UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO

FACULTAD DE: CIENCIAS DE LA SALUD

CARRERA DE: Nutrición y Dietética

MODALIDAD PRESENCIAL

SÍLABO

TECNICA DIETETICA

NIVEL

CUARTO

AMBATO - ECUADOR
2026

I. INFORMACIÓN GENERAL

<table>
<tr><td colspan="3">Nombre de la asignatura
TECNICA DIETETICA
Carrera
Nutrición y Dietética</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Código UTA-FCS-ND-MP-UP-04-02</td><td colspan="2">PRERREQUISITOS</td></tr>
<tr><td rowspan="3">Modalidad
PRESENCIAL</td><td>Asignatura</td><td>Código</td></tr>
<tr><td>METABOLISMO</td><td>UTA-FCS-ND-MP-UB-03-01</td></tr>
<tr><td>EVALUACION DEL ESTADO NUTRICIONAL</td><td>UTA-FCS-ND-MP-UB-03-02</td></tr>
<tr><td colspan="3">Unidad organizacional curricular
PROFESIONAL</td></tr>
<tr><td rowspan="3">Créditos/Horas
4
Nivel
CUARTO</td><td colspan="2">CORREQUISITOS</td></tr>
<tr><td>Asignatura</td><td>Código</td></tr>
<tr><td>DIETOTERAPIA</td><td>UTA-FCS-ND-MP-UP-04-05</td></tr>
<tr><td colspan="3">CARGA HORARIA</td></tr>
<tr><td>Componente de aprendizaje en contacto con el docente por semana
4</td><td>Componente de aprendizaje en contacto con el docente por ciclo académico
64</td><td>Componente de aprendizaje práctico experimental, componente de aprendizaje autónomo
128</td></tr>
<tr><td>Horas de tutoría académica semanales
1</td><td>Horas de tutoría presenciales por ciclo académico
16</td><td>Horas de tutorías virtuales por ciclo académico
0</td></tr>
</table>

TOTAL DE HORAS DE APRENDIZAJE EN EL CICLO DE ESTUDIOS

Número de horas del componente de aprendizaje en contacto con el docente semanal	4
Número de horas del componente de aprendizaje en contacto con el docente semestral	64
Número de horas del componente de aprendizaje práctico experimental y componente de aprendizaje autónomo	128
TOTAL DE HORAS AL SEMESTRE (Número de horas del componente de aprendizaje en contacto con el docente semestral + Número de horas del componente de aprendizaje práctico experimental y componente de aprendizaje autónomo.)	192

III DESCRIPCIÓN Y OBJETIVOS DE LA ASIGNATURA

Propósito El propósito de la materia Técnica Dietética es proporcionar a los estudiantes los conocimientos y habilidades necesarios para aplicar los conceptos básicos de la técnica dietética, técnica de pesos y medidas, evaluación sensorial y métodos de cocción de alimentos, así como el uso de alimentos y nutriente en la preparación básica de regímenes alimentarios. A través del análisis dietético nutricional de regímenes alimentarios según el ciclo de vida, los estudiantes aprenderán a diseñar planes alimentarios adecuados, garantizando un enfoque equilibrado y personalizado para cada grupo poblacional. Además, desarrollarán habilidades blandas como trabajo en equipo, comunicación efectiva, pensamiento crítico, toma de decisiones y adaptación a nuevas situaciones, lo que les permitirá enfrentar con éxito los retos profesionales en el ámbito de la nutrición y la dietética.

Descripción de la asignatura La asignatura de Técnica Dietética combina elementos teóricos y prácticos, empleando una metodología de aprendizaje expositiva, basada en la evidencia, la resolución de problemas y conversación heurística. Su enfoque se centra en identificar las transformaciones que experimentan los alimentos durante los distintos procesos de preparación y cocción, así como en analizar su contenido nutricional y la biodisponibilidad de los nutrientes en la elaboración de regímenes alimentarios. Organizada en cinco unidades curriculares: 1) Conceptos básicos, 2) Técnicas de pesos y medidas 4) Evaluación sensorial y métodos de cocción 5) Preparación básica de regímenes alimentarios 6) Regímenes alimentarios según ciclo de vida. Esta asignatura da mayor énfasis a la práctica. Además, desarrollarán habilidades blandas como trabajo en equipo, comunicación efectiva, pensamiento crítico, toma de decisiones y adaptación a nuevas situaciones, lo que les permitirá enfrentar con éxito los retos profesionales en el ámbito de la nutrición y la dietética.

