Ministerio de Cultura y Educación **(Programa del año 2019)**
Universidad Nacional de San Luis
Facultad de Ciencias de la Salud
Departamento: Ciencias de la Nutrición
Area: Area 4 Formación Profesional

I - Oferta Académica

Materia	Carrera	Plan	Año	Período
TÉCNICA DIETÉTICA	LIC. EN NUTRICIÓN	11/20 09 C.D	2019	2° cuatrimestre

II - Equipo Docente

Docente	Función	Cargo	Dedicación
MARIA SILVINA CALCAGNI	Prof. Responsable	P.Adj Exc	40 Hs
ROMERO VIEYRA, MARIA AGUSTINA	Responsable de Práctico	JTP Exc	40 Hs
LIZZI, ROCIO JIMENA	Auxiliar de Práctico	A.1ra Semi	20 Hs
MUGNANI, ANA VICTORIA	Auxiliar de Práctico	A.2da Simp	10 Hs

III - Características del Curso

Credito Horario Semanal				
Teórico/Práctico	**Teóricas**	**Prácticas de Aula**	**Práct. de lab/ camp/ Resid/ PIP, etc.**	**Total**
Hs	2 Hs	Hs	2 Hs	4 Hs

Tipificación	Periodo
B - Teoria con prácticas de aula y laboratorio	2º Cuatrimestre

Duración			
Desde	**Hasta**	**Cantidad de Semanas**	**Cantidad de Horas**
05/08/2019	15/11/2019	15	60

IV - Fundamentación

Técnica Dietética: es la asignatura orientada a la "formación práctica" de profesionales de la Nutrición en el manejo de los alimentos, brindándoles los conocimientos necesarios para plantear y resolver situaciones alimentarias destinadas al hombre sano, teniendo en cuenta factores psicológicos, económicos y socioculturales que los condicionan.
Se plantean y resuelven problemas que surgen en las diversas etapas de realización de los sistemas alimentarios: adquisición, preparación, cocción, costo y conservación.
La asignatura ofrece la posibilidad de experimentar la aplicación de diferentes técnicas, en el manejo e higiene de los alimentos, como así también la promoción de participación activa del alumno y su contacto familiar y comunitario; teniendo en cuenta la importancia de rescatar preparaciones tradicionales y originarias que pueden propiciar una alimentación saludable a bajo costo y sin desvalorizar la identidad cultural alimentaria.
Se aplican principios y conocimientos de física, matemática, bromatología,microbiología y parasitología, y nutrición normal; amalgamados para el conocimiento final del alimento y que sus transformaciones resulten beneficiosas para la alimentación individual o para comunidades sanas.

V - Objetivos / Resultados de Aprendizaje

1-Adquirir los conocimientos necesarios sobre principios que rigen la elaboración de los alimentos y la práctica en selección, preparación, manipulación y distribución de los mismos.
2- Identificar los alcances de la ciencia aplicada a los alimentos en el rol del Licenciado en Nutrición.
3-Alcanzar conocimientos sobre preparación de alimentos teniendo en cuenta: presentación, valor nutritivo, aceptabilidad, digestibilidad y aspectos económicos y culturales de los mismos; potenciando la adquisición de habilidades en el manejo multidimensional del alimento con el fin de preservar la calidad total: organoléptica, microbiológica y nutricional.
4- Revalorizar la identidad local, rescatando preparaciones coquinarias tradicionales de la provincia.
5-Adquirir habilidades para desarrollar sistemas alimentarios adecuados a diferentes grupos biológicos.
6-Estimular el interés investigativo de procesos tradicionales y modernos sobre la elaboración de los alimentos, profundizando técnicas y estrategias de prevención y promoción de la salud y del trabajo en equipo.

VI - Contenidos

Unidad I

-Técnica Dietética: definición, objetivos y finalidad.
-Cocina Científica: conceptos y clasificación. Análisis y comparación. Unidades de medidas: medición de líquidos y sólidos. Conversión de unidades de medidas.
-Rol del Lic. en Nutrición en la Tecnología de los alimentos y evaluación sensorial de los alimentos.
-Operaciones fundamentales en la elaboración de los alimentos:
a) Mecánicos: concepto, clasificación, efectos en el aspecto, volumen y digestibilidad de los alimentos.
Incidencia de los procesos mecánicos sobre el estado sanitario y costo.
b) Físicos: mecanismos de transferencia calórica (conducción, convección, radiación). Métodos y procedimientos de cocción: clasificación y efectos sobre las características organolépticas de los alimentos.
Evaporación: leyes de la ebullición, diferencia entre evaporación y ebullición.
Sustracción de calor: enfriamiento, congelación. Modos prácticos y seguros de congelar los alimentos.
c) Químicos: conservación y preservación de los alimentos.
d) Biológicas: fermentos, levaduras y bacterias.
e) Operaciones Higiénico-Sanitarias.

