



UNIVERSIDAD NACIONAL  
JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN  
VICERRECTORADO ACADÉMICO

FACULTAD DE MEDICINA HUMANA  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA

**MODALIDAD PRESENCIAL**  
**SÍLABO POR COMPETENCIAS**  
**CURSO:**

**NUTRICION Y DIETETICA**



**I. DATOS GENERALES**

Línea de Carrera	Estudios Generales
Semestre Académico	2026 - I
Código del Curso	202
Créditos	3
Horas Semanales	Hrs. Totales: 4    Teóricas : 2    Practicas: 2
Ciclo	III
Sección	A
Apellidos y Nombres del Docente	Dr. GOÑI SALAZAR ADELMO NEIL
Correo Institucional	agoni@unjfsc.edu.pe
N° De Celular	966046498

## II. SUMILLA

Comprende el estudio de la acción fundamental que cumplen los nutrientes en el funcionamiento, crecimiento y desarrollo normal del organismo humano, así como las necesidades nutricionales normales y los efectos de una ingesta insuficiente y de las derivadas de los procesos patológicos. La dietética comprende el estudio de la acción fundamental para las modificaciones dietéticas, interrelación entre las medidas terapéuticas y métodos de alimentación de las personas enfermas, así como desarrollar actividades para preparar, modificar y explicar los regímenes dietéticos del individuo sano y enfermo en cada ciclo vital.

## III. CAPACIDADES AL FINALIZAR EL CURSO

UNIDAD	CAPACIDAD DE LA UNIDAD DIDÁCTICA	NOMBRE DE LA UNIDAD DIDÁCTICA	SEMANAS
UNIDAD I	Considerando la evolución de la Nutriología explica la importancia de la Nutrición, los alimentos, nutrientes y sus componentes, en base a las normas técnicas.	EVOLUCIÓN HISTÓRICA, CONCEPTUALIZACIONES Y ELABORACIÓN DE DIETAS EQUILIBRADAS	1-4
UNIDAD II	Conociendo las recomendaciones y requerimientos nutricionales elabora dietas adecuada por individuo y grupo etario contribuyendo a mejorar la calidad de vida del individuo.	LA NUTRICIÓN NORMAL POR GRUPOS ETARIOS	5-8
UNIDAD III	Valora el estado nutricional del individuo. Sustenta el tipo de dieta a elaborar en base a las características fisiopatológicas del individuo, contribuyendo a la mejora de la calidad de vida.	EVALUACIÓN NUTRICIONAL, LA DIETOTERAPIA Y SU APLICACIÓN EN ANEMIAS Y EN ENFERMEDADES NEUROLÓGICAS.	9-12
UNIDAD IV	Valora las dietas terapéuticas conforme a las características fisiopatológicas de los órganos y sistemas de las personas acorde a recomendaciones dietéticas contribuyendo a la mejora de la calidad de vida del individuo.	DIETAS TERAPÉUTICAS POR APARATOS Y SISTEMAS ORGÁNICOS	13-16



#### IV. INDICADORES DE LOGRO DE CAPACIDAD AL FINALIZAR EL CURSO

NÚMERO	INDICADORES DE CAPACIDAD AL FINALIZAR EL CURSO
1	Explica y fundamenta de la evolución histórica de la nutrición, concepto de dieta, alimento, nutrientes, dietética y sus componentes, de acuerdo a la bibliografía especializada.
2	Fundamenta la Política alimentaria y nutricional. Explica las características de los alimentos como fuente de materia y energía.
3	Reconoce la diferencia entre hambre, apetito y saciedad. Explica el proceso digestivo.
4	Describe la importancia de la alimentación sana y los efectos de una dieta defectuosa en la salud. Formula los cálculos calóricos y las normas para elaborar las dietas.
5	Fundamenta y explica la alimentación del lactante y del pre escolar.
6	Fundamenta y explica la alimentación del escolar y del adolescente.
7	Fundamenta y explica la alimentación en la embarazada y la mujer lactante.
8	Fundamenta y explica la alimentación en el adulto y en el deportista.
9	Fundamenta y explica la evaluación nutricional del individuo y las enfermedades por mal nutrición.
10	Fundamenta y analiza las bases que sustentan la elaboración de dietas terapéuticas, su definición, composición, prescripción y tipos.
11	Fundamenta, explica y elabora dietas terapéuticas en enfermedades neurológicas.
12	Fundamenta, explica y elabora dietas terapéuticas en anemias
13	Fundamenta y diseña dietas terapéuticas en patologías cardiovasculares, óseas y musculares.
14	Fundamenta y diseña dietas terapéuticas en patologías gastrointestinales
15	Fundamenta y diseña dietas terapéuticas en patologías hepatobiliares, pancreáticos y renales.
16	Fundamenta y diseña dietas terapéuticas en patología endocrino metabólicas.