Objetivo general de la asignatura Identificar todas aquellas transformaciones que sufren los alimentos al ser sometidos a diferentes procesos de preparación, cocción y como se afecta su contenido nutricional y la biodisponibilidad de los nutrientes al momento de la elaboración de regímenes alimentarios

Objetivos específicos de la asignatura

1.-Identificar los conceptos básicos de técnica dietética, a través de revisiones bibliográfica, gamificación en el aula para que los estudiantes puedan diseñar y aplicar técnicas dietéticas adecuadas en la planificación de regímenes alimentarios, asegurando la calidad nutricional y sanitaria de los alimentos

2.-Desarrollar las técnicas de pesos y medidas, mediante prácticas con balanzas, tazas medidoras, para que los estudiantes puedan cuantificar adecuadamente los ingredientes en la preparación de dietas, garantizando la exactitud en la dosificación de nutrientes y porciones

3.-Identificar las características sensoriales (textura, sabor, aroma, color) de los alimentos y aplicar métodos de cocción adecuados. A través de pruebas sensoriales y prácticas de cocción para que los estudiantes puedan optimizar la aceptabilidad y calidad nutricional de los alimentos en la preparación de dietas, adaptándose a las preferencias y necesidades de los pacientes

4.-Identificar el aporte nutricional de los alimentos y su rol en la elaboración de regímenes alimentarios., mediante el análisis de tablas de composición de alimentos y la planificación de menús equilibrados. Para diseñar dietas que cubran los requerimientos nutricionales y promuevan la salud

5.-Analizar los regímenes dietéticos alimentarios, mediante el uso de tablas de composición de alimentos, intercambios y guías dietéticas, para evaluar y ajustar planes alimentarios según las necesidades específicas de cada etapa del ciclo de vida.

NOTA: Las horas de tutoría académica no se suman, por lo tanto no se incluyen dentro de las horas totales del semestre

IV PROGRAMA DE ESTUDIOS DE LA ASIGNATURA

U.1	Identificar los conceptos básicos de técnica dietética, a través de revisiones bibliográfica, gamificación en el aula para que los estudiantes puedan diseñar y aplicar técnicas dietéticas adecuadas en la planificación de regímenes alimentarios, asegurando la calidad nutricional y sanitaria de los alimentos			
Unidades temáticas	**Horas Clase / Componente de aprendizaje en contacto con el docente**	**Componente de aprendizaje práctico experimental.**	**Componente de aprendizaje autónomo incluidas las actividades de investigación y vinculación con la sociedad**	**Instrumentos de evaluación**
1.1.- Conceptos introductorios a la Técnica Dietética	2	4	0	Pruebas de Diagnostico Trabajos escritos
1.2.- Higiene y seguridad alimentaria	4	6	2	Trabajos o tareas realizadas fuera de clases Trabajos y ejercicios en clases
1.3.- Clasificación de los alimentos según el contenido de nutrientes.	2	4	0	Trabajos o tareas realizadas fuera de clases Trabajos y ejercicios en clases
SUBTOTAL HORAS	8	14	2	**TOTAL HORAS:** 24

Resultados de aprendizaje: Identifica los conceptos básicos de técnica dietética, a través de revisiones bibliográfica, gamificación en el aula para que los estudiantes puedan diseñar y aplicar técnicas dietéticas adecuadas en la planificación de regímenes alimentarios, asegurando
Metodología de enseñanza : -
Estrategias educativas : Otros, Lectura, análisis y comprensión de materiales bibliográficos y documentales, Generación de datos y búsqueda de información: Conversación heurística
Recursos didácticos : Otros, Internet, Tecnología del Aprendizaje y el Conocimiento: Pantallas intercativas
Habilidades Blandas : Trabajo en equipo, Pensamiento crítico, Responsabilidad

