



# UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA

## Centro Universitario de la Costa Sur

### PROGRAMA DE ASIGNATURA DE LA LICENCIATURA EN NUTRICIÓN

#### Perfil Profesiográfico

*Es un profesionalista capaz de evaluar el estado nutricional de la población a nivel colectivo e individual, administrar programas de alimentación, nutrición y educación, realizar investigación en estas áreas, e integrarse a equipos multidisciplinarios para incidir significativamente en la situación alimentaria nutricia, mediante acciones de prevención, promoción y atención.*

#### 1.- IDENTIFICACIÓN.

Centro Universitario de la Costa Sur

#### 2.- DEPARTAMENTO.

Ciencias de la Salud y Ecología Humana

#### 3.- ACADEMIA

Fundamentos de Nutrición

#### 4.- NOMBRE DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE.

Selección y preparación de alimentos

#### 4.1.- ÁREA DE FORMACIÓN:

Básico Particular Obligatoria

| CLAVE | TIPO         | HRS.<br>TEORÍA | HRS.<br>PRÁCTICAS | HRS.<br>TOTALES | CRED. | PRERREQUISITO           |
|-------|--------------|----------------|-------------------|-----------------|-------|-------------------------|
| I8840 | Curso-Taller | 17             | 51                | 68              | 5     | Bioquímica de alimentos |

#### 5.- ELABORADO POR:

Cristina Jiménez Camberos  
Agosto 2015

#### 6.- FECHA DE ÚLTIMA ACTUALIZACIÓN.

Junio 2023



# UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA

## Centro Universitario de la Costa Sur

### PROGRAMA DE ASIGNATURA DE LA LICENCIATURA EN NUTRICIÓN

#### 7.- NOMBRE DEL PROFESOR.

Mtra. Cristina Jiménez Camberos

#### 8.- FORMACIÓN ACADÉMICA.

- Licenciatura: Nutrición
- Técnico en gastronomía
- Maestría: Gerencias de Programas en Inocuidad de Alimentos

#### 9.- EXPERIENCIA PROFESIONAL.

- H. G. Z. 20 del Instituto Mexicano del Seguro Social
- Clínica Guadalupana
- H. Ayuntamiento Municipal de El Grullo, Jalisco
- DIF Municipal El Grullo, Jalisco
- Encargada del Laboratorio de Alimentos y Bebeidas CUCSUR
- Encargada de protocolo y logística, Coordinación de Extensión, CUCSUR
- Profesor e investigador Docente asociado "A".

#### 10.- PERFIL DOCENTE.

Licenciado en Nutrición con especialidad en manejo higiénico de alimentos, habilidades administrativas y experiencia en el manejo de Servicios de Alimentos. En constante actualización disciplinar, capaz de formar recursos humanos en nutrición competentes para la selección de alimentos y diseño de menús considerando todas las variables y aplicando técnicas culinarias con estándares de calidad nacional, así como la normatividad vigente.

#### 11.- PRESENTACIÓN Y FUNDAMENTACIÓN.

La selección y preparación de alimentos son imprescindibles para el nutriólogo en cualquiera de las áreas de la nutrición ya que permite asegurar la menor pérdida de nutrimentos y por consiguiente el mejor aprovechamiento de los alimentos; así como aplicar las técnicas culinarias para adecuar consistencias y tipos de combinaciones de alimentos según el tipo de comensal, sin que por ello se tenga que sacrificar sabor o gusto por el platillo en cuestión.

#### 12.- UNIDAD DE COMPETENCIA.

Aprende a seleccionar alimentos de calidad para la compra, almacenamiento y costeo, así como la preparación de alimentos conservando el contenido nutrimental a la hora de su preparación y teniendo una merma mínima..

#### 13.- COMPETENCIA(S) DEL PERFIL DE EGRESO.

Profesionales



# UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA

## Centro Universitario de la Costa Sur

### PROGRAMA DE ASIGNATURA DE LA LICENCIATURA EN NUTRICIÓN

Integra los conocimientos adquiridos para la administración de servicios de alimentos en instituciones públicas y privadas, considerando las características de los comensales, los recursos materiales, financieros y humanos y aplicando los estándares de calidad nacionales, así como la normatividad vigente; selecciona y conserva materia prima para la industria y preparación de alimentos.

