

SÍLABO

I. DATOS GENERALES

1.1. Programa de estudios	: Enfermería Técnica.
1.2. Módulo formativo	: Asistencia Integral al Usuario Hospitalizado
1.3. Unidad didáctica	: Actividades en Nutrición y Dietas
1.4. Crédito académico	: 3 (lt -2p).
1.5. Horas totales	: 64 Horas.
1.6. Horas semanales	: 4 (2t-2p)
1.7. Periodo lectivo	: 2026 – I
1.8. Periodo académico	: III - "A y B"
1.9. Fecha inicio y termino	: 06/04/2026 - 31/07/2026
1.10. Turno	: Diurno (Tarde)
1.11. Docente	: Mag. Christiam A. Jara Jaramillo
1.12. Correo electrónico	: christiamjc@gmail.com

II. SUMILLA

La unidad didáctica de Actividades en Nutrición y Dietas es de naturaleza teórico-práctica y tiene como propósito desarrollar en el estudiante competencias para planificar, organizar y ejecutar actividades relacionadas con la alimentación saludable y la elaboración de dietas equilibradas. Se abordan principios básicos de nutrición, grupos de alimentos, requerimientos nutricionales según etapa de vida y condiciones fisiológicas, así como la planificación de menús y dietas adaptadas a diferentes necesidades. El estudiante aprende a diseñar planes alimentarios, realizar control dietético y participar en programas de promoción y prevención en salud nutricional en distintos contextos.

III. UNIDAD DE COMPETENCIA ESPECÍFICA O TÉCNICA DEL MÓDULO

UC2: Asistir en la atención de las necesidades básicas de la salud de la persona por etapas de vida, aplicando el enfoque intercultural y según indicaciones del jefe inmediato, el nivel de atención y la normativa vigente.

IV. CAPACIDADES DE LA UNIDAD DIDÁCTICA

CAPACIDAD	INDICADORES DE LOGRO DE LA CAPACIDAD
UC3.C3: Asistir en la alimentación del usuario de acuerdo a las necesidades nutricionales de las personas.	• C3.I1: Determina el valor nutritivo de los grupos de alimentos según la pirámide nutricional. • C3.I2: Identifica el requerimiento nutricional de acuerdo al grupo etéreo con responsabilidad. • C3.I3: Administra la dieta prescrita al usuario utilizando técnicas correctas. • C3.I4: Interviene en la administración de alimentos por vía enteral y parenteral según protocolos establecidos y de acuerdo a su competencia. • C3.I5: Identifica los trastornos nutricionales para su actuación correspondiente según su competencia.

V. COMPETENCIAS PARA LA EMPLEABILIDAD COMO CONTENIDO TRANSVERSAL

Capacidades a fortalecer	Estrategias
Trabajo colaborativo: Participar de forma activa en el logro de objetivos y metas comunes, integrándose con otras personas bajo criterios de respeto y equidad, sin estereotipos de género u otros, en contextos determinados.	Promover actividades de aprendizaje cooperativo mediante trabajos en parejas y grupos para desarrollar diálogos y simulaciones clínicas en inglés; asignar roles dentro de los equipos para fortalecer la responsabilidad compartida; aplicar metodologías activas como juegos de roles en contextos de enfermería; y fomentar la retroalimentación entre pares en un ambiente de respeto e inclusión.
Interculturalidad: Establecer relaciones de reconocimiento e intercambio de la diversidad cultural, étnica, lingüística, así como del rescate y aprovechamiento de la innovación tecnológica y social, con pertinencia cultural, contribuyendo a la integración social, la no discriminación y el desarrollo Sostenible y equitativo.	La interculturalidad es un aspecto fundamental en la atención de enfermería, ya que permite interactuar de diferentes culturas, para desarrollar habilidades y competencias interculturales que les permitan brindar atención de alta calidad y respetuosa a pacientes de diferentes culturas.