V. DESARROLLO DE LAS UNIDADES DIDÁCTICAS:



**UNIDAD DIDÁCTICA I: EVOLUCIÓN HISTÓRICA CONCEPTUALIZACIONES Y ELABORACION DE DIETAS EQUILIBRADAS.**

<b>CAPACIDAD DE LA UNIDAD DIDÁCTICA I:</b> Considerando la evolución de la Nutriología explica la importancia de la Nutrición, los alimentos, nutrientes y sus componentes, en base a las normas técnicas.					
Semana	Contenidos			Estrategia de la Enseñanza Virtual	Indicadores de logro de la capacidad
	Conceptual	Procedimental	Actitudinal		
1	Evolución histórica Definiciones: Nutrición, alimento, alimentación, nutriente, dieta, dietética	Explica las diferentes definiciones, importancia, características y cualidades de los componentes nutricionales	Debatar sobre las importancia de la Nutriología en el contexto actual	<b>Expositiva</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Uso de Google Meet</li> </ul> <b>Debate dirigido:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Foros</li> <li>• Chat</li> </ul> <b>Lecturas</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Uso de repositorios digitales (URL)</li> </ul> <b>Lluvia de ideas (saberes previos)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Foros, Chat</li> </ul> <b>Vídeos tutoriales.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• OBS Estudio</li> <li>• Vídeos (URL)</li> </ul>	- Explica y fundamenta de la evolución histórica de la nutrición, concepto de dieta, alimento, nutrientes, dietética y sus componentes, de acuerdo a la bibliografía especializada
2	Política alimentaria, nutricional. Los alimentos como fuente de materia y energía.	Identificar los aportes energéticos nutrimentario de los alimentos mediante el análisis crítico de la bibliografía pertinente.	Participar de manera crítica y responsable en la revisión bibliográfica características, fuentes, biodigestibilidad de los alimentos y nutrientes.		
3	Hambre, apetito, saciedad. Proceso digestivo.	Explicar el proceso digestivo en base a la bibliografía	Asumir una actitud crítica respecto a las formas y normas de alimentación.		- Reconoce la diferencia entre hambre, apetito y saciedad. Explica el proceso digestivo.
4	Salud, alimentación sana y defectuosa. Cálculo calórico. Normas para elaborar la dieta diaria <b>I EXAMEN PARCIAL</b>	Planificar de manera eficaz la dieta diaria conforme a las Leyes de la Alimentación.	Apreciar los beneficios de alimentación sana y los efectos negativos de una alimentación desequilibrada		
<b>EVALUACION DE LA UNIDAD DIDACTICA</b>					
<b>EVIDENCIA DE CONOCIMIENTOS</b>		<b>EVIDENCIA DE PRODUCTO</b>		<b>EVIDENCIA DE DESEMPEÑO</b>	
- Estudios de casos. - Cuestionarios.		- Trabajos individuales y/o grupales. - Soluciones a Ejercicios propuestos.		- Comportamiento en clase virtual y chat.	



**UNIDAD DIDACTICA II: LA NUTRICIÓN NORMAL POR GRUPOS ETÁREOS**

**CAPACIDAD DE LA UNIDAD DIDÁCTICA II:**  
**Conociendo las recomendaciones y requerimientos nutricionales elabora dietas adecuada por individuo y grupo etario contribuyendo a mejorar la calidad de vida del individuo.**

Semana	Contenidos			Estrategia de la Enseñanza Virtual	Indicadores de logro de la capacidad
	Conceptual	Procedimental	Actitudinal		
5	Alimentación en el lactante y en pre escolar.	Diferenciar las características fisiológicas individuales y grupales del ser humano.	Apreciar las intervenciones de los integrantes de los trabajos grupales.	<b>Expositiva</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Uso de Google Meet</li> </ul> <b>Debate dirigido:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Foros</li> <li>• Chat</li> </ul> <b>Lecturas</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Uso de repositorios digitales (URL)</li> </ul> <b>Lluvia de ideas (saberes previos)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Foros, Chat</li> </ul> <b>Videos tutoriales.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• OBS Estudio</li> <li>• Vídeos (URL)</li> </ul>	-Fundamenta y explica la alimentación del lactante y del pre escolar.
6	Alimentación en el escolar y el adolescente.	Valorar requerimientos calóricos nutricionales por grupo etario	Acrecentar la importancia de una alimentación adecuada en todo el proceso vital y sus consecuencias de una mala alimentación.		- Fundamenta y explica la alimentación del lactante y del pre escolar.
7	Alimentación en la embarazada y la lactante.	Identificar la importancia de una alimentación sana y oportuna para el individuo.	Debatir sobre la importancia del rol de la enfermera(o) en el cuidado de la salud nutricional.		- Fundamenta y explica la alimentación en la embarazada y la mujer lactante.
8	Alimentación en el adulto y en el deportista.  II EXAMEN PARCIAL	Analiza las necesidades nutricionales que sustenta la alimentación por cada especialidad deportiva.	Debatir sobre los efectos de la alimentación del deportista.		- Fundamenta y explica la alimentación en el adulto y en el deportista.