#### **Socioculturales**

Se compromete con el ejercicio de su profesión, considerando aspectos éticos-normativos aplicables en la atención de la salud, respetando la diversidad de los individuos, con apego a los derechos humanos, respondiendo con calidad a las demandas laborales, profesionales y sociales;

#### **Técnico-instrumentales**

Comprende y utiliza tecnología de la información y comunicación (oral y escrita) apropiadas en todas las áreas de su desempeño, con ética, responsabilidad y visión humanística, en el contexto profesional y social;

Aplica habilidades de lecto-compresión en inglés para su formación y actualización continua, así como de redacción y comunicación en ese idioma.

#### 14.- ATRIBUTOS O SABERES.

| <b>SABERES</b>    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Teóricos</b>   | <ul style="list-style-type: none"><li>• Utilizar el sistema mexicano de alimentos equivalentes.</li><li>• Conocer la NOM 251</li><li>• Conocer los criterios de selección y rechazo de los alimentos.</li><li>• Conoce el Sistema de pesas y medidas.</li><li>• Aprende a convertir de temperaturas.</li><li>• Comprender la función de los distintos instrumentos y aparatos de uso en las técnicas culinarias básicas, así como su influencia en los tiempos de operación.</li><li>• Conoce los diferentes grupos de alimentos.</li></ul> |
| <b>Prácticos</b>  | <ul style="list-style-type: none"><li>• Manejo de grupos de alimentos (Sistema Mexicano Alimentos Equivalentes)</li><li>• Manejo de los criterios de selección y rechazo de los alimentos según la Norma</li><li>• Selecciona alimentos</li><li>• Maneja las diferentes técnicas culinarias</li><li>• Manejar pesos y medidas, conversión de temperaturas</li><li>• Utilizar diferentes utensilios y equipos de cocina</li><li>• Realizar procesos culinarios.</li></ul>                                                                    |
| <b>Formativos</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Intervención en el proceso operativo fomentando la honestidad, responsabilidad y ética.</li><li>• Fomentar la creatividad y trabajo en equipo.</li></ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |



# UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA

## Centro Universitario de la Costa Sur

### PROGRAMA DE ASIGNATURA DE LA LICENCIATURA EN NUTRICIÓN

#### 15.- CONTENIDO TEÓRICO – PRÁCTICO

1. Valor nutritivo de los alimentos
  - 1.1 Dieta correcta
  - 1.2 Grupos de alimentos (Sistema Mexicano de Alimentos Equivalentes)
2. Medidas y conversiones de temperatura
  - 2.1 Conservación del valor nutritivo de los alimentos
  - 2.2 Sistemas de cocción
  - 2.3 Equipo de cocina
3. Manejo higiénico de los alimentos
  - 3.1 Requisitos del manejador de alimentos
  - 3.2 Revisión de la NOM 251
4. Cereales y Leguminosas
  - 4.1 Definición
  - 4.2 Clasificación
  - 4.3 Transporte
  - 4.4 Conservación
  - 4.5 Contenido nutricional ( macronutrientes)
  - 4.6 Criterios de selección y rechazo
  - 4.7 Técnicas culinarias apropiadas (horneado)
5. Carnes, huevo, pescados y mariscos.
  - 5.1 Definición
  - 5.2 Clasificación
  - 5.3 Transporte
  - 5.4 Sacrificio
  - 5.5 Conservación
  - 5.6 Tipos de cortes
  - 5.7 Contenido nutricional (macronutrientes)
  - 5.8 Criterios de selección y rechazo
  - 5.9 Técnicas culinarias apropiadas (asado, emulsionado)
6. Frutas y verduras
  - 6.1 Definición
  - 6.2 Clasificación
  - 6.3 Recolección
  - 6.4 Transporte
  - 6.5 Almacenamiento
  - 6.6 Contenido nutricional
  - 6.7 Criterios de selección y rechazo
  - 6.8 Técnicas culinarias apropiadas (escalfado, horneado, asado, gratinado y frito)
7. Aceites y grasas
  - 7.1 Definición
  - 7.2 Clasificación
  - 7.3 Almacenamiento



# UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA

## Centro Universitario de la Costa Sur

### PROGRAMA DE ASIGNATURA DE LA LICENCIATURA EN NUTRICIÓN

- 7.4 Contenido nutrimental
- 7.5 Técnicas culinarias apropiadas (emulsión, aceite y mantequilla aromática)
- 8. Edulcorantes
  - 8.1 Definición
  - 8.2 Clasificación
  - 8.3 Almacenamiento
  - 8.4 Contenido nutrimental
  - 8.5 Técnicas culinarias apropiadas

#### 16.- TAREAS O ACCIONES.

Realización de prácticas en el laboratorio de alimentos, exposición y trabajo en equipo.  
Elaboración de cuestionarios.

