



Universidad Guadalajara

---

**UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA  
CENTRO UNIVERSITARIO DEL SUR**

***DIVISIÓN DE BIENESTAR Y DESARROLLO REGIONAL*  
DEPARTAMENTO DE SALUD Y BIENESTAR  
CARRERA DE NUTRICIÓN**



**PROGRAMA DE ESTUDIO POR COMPETENCIAS**

**PROCESO ALIMENTARIO NUTRICIO EN EL CICLO DE LA VIDA**

Dra. Elia Armida Vázquez Valdez  
Presidente de la Academia de Salud Pública  
productivos

Dr. Alfonso Barajas Martínez  
Jefe del Departamento de Salud y Bienestar

Profesora de la unidad de aprendizaje

LN. Patricia Ruiz López



## Centro Universitario del Sur

### Programa de Estudio por Competencias Profesionales Integradas

#### 1. IDENTIFICACIÓN DEL CURSO

Centro Universitario

Centro Universitario del Sur

Departamento

Salud y Bienestar

Academia:

Ciencias de la Nutrición

Unidad de Aprendizaje

Proceso Alimentario Nutricio en el Ciclo de la Vida

| Clave de la materia: | Horas de teoría: | Horas de práctica: | Total de horas: | Valor en créditos: |
|----------------------|------------------|--------------------|-----------------|--------------------|
|                      | 34               | 34                 | 68              | 7                  |

| Tipo de curso:   | Nivel en que se ubica:   | Programa educativo           | Prerrequisitos:                               |
|--|--|------------------------------|---|
| C = curso<br>CL= curso laboratorio<br>L = laboratorio<br>P = práctica<br>T = taller<br>CT = curso - taller<br>N = clínica<br>M = módulo<br>S = seminario | Técnico Medio<br>Técnico Superior<br>Universitario<br><u>Licenciatura</u><br>Especialidad<br>Maestría<br>Doctorado | Licenciatura en<br>Nutrición | Calculo dietético<br>y Planeación de<br>menús |

Área de formación:

Básico Particular Obligatoria

Perfil docente:

Licenciado en Nutrición con experiencia en docencia y en el tratamiento nutricional.

Elaborado por:

Patricia Ruiz López

Evaluated and updated by:

Patricia Ruiz López

Fecha de elaboración:

20/06/2015

Fecha de última actualización aprobada por la Academia

## **2. COMPETENCIA (S) DEL PERFIL DE EGRESO**

Evaluación y atención nutricional de individuos sanos, en riesgo o enfermos a través del diseño, implementación y evaluación del proceso de cuidado nutricional. Actividades que realiza el nutricionista: promoción, prevención, tratamiento, control y rehabilitación.

## **3. PRESENTACIÓN.**

La nutrición es el conjunto de funciones de asimilación y desasimilación que mantienen la vida, el crecimiento corporal y el desarrollo de las funciones, manifestándose por cambios continuos en la morfología, en la construcción química y en la capacidad del trabajo físico y del rendimiento intelectual.

La correcta alimentación en el ser humano es muy importante por la acción que tienen sobre la salud, el crecimiento y el desarrollo, para lograr una vida adulta eficiente y vejez tranquila. Esta unidad de aprendizaje contempla el difundir e impartir conocimientos sobre el cómo se debe alimentar y nutrir adecuadamente una persona en cada ciclo de la vida. Esta materia se encuentra ubicada en el área de formación básica particular obligatoria, en el campo profesional y situada en la dimensión clínica, por lo que se sugiere que antes de cursar la asignatura deben haberse acreditado las asignaturas de: fisiología, bioquímica; nutrición evaluación del estado nutricional y cálculo dietético y planeación de menús, y precediendo a las asignaturas de: abordaje psicológico en el proceso alimentario nutricional y cuidado alimentario nutricional en “niño y adolescente enfermo”, “adulto y anciano enfermo”, “actividad física y deporte”.

Su contribución con el perfil de egreso es: en el diagnóstico del estado de nutrición individual y colectiva, en el análisis y valoración de factores que intervienen en el estado de nutrición en los diferentes ciclos de vida en la población para la aplicación de programas en el mejoramiento de la problemática nutricional, en la orientación a la población en correctas medidas de calidad alimentaria y la nutrición, en el campo de la docencia para la formación de recursos humanos realizando funciones con respecto a la enseñanza de la nutrición, participación en el área de la investigación contribuyendo al desarrollo de líneas que propicien avances científicos y tecnológicos de la nutrición.

