



Ministerio de Cultura y Educación  
 Universidad Nacional de San Luis  
 Facultad de Ciencias de la Salud  
 Departamento: Ciencias de la Nutrición  
 Area: Area 4 Formación Profesional

(Programa del año 2014)  
 (Programa en trámite de aprobación)  
 (Presentado el 13/11/2014 10:42:37)

### I - Oferta Académica

Materia	Carrera	Plan	Año	Período
TÉCNICA DIETÉTICA	LIC. EN NUTRICIÓN	11/09 RM 1861/ 11	2014	2° cuatrimestre

### II - Equipo Docente

Docente	Función	Cargo	Dedicación
LORENZO, GRACIELA ANGELICA	Prof. Responsable	P.Adj Exc	40 Hs
ROMERO VIEYRA, MARIA AGUSTINA	Responsable de Práctico	A.1ra Exc	40 Hs

### III - Características del Curso

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

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

Duración			
Desde	Hasta	Cantidad de Semanas	Cantidad de Horas
13/08/2014	28/11/2014	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 alimentos: 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 base de harina: batidos (panqueques, pasta de freír, pasta choux, pionono, bizcochuelo, torta) y amasados (pasta real, hojaldre, pastas). Pan: etapas de la panificación, función de los ingredientes, tipos y variedades de panes. Preparaciones. Harinas que no forman gluten: valor alimentario y preparaciones.
  - 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.

Preparaciones.

b- Huevo: composición, valor nutricional, estructura, conservación, utilización. Modificaciones: espontáneas, por medios mecánicos. Poder coagulante, emulsionante y espumante. Preparaciones.

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. Preparaciones.

### **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.

## **VII - Plan de Trabajos Prácticos**

Cada trabajo práctico deberá contener: cálculo calórico del total de sistema y por ración, cálculo de costo en base a precios actualizados y descripción de las Operaciones Fundamentales ocurridas durante la elaboración de los sistemas propuestos.

Trabajo Práctico 1- Estandarización de medidas. Operaciones fundamentales.

Trabajo Práctico 2- Elaboración de barra de cereal energética con almíbar. Observación de los distintos puntos del almíbar.

Trabajo Práctico 3- Sistemas alimentarios a base de harina de trigo. Descripción del aumento de masa total de los granos de cereal entero con respecto al peso seco.

Trabajo Práctico 4- Elaboración de sistemas alimentarios a base de harinas y féculas que no forman gluten. Etapas de la panificación.

Trabajo Práctico 5- Elaboración de sistemas alimentarios con legumbres, semillas, hortaliza y frutas. Elaboración de dos sistemas

con vegetales que contengan 100 Cal y 200 Cal respectivamente.

Trabajo Práctico 6- Elaboración de sistemas donde se observe poder coagulante y espumante del huevo. Sistemas alimentarios con leche, queso fresco y manteca.

Trabajo Práctico 7- Elaboración de sistemas alimentarios con carne: vacuna, de cerdo, pollo y vísceras.

Trabajo Práctico 8- 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 mayonesa sin huevo. Elaboración de diferentes salsas.

Trabajo Práctico 9- "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.

## VIII - Regimen de Aprobación

Al inscribirse en el curso de Técnica Dietética el alumno deberá cumplir con los siguientes requisitos:

\*Materia Cursada: Bromatología, Microbiología y Parasitología Alimentarias y Nutrición Normal I.

\*Materia Aprobada: Anatomía y Fisiología II.

\*Para rendir deberá tener materias rendidas y aprobadas: Bromatología, Microbiología y Parasitología Alimentarias y Nutrición Normal I.

Régimen Promocional: para promocionar el alumno deberá cumplir con los siguientes requisitos:

-Asistencia al 80% de las clases teóricas y teóricas prácticas.

-Aprobar 2 parciales con una nota igual o mayores a 7 puntos.

-Presentación y aprobación del 100% de los trabajos prácticos propuestos por el curso.

-Aprobar una evaluación integradora con una nota mayor o igual a 7 sin derecho a recuperación.

-Sólo podrán acceder a un Recuperatorio (1) los alumnos que presenten justificación de inasistencia por: maternidad, enfermedad, trabajo (dentro de las 24hs posteriores a la evaluación)

Régimen Regular: para regularizar el curso el alumno deberá cumplir con los siguientes requisitos:

-Asistencia al 60% de clases teóricas y teórico - prácticas.

-Aprobación del 100% de los trabajos prácticos.

-Aprobar 2 parciales con una nota igual o mayor a 4 (que equivale al 60% de la evaluación parcial), con derecho a un recuperatorio (1) por cada parcial, 2 recuperatorios en total, con una nota mayor o igual a 4 (que equivale al 60% de la evaluación parcial).

-Rendir un examen final oral.

- Sólo se podrá acceder a 1 recuperatorio más con la debida justificación según Ord. 13.

## 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, 1994.

[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

[14] X

## X - Bibliografía Complementaria

[1] - Rey, A. M; Silvesrte A.A, Comer sin riesgos.

[2] - Las madres sanluiseñas, PRANI

[3] - www.fao-oms.org

[4] - www.inta.gov.ar

[5] - 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**

--

### **ELEVACIÓN y APROBACIÓN DE ESTE PROGRAMA**

	<b>Profesor Responsable</b>
Firma:	
Aclaración:	
Fecha:	