

PROGRAMA DE ASIGNATURA - SÍLABO
1. DATOS GENERALES

Modalidad: PRESENCIAL ESPE MATRIZ SANGOLQUI	Departamento: CIENCIAS ECON. ADMIN. Y	Área de Conocimiento: HOTELERIA		
Nombre Asignatura: DIETETICA Y NUTRICION (2.0)	Período Académico: PREGRADO S-I MRZ19 - JUL19		Eje de Formación	
Fecha Elaboración: 14/05/18 10:01 AM	Código: 21073	NRC: 4581	No. 2	Nivel: PREGRADO
Docente: ACOSTA MEJIA ELOISA SUSANA esacosta@espe.edu.ec	Sesiones/Semana:			
	Teóricas: 2		Prácticas/Laborator 0	

Descripción de la Asignatura:

La asignatura de Dietética y Nutrición, pertenece al eje de formación profesional en el área de conocimiento gastronómico, es una materia a través de la cual el estudiante adquiere conocimientos específicos acerca de tipos de alimentación y su influencia en el proceso de nutrición, aplica técnicas y fórmulas matemáticas en la elaboración de dietas. Tomando en cuenta las necesidades nutricionales y las diferentes etapas de la vida, analiza e investiga el origen de las enfermedades más frecuentes causadas por los malos hábitos alimentarios y ayuda a prevenir mediante la dieta terapia los diferentes problemas en la salud.

Contribución de la Asignatura:

- Aplica un conjunto de conocimientos científicos que responden a la amplia gama del conocimiento de de nutrición y dietética, siendo una materia necesaria para establecer planificación cíclica de la alimentación del cliente interno y externo.
- Explicar cómo se provee el organismo de los nutrientes esenciales para su normal funcionamiento: Señalar cualitativa y cuantitativamente los nutrientes necesarios para el hombre en sus diferentes edades y estados fisiológicos.

Resultado de Aprendizaje de la Carrera: (Unidad de Competencia)

1. Administra empresas turísticas utilizando técnicas modernas para preservar la salud de los clientes
2. La asignatura pertenece al área curricular de formación profesional, es de naturaleza científica, cuyo propósito es:
 - Desarrollar en los alumnos un conjunto de conocimientos, técnicas y criterios para planificar una alimentación que brinde calidad de vida. y operatividad de los recursos.
 - Guía y explica a los clientes sobre la gama de productos alimenticios y géneros a utilizar en un servicio de alimentación, contribuyendo en la planificación y organización de negocios ligados al restaurante aplicando técnicas novedosas para conservar la salud y prevenir la enfermedad.
3. Programa y diseña negocios de servicio de comidas saludables promoviendo paquetes turísticos sobre la base de conocimientos técnicos y la aplicación de servicios de calidad en un ambiente saludable.
 - Aprovecha los diferentes productos en las empresas de alimentos y bebidas complementándose unas con otras

Objetivo de la Asignatura: (Unidad de Competencia)
OBJETIVO DE LA ASIGNATURA:

Proporcionar una formación adecuada en el estudiante en relación al conocimiento de las propiedades de los alimentos, desarrollando capacidades necesarias para el desarrollo de actividades orientadas a la nutrición, considerando necesario comprender las implicaciones de la alimentación en la salud, generando de esta manera bienestar y salud.

Resultado de Aprendizaje de la Asignatura: (Elemento de Competencia)

- El resultado final de aprendizaje de la presente asignatura se evidenciará en la organización y realización de un evento de manera práctica, en el cual, los estudiantes puedan aplicar los conocimientos adquiridos durante el semestre.

2. SISTEMA DE CONTENIDOS Y RESULTADOS DEL APRENDIZAJE

CONTENIDOS		
Unidad 1	Horas/Min: 7:30	Resultados de Aprendizaje de la Unidad 1
DIETETICA Y NUTRICIÓN		Determina una base teórica para conocer los principios de nutrición y dietética.
1.1 alimentación		

PROGRAMA DE ASIGNATURA - SÍLABO

2. SISTEMA DE CONTENIDOS Y RESULTADOS DEL APRENDIZAJE

<p>1.1.1 el alimento y clasificación de los alimentos</p> <p>1.1.2 Los nutrientes.</p> <p>1.1.3 Pirámide nutricional</p> <p>1.1.4 grupos de alimentos</p> <p>2.2 nutrición</p> <p>2.2.1 proceso metabólico de los nutrientes</p> <p>3.3 dietética</p> <p>3.3.1 concepto de dieta</p> <p>3.3.2 dieta macrobiótica</p> <p>3.3.3 vegetarianismo</p> <p>3.3.4 dieta mediterránea</p>	<p>Tarea 1 De acuerdo a la clasificación de alimentos vista en clase, elabore una tabla con 20 alimentos y su función dentro del organismo.</p> <p>Tarea 2 Consulte la pirámide nutricional del Ecuador</p> <p>Tarea 3 consulte la historia de los grupos de alimentos</p> <p>Tarea 4 consulte que es el metabolismo, que regula en el organismo y su importancia</p> <p>Tarea 5 consulte y exponga que parámetros saludables debe cumplir una dieta, que objetivos persigue y cuales son las características de las dietas solicitadas por la docente.</p>
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