## **4. UNIDAD DE COMPETENCIA**

Aplicar el Proceso de Cuidado Nutricional (PCN), a través de la evaluación y diagnóstico de individuos en las diferentes etapas del ciclo de la vida para elaborar planes de intervención nutricional y monitoreo, con base en sus necesidades de crecimiento y desarrollo tomando en cuenta el entorno social, económico, educacional, cultural y político en el que se desenvuelve, con ética y responsabilidad.

Tener la capacidad de integrarse a grupos multi e inter disciplinarios de atención a la salud, en todas las etapas del ciclo de la vida.

## 5. SABERES

|                   |   |
|-------------------|---|
| <b>Prácticos</b>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Implementa acciones educativas con el objetivo de transmitir los conocimientos básicos de la nutrición, acorde a la etapa de la vida, tomando en cuenta las características de la población a la cual las acciones se dirigen.</li> <li>• Elabora cálculos dietéticos específicos a cada edad de acuerdo a sus requerimientos.</li> <li>• Elabora trípticos de información nutrimental para individuos en diferentes etapas de la vida.</li> <li>• Aplicar el Proceso de Cuidado Nutricio con todos sus componentes en las diferentes etapas de la vida.</li> </ul>  |
| <b>Teóricos</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Conocer las características de crecimiento y desarrollo de las diferentes etapas del ciclo de la vida.</li> <li>• Conocer los requerimientos nutrimentales específicos para cada etapa de la vida</li> <li>• Conocer los elementos que integran la evaluación del estado nutricio en cada etapa del ciclo de la vida.</li> <li>• Conocer los pasos del proceso de cuidado nutricio.</li> <li>• Conocer estrategias y teorías de modificación de la conducta alimentaria, aplicable según la etapa de la vida y características personales de cada paciente.</li> <li>• Conocer los fundamentos fisiológicos, genéticos, psicológicos y culturales por los que los requerimientos nutrimentales cambian en cada etapa.</li> </ul> |
| <b>Formativos</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aplica los conocimientos y técnicas de evaluación nutrimental con ética y respeto hacia el individuo y su entorno.</li> <li>• Respeta el trabajo del equipo multidisciplinario reconociendo los límites de la intervención de cada profesional.</li> <li>• Se crea disciplina en sus hábitos de estudio.</li> </ul>  |

## 6. CONTENIDO TEÓRICO PRÁCTICO (temas y subtemas)

Unidad 1.- PROCESO DE CUIDADO NUTRICIO  
 Introducción  
 Evaluación  
 Diagnóstico  
 Intervención
 

- Modelo transteórico
- Teoría social – cognitiva
- Modelo de creencias en salud
- Teoría cognitivo – conductual
- Estrategias

 Monitoreo

## Unidad 2.- MANEJO NUTRIMENTAL DE LA MUJER EMBARAZADA

- Mortalidad perinatal(principales causas de mortalidad; general, infantil y maternas)
- Peso al nacimiento
- Indicadores del estado nutricio materno.(constitución materna y aumento de peso materno durante el embarazo y su distribución)
- Objetivos de la alimentación de la mujer embarazada
- Diagnostico nutrimental. Plan nutricional.
- Parámetros que indican el aumento de peso durante el embarazo (gráficas y tablas)
- Nacimientos múltiples (riesgos, aumento de peso y requerimientos)
- Adolescencia (recomendaciones específicas de los nutrientes)
- Cambios fisiológicos durante el embarazo (volumen sanguíneo y composición de la sangre, adaptaciones del embarazo; función cardiovascular, pulmonar, gastrointestinal, renal y metabólica, papel de la placenta en la nutrición del feto)
- Requerimientos específicos de las mujeres embarazadas.
  - Vitaminas(B6, A, E, K, D, ácido fólico y ácido ascórbico)
  - Minerales (calcio, fosforo, hierro, zinc, cobre, sodio, magnesio, fluoruro y yodo)
- Distribución de nutrientes
- Ejercicio
- Suplementación nutricional durante el embarazo
- Alimentación durante el embarazo
  - Consumo alimentario
  - Grupo de alimentos que debe incluir la alimentación de la embarazada en relación a su edad
  - Consumo de alcohol, síndrome de alcoholismo fetal
  - Sustancias no nutritivas de los alimentos
  - Uso de la cafeína, edulcorantes artificiales; utilización y efectos en la mujer embarazada
- Creencias, abstinencias, avideces y aversiones
- Características psicológicas y sociales de la mujer embarazada
- Complicaciones del embarazo relacionadas con la dieta
  - Náuseas y vómitos. Sugerencias para su manejo
  - Pirosis. Recomendaciones para su manejo
  - Estreñimiento y hemorroides. Recomendaciones para su manejo
  - Edema y calambres en las piernas. Recomendaciones para su manejo
  - Anemia. Recomendaciones para su manejo
- Indicaciones dietéticas en patologías más comunes durante el embarazo (obesidad, toxemia, DMG)

