

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

Resolución N° 21/16/04-00 Acta N° 1112/09/08/2021 - ANEXO 02

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 alimentaria 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

- Ascencio, P. C. (2012). *Fisiología de la nutrición*. Disponible en: ProQuest Ebook Central <https://ebookcentral.proquest.com>
- Cervera, P., Clapés, J. y Rigolfas, R. (2004). *Alimentación y Dietoterapia*. España: McGRAW-HILL- INTERAMERICANA ESPAÑA. S.A.
- López-Espinoza, A., & Martínez, M. A. G. (2016). *La educación en alimentación y nutrición*. Disponible en: ProQuest Ebook Central <https://ebookcentral.proquest.com>
- Lutz, C. A., & Rutherford, P. K. (2011). *Nutrición y dietoterapia (5a. ed.)*. Disponible en: ProQuest Ebook Central <https://ebookcentral.proquest.com>
- Medin, R. y Medin, S. (2011). *Alimentos: introducción, técnica y seguridad*. (4° Ed.). Buenos Aires: Ediciones Turísticas
- Medin, S. (2009). *Alimentos seguros: manipulación*. Buenos Aires: Ediciones Turísticas