IV PROGRAMA DE ESTUDIOS DE LA ASIGNATURA

U.2	Desarrollar las técnicas de pesos y medidas, mediante prácticas con balanzas, tazas medidoras, para que los estudiantes puedan cuantificar adecuadamente los ingredientes en la preparación de dietas, garantizando la exactitud en la dosificación de nutrientes y porciones			
Unidades temáticas	**Horas Clase / Componente de aprendizaje en contacto con el docente**	**Componente de aprendizaje práctico experimental.**	**Componente de aprendizaje autónomo incluidas las actividades de investigación y vinculación con la sociedad**	**Instrumentos de evaluación**
2.1.- Métodos de pesada y medida.	4	7	1	Trabajos o tareas realizadas fuera de clases Trabajos y ejercicios en clases
2.2.- Cálculos de pesos.	4	7	1	Trabajos o tareas realizadas fuera de clases Trabajos y ejercicios en clases
2.3.- Medidas equivalentes	4	7	1	EvaluaciÃ³n del desempeÃ±o en escenarios reales o simulados Trabajos y ejercicios en clases Pruebas escritas de la unidad
SUBTOTAL HORAS	12	21	3	**TOTAL HORAS:** 36

Resultados de aprendizaje: Desarrolla las técnicas de pesos y medidas, mediante prácticas con balanzas, tazas medidoras, para que los estudiantes puedan cuantificar adecuadamente los ingredientes en la preparación de dietas, garantizando la exactitud en la dosificación de nutrientes y porciones
Metodología de enseñanza : Aprendizaje Basado en Problemas, -
Estrategias educativas : Otros, Demostraciones, Actividades académicas desarrolladas en escenarios experimentales o en laboratorios, Talleres: Conversación heurística
Recursos didácticos : Otros, Audiovisuales, Internet, Tecnología del Aprendizaje y el Conocimiento: Pantalla interactiva
Habilidades Blandas : Trabajo en equipo, Pensamiento crítico, Responsabilidad

IV PROGRAMA DE ESTUDIOS DE LA ASIGNATURA

U.3	Identificar las características sensoriales (textura, sabor, aroma, color) de los alimentos y aplicar métodos de cocción adecuados. A través de pruebas sensoriales y prácticas de cocción para que los estudiantes puedan optimizar la aceptabilidad y calidad nutricional de los alimentos en la preparación de dietas, adaptándose a las preferencias y necesidades de los pacientes			
Unidades temáticas	**Horas Clase / Componente de aprendizaje en contacto con el docente**	**Componente de aprendizaje práctico experimental.**	**Componente de aprendizaje autónomo incluidas las actividades de investigación y vinculación con la sociedad**	**Instrumentos de evaluación**
3.1.- Características organolépticas	4	7	1	Trabajos o tareas realizadas fuera de clases Trabajos y ejercicios en clases
3.2.- Aplicación de métodos de cocción.	4	7	1	Evaluaciones escritas u orales en actividades practicas Evaluaciones Parciales
3.3.- Presentación de las preparaciones con tendencias actuales.	4	7	1	EvaluaciÃ³n del desempeÃ±o en escenarios reales o simulados Trabajos y ejercicios en clases Evaluaciones Parciales Mapas Conceptuales
SUBTOTAL HORAS	12	21	3	**TOTAL HORAS:** 36

Resultados de aprendizaje: Identifica las características sensoriales (textura, sabor, aroma, color) de los alimentos y aplicar métodos de cocción adecuados. A través de pruebas sensoriales y prácticas de cocción para que los estudiantes puedan optimizar la aceptabilidad y calidad nutricional de los alimentos en la preparación de dietas, adaptándose a las preferencias y necesidades de los pacientes
Metodología de enseñanza : Aprendizaje Basado en Proyectos, -
Estrategias educativas : Otros, Talleres, Trabajos y exposiciones: Conversación heurística
Recursos didácticos : Otros, Internet, Tecnología del Aprendizaje y el Conocimiento: Pantallas interactivas
Habilidades Blandas : Trabajo en equipo, La empatía, Responsabilidad