## Unidad 3.- MANEJO NUTRIMENTAL DE LA MUJER LACTANTE

- Características biológicas, psicológicas y sociales de la mujer lactante
- Ventajas del amamantamiento
- Promoción de la lactancia por OMS y UNICEF
- 10 pasos para una lactancia exitosa
- Fisiología de la lactación
- Requerimientos nutricionales de la lactación
- Distribución de nutrientes
- Amamantamiento (preparación, cuidados especiales en la alimentación, alimentos organolépticos, técnica, duración de la tetada, ejercicio, problemas comunes, reanudación de la lactancia, extracción y almacenamiento de la leche, técnica canguro).

## Unidad 4.- MANEJO NUTRIMENTAL EN EL PRIMERO Y SEGUNDO AÑO DE VIDA

### Lactante menor

- Crecimiento y desarrollo del recién nacido y el lactante menor

- Condiciones biológicas, psicológicas y sociales
- Comparación leche de vaca y leche materna
- Factores anti-infecciosos de la leche materna
- Formulas infantiles; tipos e indicación.
- Caries dentales por el biberón y otros problemas asociados a la alimentación
- Introducción de la dieta complementaria
- Diseño de la alimentación del lactante (consistencia, alimentos alergénicos, elaboración de menús, técnicas de preparación de papillas)
- Desarrollo de habilidades para la alimentación
- Recomendaciones generales para la alimentación del lactante. Problemas que se presentan.
- Requerimientos nutricional
- Distribución de nutrientes
- Evaluación nutricional y herramientas de evaluación antropométrica y motora para el lactante. Tablas OMS 2007

#### Lactante mayor

- Crecimiento y desarrollo del lactante
- Cambio en su alimentación
- Tamaño de las porciones
- Tipo de alimento
- Alimentación forzada y lugar donde debe comer el niño
- Alimentos alergénicos
- Diseño de la alimentación del lactante (elaboración de menús, técnicas de preparación y combinación de alimentos)
- Requerimientos nutricionales
- Distribución de nutrientes
- Evaluación nutricional y herramientas de evaluación antropométrica y motora para el lactante. Tablas OMS 2007

#### Unidad 5.- MANEJO NUTRIMENTAL DEL PREESCOLAR

- Características fisiológicas, biológicas, psicológicas y sociales del niño preescolar
- Crecimiento y desarrollo del preescolar, tablas OMS 2007
- Requerimientos nutrimentales del preescolar
- Distribución de nutrientes
- Características de la dieta del preescolar
- Diseño de la alimentación del preescolar (elaboración de menús, preparación de platillos)
- Manejo del niño que no quiere comer
- Metodología para medir su estado nutricional

#### Unidad 6.- MANEJO NUTRIMENTAL DEL ESCOLAR

- Características fisiológicas, biológicas, psicológicas y sociales del niño escolar.
- Crecimiento y desarrollo del escolar, tablas OMS 2007
- Características de la dieta del escolar.
- Requerimientos nutricionales del escolar.
- Distribución de nutrientes
- Diseño de la alimentación del escolar (elaboración de menús, refrigerios, preparación de platillos)
- Establecimiento de hábitos de alimentación, fuera de su entorno familiar.
- Metodología para medir su estado nutricional

#### Unidad 7.- MANEJO NUTRIMENTAL DEL ADOLESCENTE

- Clasificación por rango de edad en la etapa de pubertad y adolescencia en niños y niñas

- Características fisiológicas, biológicas, psicológicas y sociales del adolescente.
- Clasificación de la madures sexual y valoración del crecimiento y desarrollo del adolescente (estadios de tanner y tablas OMS 2007).
- Requerimientos nutricionales del adolescente
- Distribución de nutrientes
- Diseño de la alimentación del adolescente (elaboración de menús, preparación de platillos)
- Recomendaciones específicas en la alimentación del adolescente.
- Metodologías para medir su estado nutricional
- Atención nutricional en situaciones de riesgo comunes en la adolescencia (deportes, anemia, TCA, adicciones y embarazo).

