



Consejo de Educación  
Técnico Profesional  
Universidad del Trabajo del Uruguay

**PROGRAMA PLANEAMIENTO EDUCATIVO  
DEPARTAMENTO DE DISEÑO Y DESARROLLO CURRICULAR**

		<b>PROGRAMA</b>			
		<b>Código en SIPE</b>	<b>Descripción en SIPE</b>		
<b>TIPO DE CURSO</b>		050	Curso técnico terciario		
<b>PLAN</b>		2015	2015		
<b>SECTOR DE ESTUDIO</b>		610	Administración, comercialización y servicios		
<b>ORIENTACIÓN</b>		39B	Gastronomía		
<b>MODALIDAD</b>		Binacional	Binacional		
<b>AÑO</b>		-----	-----		
<b>TRAYECTO</b>		-----	-----		
<b>SEMESTRE</b>		3er	Tercer		
<b>MÓDULO</b>		-----	-----		
<b>ÁREA DE ASIGNATURA</b>		5331	Nutrición		
<b>ASIGNATURA</b>		30962	Nutrición		
<b>ESPACIO o COMPONENTE CURRICULAR</b>		-----			
<b>MODALIDAD DE APROBACIÓN</b>		Exonerable			
<b>DURACIÓN DEL CURSO</b>		Horas totales: 64	Horas semanales: 4		Cantidad de semanas: 16
Fecha de Presentación: 19-04-2016	Nº Resolución del CETP	Exp. Nº	Res. Nº	Acta Nº	Fecha __/__/__

## **FUNDAMENTACION**

La Tecnicatura en Gastronomía se enmarca en los lineamientos presentados en el documento elaborado por el Instituto Federal Sul-río-grandense (IFsul), “Proyecto de Curso Técnico en Cocina” y el Reglamento de la Educación Superior Terciaria del CETP-UTU, de “...ofrecer una educación tecnológica pertinente, de calidad, en concordancia con los lineamientos e identidad institucional...”

El presente plan de estudios, se crea en el marco de los cursos binacionales, establecidos en los límites de Brasil y Uruguay como un proyecto piloto de frontera. No solo responde a una necesidad común, la formación de perfiles cualificados en el área de gastronomía- cocina, que respondan a los retos actuales de la profesión, basados en un enfoque inter y transdisciplinario, abarcando la técnica, la ciencia y el arte de la gastronomía, ejes articuladores de los contenidos curriculares, sino que se presenta como una oportunidad de integración territorial, cultural, social, educativa, ambiental y económica.

El estudiante no solo podrá trabajar operativamente en una cocina, sino que poseerá una sólida formación que le permitirá participar en la organización con estrategias para diseñar, implementar y supervisar procesos de cocina, servicios gastronómicos y/o empresas del sector gastronómico alimentario.

Se considera de vital importancia el conocimiento del mundo de la nutrición en el egresado de las áreas gastronómicas. El reconocimiento de los alimentos como fuente de nutrientes y sus modificaciones por técnicas culinarias, debe ser parte integral de su formación.

## **COMPETENCIAS**

- Incorpora conocimientos del mundo de la nutrición para poder aplicarlos en el área gastronómica.
- Conoce el valor nutricional de los alimentos.
- Reconoce los alimentos como fuente de nutrientes y las modificaciones que le ocurren por las diferentes técnicas culinarias aplicadas.

- Determina el aporte calórico de las diferentes preparaciones en base a su composición.
- Identifica los alimentos relacionados con los regímenes especiales, conociendo sus modificaciones o sustituciones desde el punto de vista nutricional.
- Favorece la toma de decisiones reflexiva y crítica en relación al consumo de alimentos.

## **CONTENIDOS**

1. Introducción a los alimentos
2. Roles de los alimentos
3. Los nutrientes como constituyentes de los alimentos
4. Los alimentos como fuente de energía y nutrientes
5. Rotulación de los alimentos
6. Fundamentos de la dietoterapia.

### **1.- INTRODUCCIÓN A LOS ALIMENTOS**

- Conceptos:
  - Nutrición y Alimentación.
  - Nutriente y Nutriente Esencial.
  - Alimento y Alimento Fuente.
- Clasificación de Nutrientes: Macronutrientes y Micronutrientes.

