



NUTRICIÓN BÁSICA

UNIDAD I. Conceptos Básicos de Nutrición.

1.1. Conceptos Generales.

- 1.1.1. Alimento.
- 1.1.2. Nutriente.
- 1.1.3. Condimento.
- 1.1.4. Complemento.
 - Aditivos.
 - Suplementos.

1.2. Funciones de los nutrientes.

- 1.2.1. Calorigénicos.
- 1.2.2. Plásticos o formadores.
- 1.2.3. Reguladores.

1.3. Dietas.

- 1.3.1. Características.
- 1.3.2. Estándares de necesidades de nutrimentos.
- 1.3.3. Plato del Bien comer.
- 1.3.4. Cálculo dietético
- 1.3.5. Planeación de menús con cálculo dietético.
- 1.3.6. Información nutrimental.

UNIDAD II. Necesidades Fisiológicas y Metabolismo de Nutrientes.

2.1. Metabolismo.

- 2.1.1. Fases.
- 2.1.2. Energético.
- 2.1.3. Aeróbico.
- 2.1.4. Anaerobio.

2.2. Carbohidratos.

- 2.2.1. Estructura y función.
- 2.2.2. Digestión.
- 2.2.3. Absorción.
- 2.2.4. Metabolismo.
- 2.2.5. Necesidades nutricionales.
- 2.2.6. Índice glucémico.
- 2.2.7. Enzimas.

2.3. Lípidos.

- 2.3.1. Estructura y función.
- 2.3.2. Digestión.

Origeno	Departamento	Fecha	Rev.	No. Documento
Equipo de Proyecto Académico.	Dirección Académica	24/08/2007	02	SIDA2007-FTNB00



- 2.3.3. Absorción.
- 2.3.4. Metabolismo.
- 2.3.5. Necesidades nutricionales.
- 2.3.6. Ácidos grasos saturados.

- 2.4. Proteínas.
 - 2.4.1. Estructura y función.
 - 2.4.2. Metabolismo.
 - 2.4.3. Necesidades nutricionales.
 - 2.4.4. Enzimas.

- 2.5. Vitaminas.
 - 2.5.1. Absorción.
 - 2.5.2. Metabolismo.
 - 2.5.3. Necesidades nutricionales.
 - 2.5.4. Sugerencias para conservar el contenido en los alimentos.

UNIDAD III. Nutrición Normal.

- 3.1. Crecimiento y desarrollo.
 - 3.1.1. Conceptos.
 - 3.1.2. Necesidades calóricas.
 - 3.1.3. Relación Peso – Talla.
- 3.2. Alimentación en lactantes.
 - 3.2.1. Al seno materno.
 - 3.2.2. Ablactación.
 - 3.2.3. Mixto.
 - 3.2.4. Artificial.
- 3.3. Alimentación del preescolar.
- 3.4. Alimentación del escolar.
- 3.5. Alimentación del adolescente.
- 3.6. Alimentación del adulto.
 - 3.6.1. Hombre.
 - 3.6.2. Mujer.
 - 3.6.3. Mujer embarazada.
- 3.7. Alimentación del anciano.
- 3.8. Nutrición del deportista.
- 3.9. Alimentación para la familia.

Origeno	Departamento	Fecha	Rev.	No. Documento
Equipo de Proyecto Académico.	Dirección Académica	24/08/2007	02	SIDA2007-FTNB00