

UNIVERSIDAD NACIONAL DE ASUNCIÓN
FACULTAD POLITÉCNICA
GESTIÓN DE LA HOSPITALIDAD
PLAN 2008
PROGRAMA DE ESTUDIOS

I. - IDENTIFICACIÓN

- | | |
|------------------------------------|-------------|
| 1. Asignatura | : Nutrición |
| 2. Semestre | : Quinto |
| 3. Horas semanales | : 5 horas |
| 3.1. Clases teóricas | : 5 horas |
| 4. Total real de horas disponibles | : 80 horas |
| 4.1. Clases teóricas | : 80 horas |

II. - JUSTIFICACIÓN

El profesional de la Hospitalidad debe conocer los principios fundamentales de la nutrición. La composición nutritiva de comidas frescas y procesadas, dosis diarias recomendadas y metas relacionadas con restaurantes, rótulos de nutrición, aditivos especiales y dietas de moda, valores nutritivos de alimentos y comidas.

Esta asignatura permitirá al estudiante apropiarse de los conceptos fundamentales de nutrición, que le servirán en su manejo como profesional de la Hospitalidad.

III. - OBJETIVOS

1. Adquirir concepto de los temas relacionados con la alimentación y la nutrición.
2. Planificar la práctica alimentaría cotidiana de individuo según la orientación de su trabajo
3. Valorar la composición química de los alimentos y su efecto sobre la salud.

IV. - PRE - REQUISITO

Sanidad Alimentaria

V. - CONTENIDO

5.1. Unidades programáticas

- 1 Alimentación y nutrición
- 2 Energía y nutrientes
- 3 Aparato digestivo
- 4 Equilibrio Alimentario
- 5 Higiene alimentaria y salud pública
- 6 Administración de Servicios de Alimentación.
- 7 Dietas terapéuticas y dietas de adelgazamiento.
- 8 Metas dietéticas relacionadas con restaurantes
- 9 Unidad Formativa de Campo en servicios de alimentación hotelera, universitaria, colectiva y hospitales.

5.2. Desarrollo de las unidades programáticas

- 1 Alimentos.
 - 1.1 Concepto de alimentos.
 - 1.2 Clasificación de los alimentos.
 - 1.3 Composición química de los alimentos.
 - 1.4 Funciones de los alimentos.
 - 1.5 Grupo de los cereales, tubérculos y legumbres.
 - 1.6 Grupo de las frutas y verduras.
 - 1.7 Grupo de la leche y derivados.
 - 1.8 Grupo de las carnes, pescados y huevos.
 - 1.9 Grupo de los alimentos grasos.
 - 1.10 Otros alimentos.
 - 1.11 Los nuevos alimentos.
 - 1.12 La calidad alimentaria.
- 2 Energía y Nutrientes.
 - 2.1 Concepto de energía.
 - 2.2 Funciones de la energía en el organismo.
 - 2.3 Características de la energía utilizada en nutrición.
 - 2.4 Metabolismo.
 - 2.5 Necesidades energéticas del hombre.
 - 2.6 Concepto de nutrición y nutrientes.
 - 2.7 Nutrientes.
 - 2.7.1 Glúcidos o hidratos de carbonos.
 - 2.7.2 Lípidos o grasas.
 - 2.7.3 Proteínas.
 - 2.7.4 Vitaminas.