IV PROGRAMA DE ESTUDIOS DE LA ASIGNATURA

U.4	Identificar el aporte nutricional de los alimentos y su rol en la elaboración de regímenes alimentarios., mediante el análisis de tablas de composición de alimentos y la planificación de menús equilibrados. Para diseñar dietas que cubran los requerimientos nutricionales y promuevan la salud			
Unidades temáticas	**Horas Clase / Componente de aprendizaje en contacto con el docente**	**Componente de aprendizaje práctico experimental.**	**Componente de aprendizaje autónomo incluidas las actividades de investigación y vinculación con la sociedad**	**Instrumentos de evaluación**
4.1.- Principios básicos de la planificación de dietas	4	4	4	Trabajos o tareas realizadas fuera de clases Trabajos y ejercicios en clases
4.2.- Tipos de regímenes alimentario	4	6	2	Trabajos o tareas realizadas fuera de clases Trabajos y ejercicios en clases
4.3.- Diseño del régimen alimentario	4	6	2	Trabajos o tareas realizadas fuera de clases Trabajos y ejercicios en clases
4.4.- Supervisión y ajustes del régimen alimentario	4	8	0	Trabajos o tareas realizadas fuera de clases Trabajos y ejercicios en clases Pruebas escritas de la unidad Trabajos escritos
SUBTOTAL HORAS	16	24	8	**TOTAL HORAS:** 48

Resultados de aprendizaje: Identifica el aporte nutricional de los alimentos y su rol en la elaboración de regímenes alimentarios., mediante el análisis de tablas de composición de alimentos y la planificación de menús equilibrados. Para diseñar dietas que cubran los requerimientos y promuevan la salud
Metodología de enseñanza : Aprendizaje Basado en Proyectos, -
Estrategias educativas : Otros, Demostraciones, Talleres, Trabajos y exposiciones: Conversación heurística
Recursos didácticos : Otros, Internet, Tecnología del Aprendizaje y el Conocimiento: Pantallas interactivas
Habilidades Blandas : Trabajo en equipo, La resolución de conflictos, Responsabilidad

IV PROGRAMA DE ESTUDIOS DE LA ASIGNATURA

U.5	Analizar los regímenes dietéticos alimentarios, mediante el uso de tablas de composición de alimentos, intercambios y guías dietéticas, para evaluar y ajustar planes alimentarios según las necesidades específicas de cada etapa del ciclo de vida.			
Unidades temáticas	**Horas Clase / Componente de aprendizaje en contacto con el docente**	**Componente de aprendizaje práctico experimental.**	**Componente de aprendizaje autónomo incluidas las actividades de investigación y vinculación con la sociedad**	**Instrumentos de evaluación**
5.1.- Intercambios y porciones de alimentos en los diferentes ciclos de vida	4	8	0	Pruebas de Diagnostico Trabajos o tareas realizadas fuera de clases Trabajos y ejercicios en clases
5.2.- Adecuación de macro y micro nutrientes en los diferentes ciclos de vida	6	12	0	Trabajos o tareas realizadas fuera de clases Trabajos y ejercicios en clases Evaluaciones escritas u orales en actividades practicas
5.3.- Diseño de regímenes alimentarios para los diferentes ciclos de vida	6	12	0	Trabajos o tareas realizadas fuera de clases Trabajos y ejercicios en clases Evaluaciones Parciales
SUBTOTAL HORAS	16	32	0	**TOTAL HORAS:** 48

Resultados de aprendizaje: Analiza los regímenes dietéticos alimentarios, mediante el uso de tablas de composición de alimentos, intercambios y guías dietéticas, para evaluar y ajustar planes alimentarios según las necesidades específicas de cada etapa del ciclo de vida.
Metodología de enseñanza : -
Estrategias educativas : Otros, Demostraciones, Actividades académicas desarrolladas en escenarios experimentales o en laboratorios, Talleres: Conversación heurística
Recursos didácticos : Otros, Internet, Tecnología del Aprendizaje y el Conocimiento: Pantallas interactivas
Habilidades Blandas : Comunicación asertiva, La empatía, Pensamiento crítico