**EVALUACIÓN DE LA UNIDAD DIDACTICA**

EVIDENCIA DE CONOCIMIENTOS	EVIDENCIA DE PRODUCTO	EVIDENCIA DE DESEMPEÑO
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Estudios de casos.</li> <li>- Cuestionarios.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Trabajos individuales y/o grupales.</li> <li>- Soluciones a Ejercicios propuestos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Comportamiento en clase virtual y chat.</li> </ul>

**UNIDAD DIDÁCTICA III: EVALUACIÓN NUTRICIONAL, LA DIETOTERAPIA Y SU APLICACIÓN EN ANEMIAS Y EN ENFERMEDADES NEUROLÓGICAS.**

**CAPACIDAD DE LA UNIDAD DIDÁCTICA III:**  
Sustenta la Evaluación Nutricional, elabora y diseña la dietoterapia en base a las características fisiopatológicas del individuo, y su aplicación en anemias y en enfermedades neurológicas .

Semana	Contenidos			Estrategia de la Enseñanza Virtual	Indicadores de logro de la capacidad
	Conceptual	Procedimental	Actitudinal		
9	Evaluación Nutricional. Descripción y clasificación de las enfermedades nutricionales por déficit o por exceso..	Conocer y evaluar el estado nutricional de las personas y clasifica las diferentes enfermedades nutricionales.	Asume una posición crítica y fundamentada en sus intervenciones orales.	<b>Expositiva</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Uso de Google Meet</li> </ul> <b>Debate dirigido:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Foros</li> <li>• Chat</li> </ul> <b>Lecturas</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Uso de repositorios digitales (URL)</li> </ul> <b>Lluvia de ideas (saberes previos)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Foros, Chat</li> </ul> <b>Videos tutoriales.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• OBS Estudio</li> <li>• Videos (URL)</li> </ul>	Fundamenta y explica el aporte de alimentos y nutrientes, medicina complementarias e integral y suplementación dietética, su regulación y evaluación.
10	Dietoterapia: Definición, composición, Prescripción, Tipos: Dietas Modificadas en calorías, fibras, en proteínas, colesterol, grasa, purina, sal, fenilalanina, libre de gluten, dieta para diabéticos.,	Analizar los componentes alimentarios de cada dieta terapéutica y su efecto.	Seleccionar el material bibliográfico pertinente sobre las bases dietéticas y su efecto en la fisiología humana.		- Fundamenta y analiza las bases nutriólogicas y dietética que sustentan la elaboración de dietas terapéuticas,
11	Dieta en enfermedades neurológicas	Diseñar una dieta tipo por cada enfermedad en base a las recomendaciones planteadas.	Debatir sobre las características, efectos y alcance de las dietas prescritas.		.Fundamenta y analiza las bases nutriólogicas y dietética que sustentan la elaboración de dietas en enfermedades neurológicas
12	Dietas en anemia nutricional II EXAMEN PARCIAL	Diseñar una dieta tipo por cada enfermedad en base a las recomendaciones planteadas	Debatir sobre las características, efectos y alcance de las dietas prescritas		.Fundamenta y analiza las bases nutriólogicas y dietética que sustentan la elaboración de dietas en anemia

**EVALUACION DE LA UNIDAD DIDACTICA**

EVIDENCIA DE CONOCIMIENTOS	EVIDENCIA DE PRODUCTO	EVIDENCIA DE DESEMPEÑO
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Estudios de casos.</li> <li>- Cuestionarios.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Trabajos individuales y/o grupales.</li> <li>- Soluciones a Ejercicios propuestos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Comportamiento en clase virtual y chat.</li> </ul>