- 2.7.5 Minerales.
- 2.7.6 Clasificación.
- 2.7.7 Funciones.
- 2.7.8 Ingesta recomendada.
- 2.7.9 Fuentes alimentarias.
- 2.7.10 Problemas relacionados con el consumo de los nutrientes.
- 2.8 Factores determinantes del estado nutricional
- 3 Aparato Digestivo.
 - 3.1 Definición del aparato digestivo.
 - 3.2 Segmentos y glándulas del aparato digestivo.
 - 3.3 Digestión.
 - 3.3.1 Sustancias Nutritivas absorbibles.
 - 3.3.2 Fases de la digestión
 - 3.4 Absorción.
 - 3.4.1 Mecanismos de absorción
 - 3.4.2 Absorción de nutrientes
 - 3.4.3 Metabolismo de nutrientes
- 4 Equilibrio alimentario.
 - 4.1 Alimentación saludable del adulto
 - 4.2 Normas que rigen el equilibrio nutritivo
 - 4.3 Características del equilibrio nutritivo
 - 4.4 Principales relaciones entre energía y nutrientes
 - 4.5 Valores nutritivos dominantes en los diferentes alimentos
 - 4.6 Equilibrio alimentario cualitativo y cuantitativo
 - 4.7 Tablas de composición de alimentos
 - 4.8 Guías alimentarias o dietéticas.
 - 4.8.1 Pirámide alimentaria.
 - 4.8.2 Guías Alimentarias del Paraguay.
 - 4.9 Educación Alimentaria – Nutricional; Sistemas de grupos de alimentos.
 - 4.10 Reglas de oro de la alimentación saludable.
- 5 Higiene alimentaria y salud pública
 - 5.1 Higiene alimentaria.
 - 5.2 Alteración de los alimentos.
 - 5.3 Toxiinfecciones de origen alimentario.
 - 5.4 Conservación de los alimentos.
 - 5.5 Influencia de la tecnología alimentaria.
 - 5.6 Las sustancias antinutritivas.
 - 5.7 Alimentación Colectiva.
 - 5.8 Epidemiología de los trastornos de la nutrición: Enfermedades por defecto y por exceso.
- 6 Administración de servicios de Alimentación. Generalidades.
 - 6.1 Subsistema de Mercadeo: diseño de listas de comidas.
 - 6.2 Subsistema de compras
 - 6.3 Organización de un servicio de alimentación
 - 6.4 Servicio de comidas.
- 7 Dietas Terapéuticas y dietas de adelgazamiento: Generalidades.
 - 7.1 Objetivos de las dietas terapéuticas.
 - 7.2 Parámetros nutricionales modificados en las dietas terapéuticas.
 - 7.3 Realización de una dieta, factores determinantes para instaurar una dieta.
 - 7.4 Dietas Controladas.
 - 7.5 Dietas de adelgazamientos.
- 8 Metas dietéticas relacionadas con restaurantes.
 - 8.1 Tipos de menús.
 - 8.2 Calculo del menú equilibrado con manejos de tabla de composición de alimentos.
 - 8.3 Rendimiento de alimentos según preparaciones culinarias
- 9 Unidad Formativa de Campo en servicios de alimentación.
 - 9.1 Visita formativa a servicios de alimentación.
 - 9.1.1 Hotelera y Restaurantes.
 - 9.1.2 Hospitalaria.
 - 9.1.3 Universitaria.
 - 9.1.4 Colectiva

VI. - ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS

1. Clases expositivas.
2. Visitas a Industrias de Alimentos y servicios de Alimentación Hotelera y Hospitalaria.
3. Discusión.
4. Debate.
5. Trabajos grupales

VII. - MEDIOS AUXILIARES

1. Pizarrón, tiza, borrador.
2. Equipos Multimedia.
3. Material bibliográfico.

VIII. - EVALUACIÓN

Acorde a la Reglamentación y Normativas vigentes en la Facultad Politécnica.

IX. - BIBLIOGRAFÍA

- Adams, M.R.-Moss, M.O./ Microbiología de los alimentos/ Adams, M.R.-Moss, M.O. –Zaragoza: Acribia 1995
- Buss, D. -Tyler, H.- Barber, S. – Crawley, H./ Manual de Nutrición/ Buss, D. -Tyler, H.- Barber, S. – Crawley, H.-Zaragoza: Acribia 1987
- Cervera, P.- Clapés, J. – Rigolfas. R. / Alimentación y Dietoterapia/ Cervera, P.- Clapés, J. – Rigolfas. R.- España: McGRAW-HILL- INTERAMERICANA ESPAÑA. S.A.U 2004- 4º edición
- Equipo de Alimentación de la Universidad J.Liebig de Giessen/ La Gran Guía de la Composición de Alimentos/ - Barcelona: Cayfosa 1998.
- Fennema, O.R. Introducción a la ciencia de los alimentos / O.R. Fennema. – Vol. I Y II – Buenos Aires: Reverté, 1982 – p.
- Frazier, W.C Microbiología de los alimentos / W.C. Frazier – Zaragoza: Acribia, 1984.
- Gava, A. Principios de la Tecnología de alimentos /A. Gava – Sao Paulo: Nóbél 1984.
- Larrañaga, I.J. Control e Higiene de alimentos / Larrañaga, I.J.- España: McGRAW-HILL/ INTERAMERICANA DE ESPAÑA, S.A.U 1999
- Mahan, L.K.- Arlin, M.T/ Nutrición y Dietoterapia/ Mahan, L.K.- Arlin, M.T.- México: McMcGRAW- HILL- INTERAMERICANA, S.A. MEXICO D.F. 1995 – 8º Edición
- Montes, A.L. Bromatología/ A.L. Montes. – Buenos Aires: Universitaria, 1964.
- Potter, Norman N. La ciencia de los alimentos / Norman N. Potter. – México: Harta, 1978 – 749 p.
- Reyes, M.R./ Administración de Servicios de Alimentación/ Reyes, M.R.- Argentina: Eudeba 2001
- Schineil, H.J. Introducción a la higiene de los alimentos/ H.J. Schineil – Zaragoza: Acribia. 1981
- Schmidt, H Química y Tecnología de los alimentos/ H. Schmidt. – Chile: Salesiana. 1966.
- Solá, J.E/ Manual de Dietoterapia de las enfermedades del adulto/ Solá, J.E.- Argentina: EL Ateneo 1988.