



## PROGRAMA DE ASIGNATURA

### ANTECEDENTES GENERALES

---

Carrera	NUTRICIÓN Y DIETÉTICA			
Nombre de la asignatura	Alimentos			
Código de la asignatura	<b>NUAN12</b>			
Año/Semestre	Primer año/semestre I 2025			
Coordinador Académico	<b>Viviana Pacheco Muñoz</b>			
Equipo docente	<b>Viviana Pacheco Muñoz</b>			
Área de formación	<b>Profesional</b>			
Créditos SCT	6 SCT			
Horas de dedicación	Actividad presencial	6 P	Trabajo autónomo	5 C
Fecha de inicio	07 abril 2025			
Fecha de término	15 agosto 2025			

### DESCRIPCIÓN DE LA ASIGNATURA

Asignatura obligatoria, de formación profesional, de carácter teórico-práctico. La asignatura tiene por finalidad que el estudiante sea capaz de analizar los alimentos, su composición y sus propiedades nutricionales más importantes, además de los factores que afectan sus características y componentes. Aporta al Dominio Nutrición Humana, competencia 1.1. 1.1 Diagnostica la situación alimentaria nutricional de individuos según sus características fisiológicas, fisiopatológicas, culturales y socioeconómicas, a lo largo de todo el ciclo vital, en su nivel inicial 1.1.1. Analiza la nutrición humana en sus aspectos biológicos, químicos y psicológicos. Además, aporta a la Competencia Genérica 5.1. Integra equipos de trabajo generando sinergia entre miembros, para alcanzar objetivos personales y grupales, en su nivel uncial, 5.1.1. Colabora en tareas para el logro de los objetivos.

### RESULTADOS DE APRENDIZAJE

---

- 1.1.1.10. Analiza los alimentos frescos en función de sus propiedades nutricionales
- 1.1.1.20 Analiza los alimentos procesados en función de sus propiedades nutricionales.
- 5.1.1.1. Colabora en tareas de equipo aplicando estrategias de interacción para el logro de acciones conjuntas.

## **UNIDAD I: Fundamentos de Nutrición**

### 1. Conceptos básicos

- Alimentación
- Nutrición
- Dieta
- Dietética
- Dietoterapeutica
- Menú
- Alimento
- Nutriente
- Antinutriente
- Macronutrientes
- Micronutrientes
- Suplemento nutricional
- Alimento Ultra procesado
- Soporte Nutricional (enteral, parenteral)

### 2. Los Nutrientes

- Generalidades
- Criterios de clasificación (origen, función y aporte nutricional)
- Componentes nutricionales y no nutricionales de los alimentos (antinutrientes)
- Interacción e inhibición entre nutrientes
- Biodisponibilidad de nutrientes

#### 2.1 Macronutrientes

- Proteínas
- Hidratos de carbono
- Lípidos
- Agua e hidratación (recomendaciones, fórmula de cálculo, humedad en alimentos)

#### 2.2 Micronutrientes

- Vitaminas
- Minerales

## **UNIDAD II: Fundamentos de los Alimentos**

### **Clasificación, características, composición y valor nutricional de:**

1. Huevos y derivados
2. Carnes y derivados
3. Pescados y derivados
4. Mariscos y derivados

5. Lácteos y derivados
6. Cereales y tubérculos
7. Legumbres y leguminosa
8. Verduras, hortalizas y frutas
9. Grasas, aceites y ricos en lípidos
10. Bebidas y Alcoholes
11. Estimulantes (café, te, cacao etc.)
12. Edulcorantes, condimentos y especias
13. Aditivos alimentarios
14. Alimentos industrializados (ultraprocesados)
15. Alimentos Funcionales

### UNIDAD III: CALIDAD NUTRICIONAL

1. Valor calórico de los nutrientes
2. Distribución Valor Calórico Total (VCT)
3. Uso de la tabla de composición química de los alimentos
4. Etiquetado nutricional
5. Guías alimentarias basadas en alimentos (GABAS)

### METODOLOGÍA Y EVALUACIÓN

---

Enfoque didáctico. Se declara que las estrategias didácticas son centradas en el estudiante y con orientación al desarrollo de competencias.