V ESCENARIOS DE APRENDIZAJE (REAL, VIRTUAL, ÁULICO)

Escenario de aprendizaje real: Este escenario proporciona al estudiante un entorno educativo para simular o replicar situaciones y desafÃos en escenas diversas e intencionadas estrategias pedagÃ³gicas – didÃ¡cticas y comunicativas, que movilizan al estudiante a aprender y transferir los aprendizajes a su contexto significativos mediante la prÃ¡ctica. Aporta a la inclusividad y pertinencia de los saberes desde la prÃ¡ctica de la responsabilidad social que compete a las instituciones de educaciÃ³n superior, permitiÃ©ndole desarrollar las habilidades y conocimientos necesarios para tener Ã©xito en su futura carrera profesional. En este caso, en el laboratorio de tÃ©cnica dietÃ©tica. Escenario de aprendizaje virtual : Espacio educativo alojado en la web, es una tecnologÃa para crear y desarrollar cursos o modelos de formaciÃ³n didÃ¡cticos conformados por herramientas informÃ¡ticas que facilitan la interacciÃ³n en un ambiente electrÃ³nico integrado por tecnologÃas digitales por medio de una conexiÃ³n a internet, las herramientas a utilizar son las plataformas de gestiÃ³n del aprendizaje (LMS), blogs, wikis, redes sociales e inteligencia artificial. Escenario Ã¡ulico: Las actividades de enseÃ±anza- aprendizaje se desarrollarÃ¡n en el salÃ³n de clases en un Ã¡mbito de planificaciÃ³n, diseÃ±ado para fomentar la interacciÃ³n entre estudiantes y profesores en un clima inclusivo y respetuoso, mediante la aplicaciÃ³n de mÃ©todos y tÃ©cnicas que permitan la participaciÃ³n activa de los estudiantes. .

VI CRITERIOS NORMATIVOS PARA LA EVALUACIÓN

Objetivos específicos	Evaluación diagnóstica (Conocimientos previos)	Evaluación formativa (Grado de logro de destrezas)	Evaluación sumativa (valorar los objetivos generales alcanzados y el logro de destrezas)
1.- Identificar los conceptos básicos de técnica dietética, a través de revisiones bibliográfica, gamificación en el aula para que los estudiantes puedan diseñar y aplicar técnicas dietéticas adecuadas en la planificación de regímenes alimentarios, asegurando la calidad nutricional y sanitaria de los alimentos	Preguntas de sondeo sobre la Unidad	RÚBRICA	Prueba con reactivos
2.- Desarrollar las técnicas de pesos y medidas, mediante prácticas con balanzas, tazas medidoras, para que los estudiantes puedan cuantificar adecuadamente los ingredientes en la preparación de dietas, garantizando la exactitud en la dosificación de nutrientes y porciones	Preguntas de sondeo sobre la Unidad	RÚBRICA	Prueba con reactivos
3.- Identificar las características sensoriales (textura, sabor, aroma, color) de los alimentos y aplicar métodos de cocción adecuados. A través de pruebas sensoriales y prácticas de cocción para que los estudiantes puedan optimizar la aceptabilidad y calidad nutricional de los alimentos en la preparación de dietas, adaptándose a las preferencias y necesidades de los pacientes	Preguntas de sondeo sobre la Unidad	RÚBRICA	Examen Parcial con reactivos
4.- Identificar el aporte nutricional de los alimentos y su rol en la elaboración de regímenes alimentarios., mediante el análisis de tablas de composición de alimentos y la planificación de menús equilibrados. Para diseñar dietas que cubran los requerimientos nutricionales y promuevan la salud	Preguntas de sondeo sobre la Unidad	RÚBRICA	Prueba con reactivos
5.- Analizar los regímenes dietéticos alimentarios, mediante el uso de tablas de composición de alimentos, intercambios y guías dietéticas, para evaluar y ajustar planes alimentarios según las necesidades específicas de cada etapa del ciclo de vida.	Preguntas de sondeo sobre la Unidad	RÚBRICA	Examen Parcial con reactivos