Unidad II

- Alimentos de Origen Vegetal: composición química, clasificación, transformaciones posibles - Alimentos de Origen Vegetal: composición química, clasificación, transformaciones posibles.
a- Azúcares: edulcorantes nutritivos o calóricos. Clasificación, propiedades (poder edulcorantes, solubilidad, caramelización, inversión. Cristalización, higroscopicidad de los azúcares. Edulcorantes no nutritivos o no calóricos. Preparaciones. Helados: clasificación, componentes, características cualitativas, proceso de elaboración. - Bebidas alcohólicas: bebidas fermentadas y destiladas. Características y composición química. Valor calórico.
b- Cereales y derivados: definición, estructura, composición química, tipos de cereales. Modificaciones de los cereales por cocción. Harina: composición, gelatinización del almidón. Formación de masa: gluten, propiedades. Sistemas alimentarios a Edulcorantes no nutritivos o no calóricos. Sistemas alimentarios. Helados: clasificación, componentes, características cualitativas, proceso de elaboración.
c- Legumbres: definición, composición química. Tipos, transformación por cocción. Importancia nutricional de las legumbres. Leches vegetales.
d- Semillas: definición, valor alimentario, sub productos. Preparaciones.
e- Hortalizas: estructura, composición química, clasificación contenido en hidratos de carbono y en agua y lípidos. Transformaciones y valor nutritivo en relación con el medio de cocción. Conservación. Preparaciones.
f- Frutas: definición, clasificación según hidratos de carbono, agua y lípidos. Composición química, valor nutritivo de frutas frescas acuosas y deshidratadas o desecadas. Valor nutritivo de frutas secas. Conservación. Preparaciones con frutas.

Unidad III.

Alimentos de origen animal: estructura y composición.
a- Leche y derivados: composición, valor nutricional. Modificaciones: por acción del calor, espontánea y por agregado de ácidos. Tipos de leche, conservación. Crema de leche o nata. Manteca. Quesos. Yogur. Kefir. Kumis. Ricota y cuajada, dulce de leche. Sistemas alimetarios.
b- Huevo: composición, valor nutricional, estructura, conservación, utilización. Modificaciones: espontáneas, por medios

mecánicos. Poder coagulante, emulsionante y espumante. Sistemas alimentarios.
c- Carnes (vacuna, pollo, pescado, cerdo, animales de caza): estructura, composición, valor nutricional y utilización. Caracteres organolépticos. Consistencia. Cambios pos mortem del músculo (rigor mortis y maduración) vísceras. Cortes: denominación y localización, calidad y utilización de los diversos cortes. Modificaciones: por calor, enfriamiento y congelación. Métodos de conservación. Sistemas alimentarios.

Unidad IV
-Grasas y aceites: definición, clasificación, composición química, valor nutricional, caracteres organolépticos, consistencia, punto de fusión.
- Cocción de los alimentos en diferentes medios grasos. Absorción lipídica. Modificaciones de los aceites por acción del calor.
-Emulsiones, tipos, preparaciones, factores que intervienen en la rotura y re composición de la emulsión.
-Salsas: clasificación, salsas básicas y derivados. Sopas.
- Condimentos: clasificación, especias y hierbas. Aplicación.
- Alimentos estimulantes: café, té, yerba mate, cacao. Composición, propiedades. Valor nutritivo. Usos.
- Alimentos minerales: agua: concepto, clasificación (agua corriente, agua mineral, agua mineralizada, etc.), composición química, cantidad de agua de los alimentos. Sal. Valor alimentario de los alimentos de origen mineral.
Bebidas alcohólicas: bebidas fermentadas y
destiladas. Características y composición química. Valor calórico.

VII - Plan de Trabajos Prácticos

Cada práctico de laboratorio deberá ser presentado de forma oral, en fecha a convenir al inicio de la cursada. Para ello el estudiante conformara grupos de 4 integrantes que deberán elaborar y resolver las consignas del Trabajo practico planificado y asignado para cada encuentro en el laboratorio.
Las consignas de cada TP y la forma de presentación y evaluación de la actividad, serán informadas al inicio de la cursada, para que cada grupo pueda prepararse con antelación y realizar las consultas que requieran.

Trabajo Práctico 1: Estandarización de medidas. Elaboración de sistemas alimentarios donde se observen propiedades físico químicas del azúcar: merengues, bombones de fruta, paletas de colores, mermelada de manzana.

Trabajo Práctico 2: Sistemas alimentarios a base de harina de trigo y harinas que no formen gluten (fécula de mandioca, harina de arroz, fécula de papa.)

Trabajo Práctico 3: búsqueda de precios de lista de composición química del SARA.

Trabajo Práctico 4: Descripción del aumento de masa total de los granos de cereal y legumbres enteros con respecto al peso seco. Combinación para suplementación proteica.