VI. PROGRAMACIÓN DE SESIONES DE APRENDIZAJE

Semanas/ fecha	Indicador de logro	Sesión de aprendizaje	Contenidos	Logro de aprendizaje de la sesión	Instrumentos
Semana 01	C3.II.1: Determina el valor nutritivo de los grupos de alimentos según la pirámide nutricional.	Nº 01 Nutrición y Dietética	Definición Generalidades: Nutrición y dietética Alimentación: Alimentos	Identifica las generalidades de la nutrición y los alimentos.	Lista de cotejo
Semana 02		Nº 02 Clasificación de alimentos	Clasificación de los alimentos y tipos de alimentos. Pirámide alimenticia.	Determina el valor nutritivo de los grupos de alimentos según la pirámide nutricional.	Rúbrica
Semana 03		Nº 03 Tipos de nutrientes: Macronutrientes	Concepto Tipos de nutrientes: • Macronutrientes (carbohidratos, proteínas y lípidos)	Identifica y explica los tipos de nutrientes (micronutrientes) y sus funciones en el organismo, relacionándolos con la importancia de una alimentación saludable.	Cuestionario
Semana 04		Nº 04 Tipos de nutrientes: Micronutrientes	Concepto Tipos de nutrientes: • Micronutrientes (vitaminas y minerales)	Identifica los macronutrientes sus funciones en el organismo, relacionándolos con la importancia de una alimentación saludable.	ficha de trabajo
Semana 05		Nº 05 Alimentación variada y alimentación saludable	Características de una alimentación saludable y variada. Recomendaciones de una alimentación saludable.	Analiza los principios de la alimentación saludable y variada, identificando los grupos de alimentos y su función, para promover hábitos alimenticios que contribuyan al bienestar y prevención de enfermedades.	Estudio de caso
Semana 06	C3.II.2: Identifica el requerimiento nutricional de acuerdo al grupo etáreo con responsabilidad.	Nº 06 Alimentación de la mujer y gestante	Alimentación del ser humano en las diferentes etapas de vida: • Alimentación de la mujer y gestante - Definición. - Importancia - Alimentación por etapas de la gestación (Primer trimestre, segundo trimestre y tercer trimestre)	Describe las características de la alimentación del ser humano en las diferentes etapas de vida, explicando las necesidades nutricionales específicas de la mujer y gestante.	Lista de cotejo
Semana 07		Nº 07 Alimentación del ser humano en las diferentes etapas de vida.	Etapas 1: Lactancia • 0-6 meses (lactancia materna exclusiva) Etapas 2: Primera infancia • 6 meses - 2 años (alimentación complementaria) Etapas 3: Niñez 2-10 años	Analiza las necesidades nutricionales del ser humano en las diferentes etapas de vida, identificando los alimentos y prácticas de alimentación adecuadas para favorecer su crecimiento y desarrollo saludable.	Ficha de observación
Semana 08		Nº 08 Alimentación del adolescente	Necesidades nutricionales en la adolescencia, Hábitos alimenticios saludables en adolescentes, Problemas nutricionales frecuentes	Explica las necesidades nutricionales del adolescente, identificando los alimentos adecuados para su crecimiento y desarrollo, y	Estudio de caso

			Evaluación nutricional: Instrumentos de evaluación, tipos de evaluación nutricional.	promoviendo hábitos de alimentación saludable.	
Semana 09		N° 09 Alimentación del adulto y adulto mayor	Requerimientos nutricionales en la adultez Necesidades específicas del adulto mayor (calcio, fibra, hidratación).	Explica las necesidades nutricionales del adulto y del adulto mayor, identificando los cambios fisiológicos y proponiendo prácticas de alimentación saludable para la prevención de enfermedades.	Rúbrica de análisis
Semana 10		N° 10 Evaluación nutricional	Evaluación del estado nutricional • Evaluación antropométrica • Evaluación bioquímica • Evaluación clínica Evaluación dietética Clasificación del estado nutricional: • Desnutrición • Normopeso • Sobrepeso Obesidad	Evalúa el estado nutricional del paciente utilizando indicadores básicos antropométricos, clínicos, bioquímicos y dietéticos.	Guía práctica
Semana 11	C3.II.3: Administra la dieta prescrita al usuario utilizando técnicas correctas.	N° 11 Dietoterapia	Definición, tipos, elaboración de dietas.	Administra la dieta prescrita al usuario utilizando técnicas correctas.	Rúbrica de desempeño
Semana 12		N° 12 Dietas Hospitalarias	Concepto de la dieta hospitalaria. Características de las dietas hospitalarias. Clasificación de las dietas hospitalarias.	Explica la clasificación y características de las dietas hospitalarias, relacionándolas con las necesidades del paciente según su estado de salud y tipo de enfermedad.	Cuestionario
Semana 13		N° 13 Bioseguridad alimentaria: Higiene y manipulación de alimentos.	Concepto de bioseguridad alimentaria. Higiene en la manipulación de alimentos. Manipulación segura de alimentos. Contaminación de alimentos. Normas básicas de bioseguridad alimentaria. Importancia de la bioseguridad alimentaria.	Aplica normas de bioseguridad alimentaria, identificando prácticas adecuadas de higiene y manipulación de alimentos para prevenir la contaminación y las enfermedades.	Lista de cotejo
Semana 14	C3.II.4 Interviene en la administración de alimentos por vía enteral y parenteral según protocolos establecidos y de acuerdo a su competencia.	N° 14 Alimentación enteral	• Definición, tipos de alimentación enteral. • Indicaciones, contraindicaciones • Tipos de sondas • Cuidado de enfermería • Complicaciones	Aplica correctamente los procedimientos de alimentación enteral mediante lavado gástrico (gavage), identificando el equipo adecuado, precauciones necesarias y posibles complicaciones para garantizar la seguridad del paciente.	Rúbrica procedimental