#### Unidad 8.- MANEJO NUTRIMENTAL DEL ADULTO JOVEN

- Características fisiológicas, biológicas, psicológicas y sociales del adulto joven.
- Características de la dieta
- Requerimientos nutricionales del adulto
- Distribución de nutrientes
- Recomendaciones específicas en la alimentación del adulto joven.
- Diseño de la alimentación del adulto sano (elaboración de menús, preparación de platillos)
- Efecto de los alimentos sobre la salud emocional
- Alternativas para la prevención de enfermedades crónico degenerativas más comunes en esta etapa de la vida (obesidad, diabetes, osteoporosis e HTA)
- Metodologías para medir su estado nutricional.

#### Unidad 9.- MANEJO NUTRIMENTAL DEL ADULTO MAYOR

- Clasificación por grupo de edad.
- Características fisiológicas, biológicas, psicológicas y sociales del adulto mayor.
- Problemas del adulto mayor que afectan su estado de nutrición.
- Requerimientos nutricionales para el adulto mayor.
- Distribución de nutrientes
- Características de la dieta.
- Diseño de la alimentación del adulto mayor (elaboración de menús, preparación de platillos)
- Actividad física en el adulto mayor
- Recomendaciones específicas en la alimentación del adulto mayor.
- Evaluación antropométrica del adulto mayor
- Evaluación de independencia del adulto mayor: Índice de Katz y mini-nutritional assesment

## 7. ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE POR CPI

El abordaje teórico-práctico de la asignatura apunta a desarrollar en el alumno una actitud crítica hacia la información, capacidad de análisis y juicio valorativo, creatividad, espíritu de investigación, disposición para el trabajo en equipo interdisciplinario y hábitos de Autoaprendizaje a través de la educación continúa.

Los contenidos se desarrollarán a través de distintas estrategias didácticas, con una importante participación de los alumnos, individualmente y en grupo, con la coordinación permanente del docente:

- Clases teóricas
- Clases prácticas
- Abordaje y resolución de problemas
- Estudio de casos

En cada clase se realizarán integraciones interactivas de conceptos estudiados en clases anteriores y se evaluará diariamente al alumno mediante preguntas orales y / o escritas y la





|  |   |   |
|--|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Casos clínicos</li> <li>• Exposiciones</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Se aplicarán por escrito.</li> <li>• Se entregara por equipo 4 casos clínicos de los cuales son niño, mujer, adulto joven y anciano; cada caso debe contar con historia clínica, evaluación nutricional, elaboración de dietas (menú y raciones), lista de equivalentes con alimento recomendado señalado distinto cada mes, tríptico, anecdotario y recomendaciones como mínimo cada caso debe de tener 3 evaluaciones.</li> <li>• Presentación oral clara y fluida con información actual y completa.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Casa y Aula</li> <li>• Aula</li> </ul> |
|--|---|---|

## 9. CALIFICACIÓN

Exámenes (4) 30%  
Trabajos 40%  
Casos clínicos 20%  
Prácticas 10%

## 10. ACREDITACIÓN

Asistir a 80% de las clases y las prácticas.  
Calificación mínima de 60.  
Los alumnos que no logren una calificación aprobatoria tendrán derecho a un examen extraordinario.  
El examen extraordinario será teórico.  
Entrega de tareas, trabajos, exposiciones, trípticos y reportes de prácticas.

## 11. BIBLIOGRAFÍA

### BIBLIOGRAFÍA BÁSICA

1. Brown J. (2006). "Nutrición en las diferentes etapas de la Vida". 2ª Edición. USA: Mc Graw Hill.
2. Casanueva E. (2008). "Nutriología Medica". 3ª Edición. México: Fundación Mexicana Para La Salud.
3. Krause M., Escoot-Stum S. y Cols. (2001). "Nutrición y Dietoterapia de Krause". 10ª Edición. Pensylvania, USA: Mc

Graw-Hill Interamericana.

4. Pérez L., (2008) "Manual de Dietas Normales y Terapeuticas: Los alimentos en la Salud y la Enfermedad". 5ª

Edición: México. Editorial PRENSA MEDICA MEXICANA.

5. Shils M., Olson J., Shike M., Ross A. (2002). "Nutrición en Salud y Enfermedad". 9ª Edición. Editorial Mcgraw-Hill Interamericana.

#### **BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA**

1. Salas S. J., Bonada S., Trallero C., Saló S., Burgos P., (2008). "Nutrición Y Dietética Clínica". 2a Edición.

Barcelona, España.