Para poder rendir los exámenes al final de semestre (primera y/o segunda oportunidad) el estudiante debe haber asistido a todas las evaluaciones.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE	*ESTRATEGIA DIDÁCTICA / TÉCNICA DIDÁCTICA	PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN: INSTRUMENTOS
1.1.1.10. Analiza los alimentos frescos en función de sus propiedades nutricionales	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Clases expositivas activas</li> <li>- Revisión bibliográfica autónoma</li> <li>- Lectura de documentos</li> <li>- Trabajo en equipo</li> <li>- Elaboración de material</li> <li>- Desarrollo mapas conceptuales</li> <li>- Desarrollo fichas resumen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Evaluaciones escritas</li> <li>- Rubricas de evaluación</li> </ul>
1.1.1.20 Analiza los alimentos procesados en función de sus	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Clases expositivas activas</li> <li>- Revisión bibliográfica autónoma</li> <li>- Lectura de documentos</li> <li>- Trabajo en equipo</li> <li>- Elaboración de material</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Evaluaciones escritas</li> <li>- Rubricas de evaluación</li> </ul>

propiedades nutricionales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Desarrollo mapas conceptuales</li> <li>- Desarrollo fichas resumen</li> </ul>	
5.1.1.1. Colabora en tareas de equipo aplicando estrategias de interacción para el logro de acciones conjuntas.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Clases didácticas</li> <li>- Revisión bibliográfica autónoma</li> <li>- Lectura de documentos</li> <li>- Trabajo en equipo</li> <li>- Elaboración de material</li> <li>- Desarrollo mapas conceptuales</li> <li>- Desarrollo fichas resumen</li> <li>- Trabajos expositivos</li> <li>- Trabajo en terreno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Evaluaciones escritas</li> <li>- Rubricas de evaluación</li> <li>- -Lista de cotejo</li> <li>- Autoevaluación y coevaluación</li> </ul>

\* Se proponen de manera general. Se detalla en Guía de Aprendizaje.

Se asume como condición que debe existir consistencia entre la estrategia didáctica y los procedimientos de evaluación.

#### Exigencias de la asignatura

##### 1. ASISTENCIA Y PUNTUALIDAD

La exigencia de la asignatura corresponde al 70% para todas las evaluaciones, los exámenes se registrarán según RGE. Los estudiantes que lleguen atrasados a talleres no podrán participar en la actividad, la cual será evaluada con nota mínima (1.0). En clases teóricas no se permitirá el ingreso al aula pasados 5 minutos del comienzo de la clase. La asistencia es de un 100% a trabajos prácticos (talleres). Toda inasistencia debe ser justificada según indica el RGE.

RESULTADO DE APRENDIZAJE	PONDERACION POR RA	EVALUACION	PONDERACION
1.1.1.10. Analiza los alimentos frescos en función de sus propiedades nutricionales	40%	PRUEBA I 8 abril	25%
		PRUEBA II 29 abril	25%
		PRUEBA III 3 junio	25%
		PRUEBA IV 1 Julio	25%
1.1.1.20 Analiza los alimentos procesados en función de sus propiedades nutricionales	40%	PRUEBA I	25%
		PRUEBA II	25%
		PRUEBA III	25%

		PRUEBA IV	25%
5.1.1.1. Colabora en tareas de equipo aplicando estrategias de interacción para el logro de acciones conjuntas.	20%	4 TALLERES EVALUADOS PROMEDIO	100%

## BIBLIOGRAFIA.

---

### BASICA:

- BOATELLA RIERA, JOSEP. Química y Bioquímica de los Alimentos. Universidad de Barcelona 2004. 664 BOA 2004. 2 copias
- REGLAMENTO SANITARIO DE LOS ALIMENTOS (DS 977/96)  
<https://www.dinta.cl/wp-content/uploads/2023/03/RSA-decreto-977-96-act-al-26-01-23.pdf>
- ZACARIAS I., BARRIOS L., GONZALEZ C., LOEFF T., VERA G. 8u – Universidad de Chile 2018
- ESTUDIO PARA REVISIÓN Y ACTUALIZACIÓN DE LAS GUÍAS ALIMENTARIAS PARA LA POBLACIÓN CHILENA 2013. MINSAL. Descargable desde [www.minsal.cl/wp-content/uploads/2022/12/preview.pdf](http://www.minsal.cl/wp-content/uploads/2022/12/preview.pdf)

### COMPLEMENTARIA

- GATTAS ZAROR, VIVIEN. Guía de la composición de alimentos, de la industria y de las preparaciones chilenas habituales. Primera Edición. INTA - Universidad de Chile. NO ESTA EN BIBLIOTECA
- OWEN R. FENNEMA , Química de los Alimentos, University of Wisconsin-Madison, Madison, Wisconsin
- GIL, ANGEL. Tratado de Nutrición vol I. Editorial Panamericana. 2003.

### LINKOGRAFIA

<http://datelobueno.com/wp-content/uploads/2014/05/Alimentos-Composicion-y-Propiedades.pdf>