Semana 15		N° 15 Alimentación parenteral	- Definición, tipos de alimentación parenteral. - Vías de administración. - Cuidado de enfermería. - Complicaciones.	Diferencia los tipos de alimentación parenteral, identificando sus indicaciones, ventajas, limitaciones y cuidados, para seleccionar la opción más adecuada según la condición del paciente.	Rúbrica comparativa
Semana 16	C3.1L5: Identifica los trastornos nutricionales para su actuación correspondiente según su competencia.	N°16 Trastornos nutricionales, Carencias vitamínicas, anorexia, bulimia.	Definición de: - Desnutrición - Obesidad - Trastorno de la conducta alimentaria Relación entre alimentación y salud mental.	Analiza las causas, consecuencias y factores de riesgo de la desnutrición y la obesidad, relacionándolas con hábitos alimenticios y estilos de vida, para promover medidas de prevención y mantenimiento de la salud.	Ensayo
Semana 17	Presentación de trabajos y proyectos finales.				
Semana 18	Evaluación de recuperación.				

VII. METODOLOGÍA

Se emplearán métodos activos, de modo que el estudiante sea protagonista de su propio aprendizaje y el docente actúe como orientador del proceso.

Estrategias de enseñanza:

- Taller
- Prácticas (laboratorio, campo, clínica).
- Trabajo práctico.

De aprendizaje:

- Prácticas simuladas.
- Elaboración y resolución de problemas.
- Dinámica.
- Organización y trabajo en equipos.
- Prácticas guiadas y asignadas.

Por la naturaleza de las unidades los métodos más apropiados a ser empleados en desarrollo del aprendizaje están relacionados al trabajo experimental y práctico, especialmente a través de métodos directos, tales como:

- Método demostrativo y redemostrativo.
- Aula laboratorio.
- Resolución de problemas.
- Recuperación de aprendizajes previos.

Las técnicas de evaluación que se utilizarán durante el proceso de aprendizaje son:

- Pruebas orales.
- Observación directa.
- Pruebas escritas.
- Ejecución de Tareas.
- Ficha de observación de actitudes.
- Rúbricas de evaluación

VIII. AMBIENTES Y RECURSOS

Ambientes

Aula, laboratorio, campo, etc.

Recursos

- Presentaciones en PowerPoint.
- Guías de salud.
- Normas técnicas de salud.
- Videos tutoriales.
- Plataforma de videoconferencia Zoom.

f. Plataforma YouTube

IX. SISTEMA DE EVALUACIÓN

- El Sistema de calificación es vigesimal y la nota mínima aprobatoria para las unidades didácticas es 13.
- Se considera aprobado el módulo siempre que se haya aprobado todas las unidades didácticas respectivas y la experiencia formativa en situaciones reales de trabajo, de acuerdo al plan de estudios.
- Los estudiantes podrán rendir evaluaciones de recuperación a fin de lograr la aprobación de la unidad didáctica dentro del mismo periodo de estudio, considerando criterios de calidad académica y de acuerdo a los lineamientos establecidos en el reglamento institucional.
- Los estudiantes que tengan unidades didácticas desaprobadas al final del semestre académico podrán volver a matricularse en el siguiente semestre académico o cuando se programe.
- El estudiante que acumulará inasistencias injustificadas en número mayor al 30% del total de horas programadas en la unidad didáctica, será desaprobado en forma automática con calificación cero, sin derecho a recuperación.
- La evaluación será permanente durante el desarrollo de las actividades de aprendizaje, considerando las evidencias y/o productos de cada indicador de evaluación.

X. FUENTES DE INFORMACIÓN

10.1. Bibliografía

1. Barone, L. R. (2023). Nutrición y salud (3.ª ed.). Tercer Milenio.
2. Díez Domínguez, I. (2023). Manual de enfermería (1.ª ed.). Lexus.
3. Gisper, C. (2018). Diccionario médico (4.ª ed.). Océano.
4. Ministerio de Salud del Perú. (2016). Lineamientos de gestión de la Estrategia Sanitaria Nacional de Alimentación y Nutrición Saludable. Ministerio de Salud del Perú.
5. Mataix, J. (2016). Tratado de nutrición y alimentación: Nutrientes y alimentos. Océano/Ergón.
6. Pontificia Universidad Católica del Perú. (2015). Procesamiento y utilización de alimentos ricos en hierro para la prevención de anemia en niños y niñas menores de tres años en la zona andina, Lima - Perú. Pontificia Universidad Católica del Perú.

10.2. Páginas Web

1. <https://www.who.int/topics/nutrition/es/>
2. <https://dietas.guiafitness.com/nutricion>
3. <https://www.deustosalud.com/blog/dietetica-y-nutricion>
4. <https://es.wikipedia.org/wiki/Macronutriente>
5. <https://www.minsa.gob.pe/portada/Especiales/2007/nutricion/gestacion.asp>

FECHA: 31/03/2026

APROBADO POR:

Mag. Christiam A. Jara Jaramillo
Docente de la Unidad Didáctica

Mag. Sonia Tarazona Herrera
Jefa de la Unidad Académica

Mag. Iris Vargas Romero
Coordinadora del Programa de Estudios