#### 17.- CAMPOS DE APLICACIÓN PROFESIONAL DE LOS CONOCIMIENTOS.

Nutrición en la administración de servicios de alimentos  
Comedores industriales  
Comedores escolares  
Industria alimentaria

#### 18.- ACREDITACIÓN.

El resultado de las evaluaciones será expresado en escala de 0 a 100, en números enteros, considerando como mínima aprobatoria la calificación de 60.

Para que el alumno tenga derecho al registro del resultado de la evaluación en el periodo ordinario, deberá estar inscrito en el plan de estudios y curso correspondiente, y tener un mínimo de asistencia del 80% a clases y actividades.

El máximo de faltas de asistencia que se pueden justificar a un alumno (por enfermedad; por el cumplimiento de una comisión conferida por autoridad universitaria o por causa de fuerza mayor justificada) no excederá del 20% del total de horas establecidas en el programa.

Para que el alumno tenga derecho al registro de la calificación en el periodo extraordinario, debe estar inscrito en el plan de estudios y curso correspondiente; haber pagado el arancel y presentar el comprobante correspondiente y tener un mínimo de asistencia del 65% a clases y actividades.

#### 19.- EVALUACIÓN DE APRENDIZAJE

| EVIDENCIAS DE DESEMPEÑO                                               | CRITERIOS DE DESEMPEÑO PROFESIONAL                                                                             | CAMPO DE APLICACIÓN                                      |
|-----------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|
| Investigaciones sobre los diversos temas, cuestionarios por cada tema | Información contenida completa y clara. Recetas preparadas en clase. Entrega en tiempo y forma con honestidad. | Nutrición en la administración de servicios de alimentos |



# UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA

## Centro Universitario de la Costa Sur

### PROGRAMA DE ASIGNATURA DE LA LICENCIATURA EN NUTRICIÓN

|                                                                                                             |                                                                                                                                                                              |                                    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|
| Prácticas de Laboratorio sobre las distintas técnicas culinarias.                                           | Presentarse a la realización de las prácticas de laboratorio de manera puntual y con su uniforme completo. Trabajar en equipo y realizar todos los procesos culinarios       | Laboratorio de Alimentos y bebidas |
| Exposición de temas asignados, elaboración de diapositivas para su exposición y entrega de resumen impreso. | Deberán presentar el tema asignado por equipo mediante una presentación, explicando, no leyendo, misma que deberá ser clara, con poco texto y apoyarse de videos e imágenes. | Aula                               |
| Exámenes parciales                                                                                          |                                                                                                                                                                              | Aula                               |
|                                                                                                             |                                                                                                                                                                              |                                    |

## 20.- PRÁCTICAS, VIAJES DE ESTUDIO, SALIDAS DE CAMPO PROGRAMADAS

| PRÁCTICA                     | TIPO        | FECHA    |
|------------------------------|-------------|----------|
| Técnicas de corte            | Laboratorio | Semana 2 |
| Escalfado y horneado         | Laboratorio | Semana 3 |
| Fritura y gratinado          | Laboratorio | Semana 4 |
| Aceites y grasa              | Laboratorio | Semana 5 |
| Huevos y salsas emulsionadas | Laboratorio | Semana 6 |
| Cereales                     | Laboratorio | Semana 7 |
| Carnes rojas                 | Laboratorio | Semana 8 |
| Pescados y mariscos          | Laboratorio | Semana 9 |

## 21.- CALIFICACIÓN

| CRITERIO           | PORCENTAJE |
|--------------------|------------|
| Acciones prácticas | 30%        |
| Manual completo    | 20%        |
| Exámenes           | 10%        |
| Cuestionarios      | 200%       |
| Exposición         | 20%        |
| TOTAL              | 100%       |



# UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA

Centro Universitario de la Costa Sur

PROGRAMA DE ASIGNATURA DE LA LICENCIATURA EN NUTRICIÓN

## 22.- BIBLIOGRAFÍA BÁSICA

| No. | ISBN             | TÍTULO COMPLETO                                                               | AUTOR            | LUGAR Y AÑO DE EDICIÓN | EDITORIAL                     | CLASIFICACIÓN |
|-----|------------------|-------------------------------------------------------------------------------|------------------|------------------------|-------------------------------|---------------|
| 1   | 84-200-0823-0    | Química Culinaria                                                             | A. Coenders      | España, 2004           | Ed. Acribia                   | 641.2         |
| 2   | 978-968-18-63081 | El manejo higiénico de los alimentos, guía para la obtención del distintivo H | Bravo Martínez   | México 2009            | Ed. Limusa                    | 664 BRA       |
| 3   | 978-970-94523-10 | Sistema Mexicano de Alimentos Equivalentes.                                   | Pérez Lizaur Ana | México, 2008           | Fomento de nutrición y salud. | 641.33        |