CONTENIDOS		
Unidad 2	Horas/Min: 13:00	Resultados de Aprendizaje de la Unidad 2
PRINCIPIOS DE UNA ALIMENTACIÓN SALUDABLE		Elabora cálculos para elaboración de menús saludables bajo principios de valoración nutricional.
2.1. alimentación saludable		
2.1.1 principios de una alimentación saludable.		Tarea 1 Establezca 10 normas de alimentación saludable y explique la importancia de estas para el organismo humano
2.1.2 tecnología culinaria. Afectación de la aplicación de métodos de cocción y conservación de alimentos.		Tarea 2 consulte acerca de las Super Food y establezca las ventajas y desventajas de su consumo.
2.2 metabolismo energético		
2.2.1 peso ideal respecto a la estatura		Tarea 3 Investigue el principio de peso vs. estatura.
2.2.2 índice de masa corporal y medición del gasto energético		Tarea 4 aplique los principios de la IMC en sus datos personales y en el de cada uno de los componentes de su familia
2.3 las dietas con respecto al peso y estatura		
2.3.1 elaboración de dietas		Tarea 5 Elabore un ciclo de dietas para adultos sanos u explique que objetivo se persigue con esta dietas.
2.4 el menu saludable		
2.4.1 taller sobre meús saludables.		Tarea 6 consulte sobre el factor nutricional de los alimentos ancestrales en la dieta diaria ecuatoriana.

PROGRAMA DE ASIGNATURA - SÍLABO

2. SISTEMA DE CONTENIDOS Y RESULTADOS DEL APRENDIZAJE

CONTENIDOS	
Unidad 3 DIOTOTERAPIA Y PATOLOGÍAS EN LAS DIFERENTES ETAPAS DE LA VIDA	Horas/Min: 13:30 Resultados de Aprendizaje de la Unidad 3 Proponer directrices nutricionales, vinculadas con los diferentes grupos humanos y patologías que se presentan durante las diferentes etapas de la vida.
3.1 DIOTOTERAPIA Explicación teórica	Tarea 1 Realizar un análisis de los factores favorables y adversos de la dietoterapia.
3.2 Alimentación Y PATOLOGÍAS	Tarea 2 consulte y exponga las enfermedades generadas del consumo en exceso o deficit de macronutrientes.
3.3 Alimentación EN LAS DIFERENTES ETAPAS DE LA VIDA	Tarea 3 realice un ciclo semanal de menús para mujeres en embarazo
3.3.1 ALIMENTACIÓN EN EL EMBARAZO	Tarea 4 consulte cuáles son los factores más comunes que inciden en la desnutrición infantil
3.3.2 ALIMENTACIÓN EN LA NIÑEZ	Tarea 5 realizar un ensayo analizando cómo influye el medio social en la alimentación de los jóvenes.
3.3.3 ALIMENTACIÓN EN LA JUVENTUD	Tarea 6 consulte y exponga cuáles deben ser las características de la alimentación en un adulto sano y que factores inciden para generar enfermedades en el adulto mayor.
3.3.5 ALIMENTACIÓN EN LA MADUREZ	Tarea 7 Qué factores alimenticios influyen en la muerte temprana de los adultos mayores.
3.3.5 ALIMENTACIÓN EN LA TERCERA EDAD	Tarea 8 CONSULTE Y EXPONGA CUÁLES DEBEN SER LAS CARACTERÍSTICAS DE LA ALIMENTACIÓN EN UN ADULTO SANO Y QUE FACTORES INCIDEN PARA GENERAR ENFERMEDADES EN EL ADULTO MAYOR.
3.4 Enfermedades Alimentarias	Tarea 9 consulta y exposición de las enfermedades alimentarias, causas, desarrollo, tratamientos.
Explicación teórica y estudio de casos	

3. PROYECCIÓN METODOLÓGICA Y ORGANIZATIVA PARA EL DESARROLLO DE LA
Metodos de Enseñanza - Aprendizaje

- 1 Grupos de Discusión
- 2 Clase Magistral
- 3 Investigación Exploratoria
- 4 Estudio de Casos

Empleo de Tics en los Procesos de Aprendizaje

- 1 Aula Virtual
- 2 Material Multimedia

PROGRAMA DE ASIGNATURA - SÍLABO
5. DISTRIBUCIÓN DEL TIEMPO

Total	Conferencias	Clases Prácticas	Laboratorios	Clases Debates	Clases Evaluación	Trabajo autonomo del
32	22	4	0	0	6	32

6. TÉCNICAS Y PONDERACION DE LA EVALUACIÓN

Técnica de evaluación	1er Parcial	2do Parcial	3er Parcial
Lecciones oral/escrita	2	2	2
Examen Parcial	5	5	5
Tareas o guías	4	4	4
Pruebas oral/escrita	3	3	3
Participación Individual	1	1	1
Talleres	1	1	1
Estudio de Casos	1	1	1
Exposición	1	1	1
Control de Lecturas	1	1	1
Foro	1	1	1
TOTAL:	20	20	20

7. BIBLIOGRAFÍA BÁSICA/ TEXTO GUÍA DE LA ASIGNATURA

Título	Autor	Edición	Año	Idioma	Editorial
Cocina ecuatoriana tradicional	[*SIN AUTOR*]	-		spa	Internacional Ediciones Técnicas
Alimentación, nutrición, hidratación y ejercicio físico	Gil-Antuñano, Nieves Palacios	-	2012	spa	Díaz de Santos,

PROGRAMA DE ASIGNATURA - SÍLABO

FIRMAS DE LEGALIZACIÓN

FIRMADO Y
SELLADO

ELOISA SUSANA ACOSTA MEJIA
DOCENTE

CARLOS HUGO NOVOA BRITO
COORDINADOR DE AREA DE CONOCIMIENTO

EFREN ALBERTO CISNEROS JACOME
DIRECTOR DE DEPARTAMENTO