VII BIBLIOGRAFÍA

BIBLIOGRAFÍA BÁSICA

Autores	Año	Título	Nro Edición	Editorial	Pais o Ciudad	Nro Ejemplares	Nro Páginas	Tipo
Rodrigo Ortega Toro	2025	Cereales y oleaginosas: fundamentos y aplicaciones en ciencia y tecnología de alimentos	1	Editorial Universidad de Cartagena	Colombia Cartagena	1	213	Virtual
Código/Ubicación base de datos:								
Comentario:	Texto especializado que analiza la composición, propiedades y aplicaciones tecnológicas de cereales y oleaginosas en la industria alimentaria.							
URL:	https://0x102q96p-y-https-elibro-net.itmsp.museknowledge.com/es/lc/uta/titulos/289707							

Autores	Año	Título	Nro Edición	Editorial	Pais o Ciudad	Nro Ejemplares	Nro Páginas	Tipo
Abril Gorgori González	2022	Tablas estándar de composición de los alimentos TECA	1	McGraw-Hill España	España Madrid	1	265	Virtual
Código/Ubicación base de datos:								
Comentario:	Obra técnica de referencia que compila tablas actualizadas de composición nutricional de alimentos, utilizada para la evaluación dietética, planificación de menús, cálculo de requerimientos nutricionales y análisis bromatológico.							
URL:	https://0x102q9mw-y-https-elibro-net.itmsp.museknowledge.com/es/lc/uta/titulos/229409							

Autores	Año	Título	Nro Edición	Editorial	Pais o Ciudad	Nro Ejemplares	Nro Páginas	Tipo
José Miguel Requena Peláez	2017	Planificación de menús y dietas especiales	1	Editorial ICB	España Malaga	1	327	Virtual
Código/Ubicación base de datos:								
Comentario:	Manual práctico para la elaboración y adaptación de menús y dietas especiales según diferentes necesidades nutricionales.							
URL:	https://0x102q9uc-y-https-elibro-net.itmsp.museknowledge.com/es/lc/uta/titulos/59623							

Autores	Año	Título	Nro Edición	Editorial	Pais o Ciudad	Nro Ejemplares	Nro Páginas	Tipo
Garda, María Rita	2020	Técnicas del manejo de los alimentos	1	Eudeba	Argentina Buenos Aires	1	309	Virtual
Código/Ubicación base de datos:								
Comentario:	Libro contemporáneo con técnicas del manejo de los alimentos, la actividad del nutricionista tiene como eje el conocimiento de la alimentación y de los alimentos, las							

	formas adecuadas de manejarlos y las modificaciones que se producen en ellos durante su
URL:	https://0x102pkd3-y-https-elibro-net.itmsp.museknowledge.com/es/lc/uta/titulos/153615

BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA

Autores	Año	Título	Nro Edición	Editorial	Pais/Ciudad	Nro Ejemplares	Nro Páginas	Tipo
Javier Sánchez Perona	2022	Los alimentos ultraprocesados	1	Editorial CSIC Consejo Superior de Investigaciones Científicas	España Madrid	1	132	Virtual
Código/Ubicación base de datos:								
Comentario:	Texto divulgativo con base científica que analiza la definición, clasificación y efectos en la salud de los alimentos ultraprocesados.							
URL:	https://0x102q9o3-y-https-elibro-net.itmsp.museknowledge.com/es/lc/uta/titulos/215921							

Autores	Año	Título	Nro Edición	Editorial	Pais/Ciudad	Nro Ejemplares	Nro Páginas	Tipo
Universidad de Burgos	2024	Arte y ciencia de los alimentos	1 edición	Universidad de Burgos	España Burgos	1	311	Virtual
Código/Ubicación base de datos:								
Comentario:	Texto académico que integra fundamentos científicos, tecnológicos y sensoriales de los alimentos, abordando su composición, transformación y valoración desde una perspectiva interdisciplinaria.							
URL:	https://0x102q9o3-y-https-elibro-net.itmsp.museknowledge.com/es/lc/uta/titulos/277805							