



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE SINALOA  
 FACULTAD CIENCIAS DE LA NUTRICIÓN Y GASTRONOMÍA  
 LICENCIATURA EN NUTRICIÓN  
**PROGRAMA DE ESTUDIOS**



<b>1. DATOS DE IDENTIFICACIÓN</b>			
<b>UNIDAD DE APRENDIZAJE</b>	<b>NUTRICIÓN EN EL CICLO DE VIDA</b>		
<b>Clave:</b>			
<b>Ubicación</b>	2do semestre, área nutrición		
<b>Horas y créditos:</b>	<b>Teóricas:</b> 80	<b>Prácticas:</b> 16	<b>Estudio Independiente:</b> 48
	<b>Total de horas:</b> 144		<b>Créditos:</b> 9
<b>Competencia (s) del perfil de egreso a las que aporta:</b>	Implementa tratamientos nutricionales efectivos en todas las etapas de la vida y en procesos patológicos con ética y responsabilidad social		
<b>Componentes de la competencia que se desarrollan en la Unidad de Aprendizaje:</b>	Identifica los requerimientos nutricionales de un individuo o grupo poblacional en las diferentes etapas de la vida.		
<b>Unidades de aprendizaje relacionadas:</b>	EVALUACION NUTRICIONAL, CALCULO NORMAL, INGLES TECNICO II		
<b>Responsables de elaborar el programa:</b>	LN GRIZEL ZARAHÍ CASTRO URQUIZO MN LIZBETH GPE. VILCHIS DELGADO MC. ANA LIDIA LÓPEZ SANTANA		Fecha: 4 de febrero 2021
<b>Responsables de actualizar el programa:</b>			
<b>2. PROPÓSITO</b>			
Domina los fundamentos básicos de la nutrición para promover una correcta alimentación en las diferentes etapas de la vida, encausada al mejoramiento de la salud.			
<b>3. SABERES</b>			
<b>Teóricos:</b>	Conoce y evalúa los cambios fisiológicos normales de cada etapa de la vida. Detecta las necesidades nutrimentales de cada etapa de la vida, según las características individuales. Decide los requerimientos individuales necesarios para el mejoramiento y mantenimiento de la salud. Conoce y analiza las normas gubernamentales del área de la salud.		
<b>Prácticos:</b>	Elabora entrevistas para cada etapa de la vida que le permita conocer las diferentes necesidades de los individuos. Diseña material didáctico de cada etapa de la vida. Investiga información basada en evidencias científicas, según la etapa. Comunica en forma escrita y verbal la experiencia que ha adquirido en la práctica.		
<b>Actitudinales:</b>	Cuida el correcto funcionamiento del organismo de forma ética y responsabilidad social. Asume una actitud de respeto y ética a la disciplina de la nutrición, así como a sus compañeros y profesores. Cumple con normas, reglamentos, leyes institucionales. Cumple con la asistencia, participación, práctica y entrega de trabajos en tiempo y forma. Muestra actitud receptiva y propositiva ante cualquier situación.		
<b>4. CONTENIDOS</b>			

1. Nutrición durante el embarazo
  - 1.1. Duración del embarazo y cambio fisiológicos
    - 1.1.1. Primer trimestre
    - 1.1.2. segundo trimestre
    - 1.1.3. Tercer trimestre
  - 1.2. Requerimientos nutricionales, de alimentación y suplementación en el embarazo
    - 1.2.1. Programación Fetal
    - 1.2.2. Ingestas diarias recomendadas
    - 1.2.3. Recomendaciones dietéticas
  - 1.3. Complicaciones del embarazo relacionados con la dieta.
    - 1.3.1. Factores socioculturales y ambientales que impactan la alimentación.
    - 1.3.2. Factores fisiológicos y hereditarios.
    - 1.3.3. Factores dietéticos.
2. Mujer en lactancia
  - 2.1. Cambios fisiológicos Anatomía y fisiología de la glándula mamaria
    - 2.1.1. Lacto génesis
  - 2.2. Requerimientos nutricionales, de alimentación y suplementación en la lactancia
    - 2.2.1. Ingestas diarias recomendadas.
  - 2.3. Amamantamiento
    - 2.3.1. Beneficios
    - 2.3.2. Técnicas de amamantamiento
  - 2.4. Complicaciones de la lactancia.
    - 2.4.1. Factores socioculturales y ambientales que impactan la lactancia
    - 2.4.2. Factores fisiológicos y hereditarios.
    - 2.4.3. Factores dietéticos.
3. Nutrición del lactante
  - 3.1. Crecimiento y desarrollo fisiológico
    - 3.1.1. Lactante menor
    - 3.1.2. Lactante mayor
  - 3.2. Requerimientos nutricionales
    - 3.2.1. Ingesta diaria recomendada
      - 3.2.1.1. Leche materna vs sucedáneos de la leche materna
    - 3.2.2. Recomendaciones dietéticas
    - 3.2.3. Alimentación complementaria
  - 3.3. Factores relacionados con la alimentación
4. Nutrición Preescolar y escolar (a partir de los 36 meses)
  - 4.1. 4.1 Cambios fisiológicos
  - 4.2. 4.2 Alimentación del preescolar y escolar
    - 4.2.1. requerimientos nutricionales
    - 4.2.2. Dieta correcta
    - 4.2.3. factores que influyen en el consumo de alimentos
  - 4.3. Problemas nutricionales frecuentes
    - 4.3.1. Recomendaciones
    - 4.3.2. Lonchera Saludable.
5. Nutrición en el adolescente
  - 5.1. Crecimiento y desarrollo puberal
  - 5.2. Requerimientos nutricionales
    - 5.2.1. Hábitos alimenticios
  - 5.3. 5.3 Trastornos de la alimentación y otros factores que influyen
6. Nutrición en el adulto joven
  - 6.1. Cambios fisiológicos
  - 6.2. Requerimientos nutricionales
    - 6.2.1. Dieta correcta