Trabajo Práctico 5: Elaboración de sistemas donde se observe poder coagulante y espumante del huevo. Sistemas alimentarios con leche y diversos tipos de queso.

Trabajo Práctico 6: Elaboración de sistemas alimentarios con carne: vacuna, de cerdo, pollo y vísceras. Elaboración de sistemas alimentarios con horatlizas y frutas que complementen un menú con alimentos cárneos.

Trabajo Práctico 7: "Rescate y Revalorización de las preparaciones tradicionales". Rescate de recetas tradicionales familiares y de la comunidad en que vive el alumno. Preparación de una receta a elección con análisis del valor alimentario de cada ingrediente, operaciones fundamentales, cambios físico-químicos de los alimentos empleados, cálculo de costo y valor calórico total y por ración. Salsas, Emulsiones, Grasas y Aceites. Preparación a partir del procedimiento de salteado. Preparación donde se observe el gratinado. Elaboración de una mayonesa y a partir de ella preparación de variedad de salsas. Elaboración de diferentes salsas.

VIII - Regimen de Aprobación

Para Regularizar el Curso:
Correlativas regularizadas.
- Cumplir con el 80% de la asistencia.
- Presentación y aprobación del 100% de los trabajos prácticos
- Aprobar 2 exámenes (con dos recuperatorios para cada parcial) con una nota igual o mayor a 6 (que será equivalente al 60% de los contenidos evaluados).

Para aprobar el Curso:
- Aprobar un examen Final a Programa abierto: al cual podrá acceder únicamente el estudiante en condición de “alumno regular”, requiriendo al menos la calificación de cuatro (4) puntos para su aprobación (que será equivalente al 60% de los contenidos evaluados).

-La materia no acepta la condición de libre ni Promoción.

IX - Bibliografía Básica

[1] Cervera, P; Clapes, J; Rigoflas, R. Alimentación y Dietoterapia, 3ra ed. 1999.-
[2] Código Alimentario Argentino, revisión 2010.
[3] Falgor, Oscar Francisco; GMP – HACCP- Buenas prácticas de manufactura: análisis de peligros y control de puntos
[4] críticos, ed. 2000.
[5] Garda, M. Rita, Técnicas del manejo de los alimentos, Edit. Eudeba, ed. 2009.
[6] Garimaldi, O, Los alimentos y su manejo, Ediciones Macchi, ed. 1968.
[7] Jay, James; Microbiología moderna de los alimentos, 4ta ed.,2002.
[8] Lema, Sivia. Guías Alimentarias, Manual de Multiplicadores,Bs. As.,2003.
[9] Longo, E.; Navarro, T. Elizabeth. Técnica Dietoterápica. Ed. El Ateneo, 2019.
[10] López – Suárez, Fundamentos de la Nutrición Normal, Bs As. Ed. El Ateneo, 2002.
[11] Madigan, Michael; Brock, Biología de los microorganismos, Madrid, Pearsons educación,2009.
[12] Nelson, Jennifer, Moxness, Kare; Jensen, Michael; Gastineau, Clifford, Dietética y Nutrición, Manual de Clínica mayo
[13] Ed. Harcourt brace, 1993

X - Bibliografia Complementaria

[1] Dafne Raele, F. (2018) Nutrición holística. Edit Planeta
[2] Palmetti, N. (2010) Nutrición Vitalizante. 1er ed. Córdoba: el autor.
[3] Rey, A. M; Silvesrte A.A, Comer sin riesgos.
[4] Las madres sanluiseñas, PRANI
[5] www.fao-oms.org
[6] www.inta.gov.ar
[7] Recetas con aroma cuyano, rescatando lo autóctono desde la historia familiar, Plan Nacional de Seguridad Alimentaria

XI - Resumen de Objetivos

Que los alumnos adquieran conocimientos necesarios en la selección, elaboración, manipulación y distribución de los alimentos; teniendo en cuenta: presentación, valor nutritivo, aceptabilidad, digestibilidad, aspectos económicos y culturales de los mismos. Como así también mantengan el interés investigativo de procesos de elaboración de los alimentos; y que aprehendan técnicas y estrategias de prevención y promoción de la salud, apuntando a un estilo de vida saludable.

XII - Resumen del Programa

-Operaciones fundamentales en la elaboración de los alimentos (mecánicas, físicas, químicas y biológicas).
- Alimentos de origen vegetal: azúcares, cereales y derivados, legumbres, semillas, hortalizas y frutas.
-Alimentos de origen animal: leche, huevo y carnes.
- Grasas y aceites. Alimentos estimulantes. Alimentos de origen mineral: sal y agua

- Rescate y re valorización de preparaciones tradicionales

XIII - Imprevistos

Los imprevistos se analizarán en el momento de presentarse por el equipo docente.

XIV - Otros