene para el proceso de alimentos, bebidas o suplementos alimenticios.</p> <p>Dándole continuidad la ficha técnica (Mise en place). Diseño y elaboración de menús con principios gastronómicos. Aplicando los principios gastronómicos. Utilizando porcentajes de adecuación de +/-10 kcal para macronutrientes y micronutrientes: Vit. C ,Vit. A, ácido fólico, hierro, calcio, sodio, colesterol, fibra (+/-10 kcal es por costos en el área de servicios de alimentos). Alimentos frescos, naturales y de temporada. Alimentos industrializados no están permitidos. (enlatados, embutidos.)</p> <p>Realiza una reflexión de las fortalezas y debilidades nutrimentales, de sustentabilidad y gastronómicas de su menú para el desarrollo del pensamiento crítico.</p> <p>En equipos.</p>	
<p>Elaboración, presentación y evaluación de material de apoyo para el desarrollo del pensamiento crítico.</p>	<p>Realizar infografías, cumpliendo con los criterios de cada tema de selección de alimentos, determinado por el profesor.</p> <p>La presentación tiene una duración máxima de 10 minutos y cumple con las características de una infografía. Equipo: Al azar, se designará a los equipos a evaluar, y deberán de realizarlo a través de una rúbrica ya establecida.</p>	<p>Entregable vía plataforma.</p>

Análisis reflexivo de la práctica.	Realizar el reporte de práctica justificando con referencias bibliográficas algunos cuestionamientos. Incluir fotografía del proceso o platillo final. Incluir una reflexión sobre el tema para el desarrollo del pensamiento crítico. Trabajo individual.	Entregable vía plataforma
Examen departamental	Aplicación de un examen teórico de los temas vistos: Normatividad nacional vigente NOM-251-SSA1-2009 Técnicas culinarias Tipos de menús Selección de alimentos.	Plataforma virtual

9. CALIFICACIÓN

Menú Cíclico de 9 días de comida estandarizado saludable y sostenible	20%
Fraccionamiento, Menú Sintético, Ficha Técnica 1 y 2 de cada Platillo, (ingredientes, cantidades, contenido nutrimental, costeo, preparaciones, flujo de producción, servicio)	
Reportes de prácticas.....	30%
Plataforma virtual (tareas, reportes de investigación, actividades y participación foros de discusión y revisión entre pares equipos).....	30%
Elaboración, presentación y evaluación de material de apoyo.....	10%
Examen departamental.....	10%

10. ACREDITACIÓN

El resultado de las evaluaciones será expresado en escala de 0 a 100, en números enteros, considerando como mínima aprobatoria la calificación de 60.

Para que el alumno tenga derecho al registro del resultado de la evaluación en el periodo ordinario, deberá estar inscrito en el plan de estudios y curso correspondiente, y tener un mínimo de asistencia del 80% a clases y actividades.

El máximo de faltas de asistencia que se pueden justificar a un alumno (por enfermedad; por el cumplimiento de una comisión conferida por autoridad universitaria o por causa de fuerza mayor justificada) no excederá del 20% del total de horas establecidas en el programa.

Para que el alumno tenga derecho al registro de la calificación en el periodo extraordinario, debe estar inscrito en el plan de estudios y curso correspondiente; haber pagado el arancel y presentar el comprobante correspondiente y tener un mínimo de asistencia del 65% a clases y actividades.

11. BIBLIOGRAFÍA

BIBLIOGRAFÍA BÁSICA

- 1.- Gil Angel. Tratado de Nutrición Tomo II. Composición y Calidad Nutritiva de los Alimentos. Ed. Médica Panamericana. *(QP141T73)
- 2.- Norma Oficial Mexicana NOM- 251-SSA1-2009. Prácticas de higiene para el proceso de alimentos, bebidas.
- 3.- Gil Alfredo. Procesos de elaboración culinaria.1ª ed. Ed. Akal. Madrid. 2012.*(TX551 G552012).
- 4.- LE CORDON BLEU. Las técnicas del chef: equipo, ingredientes, terminología gastronómica. Italia: Blume,pp. 71-79. (2002)
- 5.- Norma Oficial Mexicana NOM-043-SSA2-2012. Servicios básicos de salud. Promoción y educación para la salud en materia alimentaria. Criterios para brindar orientación.

BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA

- 1.- Taylor Eunice, Taylor Jerry. Fundamentos de la Teoría y Práctica del Catering, Ed. Acribia. 2001.
- 2.- Martín C. Díaz J. Nutrición y Dietética. 2da Ed. 2009. España *(RM216 M372009)
- 3.- LAROUSSE todo sobre la cocina, 150 sencillas tareas para cocinar como los profesionales. Ed. Larousse. 2011. México.
- 4.- Mendoza, E. Bromatología: composición y propiedades de los alimentos. Ed. Mc Graw Hill. 2010
- 5.- M. de Flores, G. Arte culinario: bases y procedimientos. Ed. Limusa. 2010.
- 6.- M. de Flores, G. Iniciación a las técnicas culinarias. 2da. edición. Ed. Limusa. 2012.
- 7.- Summary Report of the EAT-Lancet Commission, 2019.
- 8.- Farrimond, S.Cocinología: La Ciencia de Cocinar. Ed. DK. 2019.