<ul style="list-style-type: none"> <li>6.3. Factores biopsicosociales que influyen en la alimentación</li> <li>6.4. Problemas nutricionales</li> <li>7. Nutrición en la menopausia y climaterio <ul style="list-style-type: none"> <li>7.1. Cambios fisiológicos <ul style="list-style-type: none"> <li>7.1.1. Trastornos frecuentes</li> </ul> </li> <li>7.2. Requerimientos nutricionales <ul style="list-style-type: none"> <li>7.2.1. Dieta correcta</li> <li>7.2.2. Suplementación</li> </ul> </li> <li>7.3. Factores biopsicosociales que influyen en la alimentación</li> <li>7.4. Andropausia</li> </ul> </li> <li>8. Nutrición en el adulto mayor <ul style="list-style-type: none"> <li>8.1. Cambios fisiológicos</li> <li>8.2. Factores de riesgo en la alimentación <ul style="list-style-type: none"> <li>8.2.1. Cuidados nutricios</li> </ul> </li> <li>8.3. Requerimientos y recomendaciones <ul style="list-style-type: none"> <li>8.3.1. Dieta correcta y suplementación.</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>
---

**1. ACTIVIDADES PARA DESARROLLAR LAS COMPETENCIAS**

**Actividades sugeridas para el docente:**

1. Exposición del tema
2. Retroalimentación sobre el tema
3. Asesoramiento en la práctica
4. Asesoramiento en la utilización de los instrumentos para el diagnóstico
5. Organizar y coordinar el trabajo de los equipos dentro del proceso de aprendizaje, de los aspectos teóricos-prácticos
6. Propiciar ambientes de aprendizaje acorde a las necesidades de los alumnos y los objetivos de aprendizaje
7. Solicitar trabajos y tareas escritas y retroalimentarlos
8. Solicitar a los alumnos exponer ante el grupo promoviendo el análisis, la apropiación y la transmisión clara del material, evitando la repetición mecánica del mismo
9. Exposición gráfica- oral frente a grupo
10. Asesoría y acompañamiento en el proceso de aprendizaje

**Actividades sugeridas para el estudiante:**

1. Lectura previa del tema
2. Ejercicios sobre la ética profesional
3. Participación activa y dinámica en todas y cada una de las actividades implementadas por el docente
4. Participar de manera proactiva en la retroalimentación de tareas y trabajos encomendados previamente por el docente
5. Realizar exposiciones frente al grupo de manera analítico-crítico, demostrando una apropiación adecuada de los contenidos temáticos, evitando la repetición mecánica a través de la lectura
6. Llevar a cabo búsqueda de información desde diferentes marcos de referencia
7. Realizar los trabajos en equipo y colaborativos conforme a las instrucciones dadas por el docente
8. Asistir a clases en horarios acordados por la unidad académica
9. Entregar las evidencias de forma puntual

**6. EVALUACIÓN DE LAS COMPETENCIAS**

<b>6.1. Evidencias</b>	<b>Indicadores de calidad generales</b>
Manual sobre los requerimientos nutricionales en todas y cada una de las etapas de la vida.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ortografía</li> <li>2. Puntualidad de entrega</li> <li>3. Evidencia de previa revisión</li> <li>4. Referencias y citas adecuadas</li> </ol>

Portafolio de evidencias de las actividades realizadas e investigaciones	5. Contenido completo 6. Orden cronológico 7. Presentación y limpieza			
<b>6.3. Calificación y acreditación:</b>				
<b>PARCIAL:</b>	<b>ORDINARIO:</b>			
1. Asistencia: 10%	1. Parciales 60%			
2. Participación en clase: 20%	2. Trabajo final 40%			
1. Portafolio de evidencias: 20%				
2. Tareas: 20%				
3. Evaluación parcial: 30%				
<b>7. FUENTES DE INFORMACIÓN</b>				
<b>Bibliografía básica</b>				
<b>Autor (es)</b>	<b>Título</b>	<b>Editorial</b>	<b>Año</b>	<b>URL o biblioteca digital</b>
Brown, J.	Nutrición en las diferentes etapas de la vida. 5ta edición	Ed. McGrawHill	2014	ISBN: 97860715118 74.
Kaufer-Horwithz, M, Pérez-Lizaúr, A.B.	Nutriología Médica. 4ta edición	Ed. Panamericana	2015	. ISBN: 97860793564 15
<b>8. PERFIL DEL PROFESOR:</b>				
Nivel profesional de licenciatura o posgrado en nutrición, experiencia docente en nivel superior mínimo dos años, conocimientos en nutrición básica, anatomía, fisiología, bioquímica, desarrollo humano. Dominio del idioma ingles para lectura y comprensión de textos.				