### **2.- ROLES DE LOS ALIMENTOS**

- Clasificación de los alimentos según su origen (animal, vegetal y mineral)
- Funciones (reguladora, energética y estructural)
- Composición química utilizando Las Guías Alimentarias Basadas en Alimentos (GABAs)

### **3.- LOS NUTRIENTES COMO CONSTITUYENTES DE LOS ALIMENTOS**

- Glúcidos y Fibra Vegetal.
- Proteínas.
- Lípidos.
- Vitaminas.
- Minerales.

- Agua y su papel en la nutrición.

De cada uno de los nutrientes se considerará:

- Definición
- Funciones
- Clasificación (si corresponde)
- Alimentos fuentes
- Modificaciones físico-químicas por diferentes técnicas culinarias.

#### **4.- LOS ALIMENTOS COMO FUENTE DE ENERGÍA Y NUTRIENTES**

- Tabla de Composición química de Alimentos.
- Concepto de Peso Bruto, Peso Neto, Factor de Corrección.
- Cálculos nutricionales de un ejemplo de menú.

#### **5.- ROTULACIÓN DE ALIMENTOS**

Lineamientos básicos de interpretación de etiquetas alimentarias según Reglamento Bromatológico Nacional vigente y Legislación Brasileña. Análisis comparativo.

#### **6.- FUNDAMENTOS DE LA DIETOTERAPIA**

Conocimientos básicos de las siguientes patologías:

- Obesidad
- Hipertensión Arterial
- Diabetes Mellitus
- Dislipemias
- Enfermedad Celíaca

El alumno deberá: seleccionar alimentos, modificar preparaciones, sustituir ingredientes y cantidades con el objetivo de elaborar un menú adecuado, de acuerdo con las diferentes patologías.

#### **ORIENTACIONES METODOLOGICAS**

Se utilizarán diferentes estrategias metodológicas. El docente brindará el marco teórico correspondiente a cada unidad buscando desarrollar en el alumno el espíritu crítico y de investigación, la autoevaluación y la autocrítica en cada clase. Se vinculará el marco

teórico con la observación, la práctica en los talleres y en el laboratorio con las asignatura química.

Se realizarán actividades prácticas vinculadas al contenido de las unidades, visitas didácticas a instituciones alimentarias, exposiciones, eventos nacionales e internacionales, fundamentando el objetivo de la visita y sus aplicaciones.

Se coordinará el desarrollo del contenido temático con el resto de las asignaturas, aplicando los conocimientos en actividades prácticas en el Taller de Cocina y/o Pastelería.

### **PAUTAS DE EVALUACIÓN**

La evaluación desempeña una función formativa importante en los procesos de aprendizaje y tiene para el docente un lugar de privilegio ya que mediante ella puede recapacitar respecto de su propuesta de enseñanza; en tanto que es el propio alumno el que pondera su progreso al construir su evaluación, diferenciando producciones y reconociendo las dificultades por las que atravesó para adquirir las competencias.

La evaluación será continua y formativa del proceso de aprendizaje, logrando generar en el alumno el espíritu crítico, la reflexión y autoevaluación como parte de dicho proceso. Se evaluará contenidos conceptuales, procedimentales y actitudinales.

Se emplearán diferentes instancias de evaluación, participación en clase, trabajos escritos, trabajos de investigación.

Se sugiere la realización de una evaluación escrita al finalizar cada unidad.

La exoneración de la asignatura se logrará con calificación de suficiencia y esta se obtendrá del promedio de calificaciones de las pruebas anteriormente mencionadas.

### **BIBLIOGRAFIA**

Manual para la promoción de prácticas saludables de alimentación en la población uruguaya - Guías alimentarias basadas en alimentos. MSP - Año 2005

La cocina y los alimentos – Enciclopedia de la ciencia y la cultura de la comida”,  
Harold Mc Gee (Editorial Círculo de Lectores)

La química en el arte de cocinar. Ana María Pérez Fierros. Ed. Trillas 2003.

Legislación Bromatológica Brasileña

“Microbiología de los alimentos”. FRANCO. B. D. G.; Landgraf, M. São Paulo:  
Atheneu, 2003

Agencia Nacional de Vigilancia Sanitaria – resolução RDC nº 43/2015.

Reglamento Bromatológico Nacional. Decreto No 315/994

Tecnología de alimentos- Procesos químicos y físicos en la preparación de alimentos”,  
Charley (Limusa Noriega Editores)

Alimentación y dietoterapia. Krause. Editorial Interamericana. Año 2009.

Tabla de composición de los alimentos del Uruguay

Tabla de composición de los alimentos CENEXA

Tecnología culinaria”. TAICHMANN, Ione. Caxias do Sul: Educs, 2000