## 22.- BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA.

| No. | ISBN          | TÍTULO COMPLETO                                                       | AUTOR                       | LUGAR Y AÑO DE EDICIÓN | EDITORIAL                | CLASIFICACIÓN             |
|-----|---------------|-----------------------------------------------------------------------|-----------------------------|------------------------|--------------------------|---------------------------|
| 1   | 968-24-6776-4 | Preparación Higiénica de los alimentos                                | Carlos Ruíz de Lope y Antón | México                 | Ed. Trillas              | 664.06                    |
| 2   | 84-200-0894-X | Directrices para profesionales de hostelería, restauración y catering | Nicholas Johns              | 1995                   | Editorial: ACRIBIA, S.A. | Clasificación: 664.07 JHO |
| 3   | 8498910137    | Manipulación de alimentos en los huevos y derivados                   | Cevallos Atienza            | 2009                   | Alcalá                   | ---                       |
| 4   | 9788498910094 | Manipulación de alimentos en el sector de alto riesgo                 | Cevallos Atienza            | 2009                   | Alcalá                   | ---                       |



# UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA

Centro Universitario de la Costa Sur

PROGRAMA DE ASIGNATURA DE LA LICENCIATURA EN NUTRICIÓN

## LIBROS, ARTÍCULOS O REFERENCIAS EN OTRO IDIOMA

| No. | ISBN | TÍTULO COMPLETO                                          | AUTOR                                          | LUGAR Y AÑO DE EDICIÓN | EDITORIAL                         |
|-----|------|----------------------------------------------------------|------------------------------------------------|------------------------|-----------------------------------|
| 1   |      | Artículo:<br>Quality Control,<br>a model                 | William C. Hurst                               | Georgia, Marzo 2010    | College of<br>Agricultural<br>and |
| 2   |      | Journal of<br>foodservice<br>management<br>and education | Editors Kevin L. Roberts<br>and Kevin L. Sauer | Volume 5, issue 1 2011 | ---                               |

## PÁGINAS WEB DE CONSULTA

| No. | PÁGINA / DIRECCIÓN                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | TEMA                              |
|-----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|
| 1   | <a href="https://www.dof.gob.mx/normasOficiales/3980/salud/salud.htm">https://www.dof.gob.mx/normasOficiales/3980/salud/salud.htm</a>                                                                                                                                                                                                 | NOM 251                           |
| 2   | <a href="https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/197511/NMX-F-605-NORMEX-2016_7_de_diciembre_de_2015_firmada_002_.pdf">https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/197511/NMX-F-605-NORMEX-2016_7_de_diciembre_de_2015_firmada_002_.pdf</a>                                                                                 | NOM 605                           |
| 3   | <a href="https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com_content&amp;view=article&amp;id=10554:2015-comision-codex-alimentarius&amp;Itemid=41281&amp;lang=es#gsc.tab=0">https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com_content&amp;view=article&amp;id=10554:2015-comision-codex-alimentarius&amp;Itemid=41281&amp;lang=es#gsc.tab=0</a> | Codex<br>alimentarius             |
| 4   | <a href="https://www.normas-iso.com/iso-22000/">https://www.normas-iso.com/iso-22000/</a>                                                                                                                                                                                                                                             | Normas ISO                        |
| 5   | <a href="https://www.paho.org/es/panaftosa">https://www.paho.org/es/panaftosa</a>                                                                                                                                                                                                                                                     | OPS inocuidad<br>de los alimentos |

Vo. Bo. \_\_\_\_\_

**Mtra. Itza Carmina Salazar Quiñones**  
Presidente de Academia

Vo. Bo. \_\_\_\_\_

**Dra. Lucía Cristina Vázquez Cisneros**  
Secretario de Academia

Vo. Bo. \_\_\_\_\_

**Mtro. Alfredo Tomás Ortega Ojeda**  
Jefe del Departamento  
De Ciencias de la Salud y Ecología Humana