**UNIDAD DIDACTICA IV: DIETAS TERAPEUTICAS POR APARATOS Y SISTEMAS ORGANICOS**

<b>CAPACIDAD DE LA UNIDAD DIDÁCTICA IV:</b> Valora las dietas terapéuticas conforme a las características fisiopatológicas de los órganos y sistemas de las personas acorde a recomendaciones dietéticas contribuyendo a la mejora de la calidad de vida del individuo.					
Semana	Contenidos			Estrategia de la Enseñanza Virtual	Indicadores de logro de la capacidad
	Conceptual	Procedimental	Actitudinal		
13	Dieta patología cardiovascular, Ósea y muscular: Patología cardiovascular. Patología ósea y muscular.	Diseñar una dieta tipo por cada enfermedad en base a las recomendaciones planteadas.	Compartir la importancia de la atención y prevención dietética nutricional de las personas.	<b>Expositiva</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Uso de Google Meet</li> </ul> <b>Debate dirigido:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Foros</li> <li>• Chat</li> </ul> <b>Lecturas</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Uso de repositorios digitales (URL)</li> </ul> <b>Lluvia de ideas (saberes previos)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Foros, Chat</li> </ul> <b>Videos tutoriales.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• OBS Estudio</li> <li>• Vídeos (URL)</li> </ul>	- Fundamenta y diseña dietas terapéuticas en patologías cardiovasculares, óseas y musculares.
14	Dieta patología esófago gástrica e intestinal: Enfermedades del esófago, Patologías gástricas, Patologías intestinales	Esquematizar los requerimientos nutricionales y dietéticos acorde a las recomendaciones bibliográficas.	Discutir las bases y leyes de la elaboración de dietas balanceadas.		- Fundamenta y diseña dietas terapéuticas en patologías gastrointestinales.
15	Dieta patología hepatobiliares, pancreática y Renal: Patología hepatobiliares, Enfermedades pancreáticas. Patologías renales.	Identificar los tipos de dietas conforme a las características fisiopatológicas de las personas.	Selecciona dietas adecuadas para cada enfermedad.		- Fundamenta y diseña dietas terapéuticas en patologías hepatobiliares, pancreáticos y renales.
16	Dieta patologías endocrino metabólicas: IV EXAMEN PARCIAL	<b>Discutir</b> el rol profesional en el proceso de atención y de recuperación del paciente con las enfermedades planteadas.	Propiciar el interés de los estudiantes de enfermería en la revisión e investigación dietética nutricional.		- Fundamenta y diseña dietas terapéuticas en patología endocrina metabólicas.
<b>EVALUACION DE LA UNIDAD DIDACTICA</b>					
<b>EVIDENCIA DE CONOCIMIENTOS</b>		<b>EVIDENCIA DE PRODUCTO</b>		<b>EVIDENCIA DE DESEMPEÑO</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Estudios de casos.</li> <li>- Cuestionarios.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Trabajos individuales y/o grupales.</li> <li>- Soluciones a Ejercicios propuestos.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Comportamiento en clase virtual y chat.</li> </ul>	

## VI. MATERIALES EDUCATIVOS Y OTROS RECURSOS DIDÁCTICOS

Se utilizarán todos los materiales y recursos requeridos de acuerdo a la naturaleza de los temas programados. Básicamente serán:

### 1. MEDIOS Y PLATAFORMAS VIRTUALES

- Casos prácticos
- Pizarra interactiva
- Google Meet
- Repositorios de datos

### 2. MEDIOS INFORMATICOS

- Computadora
- Celulares
- Tablet
- Internet

## VII. EVALUACIÓN

La Evaluación es inherente al proceso de enseñanza aprendizaje y será continua y permanente. Los criterios de evaluación son de conocimiento, de desempeño y de producto.

### 1. Evidencias de Conocimiento.

La Evaluación será a través de pruebas escritas y orales para el análisis y autoevaluación. En cuanto al primer caso, medir la competencia a nivel interpretativo, argumentativo y propositivo, para ello debemos ver como identifica (describe, ejemplifica, relaciona, reconoce, explica, etc.); y la forma en que argumenta (plantea una afirmación, describe las refutaciones en contra de dicha afirmación, expone sus argumentos contra las refutaciones y llega a conclusiones) y la forma en que propone a través de establecer estrategias, valoraciones, generalizaciones, formulación de hipótesis, respuesta a situaciones, etc.

En cuanto a la autoevaluación permite que el estudiante reconozca sus debilidades y fortalezas para corregir o mejorar.

Las evaluaciones de este nivel serán de respuestas simples y otras con preguntas abiertas para su argumentación.

### 2. Evidencia de Desempeño.

Esta evidencia pone en acción recursos cognitivos, recursos procedimentales y recursos afectivos; todo ello en una integración que evidencia un saber hacer reflexivo; en tanto, se puede verbalizar lo que se hace, fundamentar teóricamente la práctica y evidenciar un pensamiento estratégico, dado en la observación en torno a cómo se actúa en situaciones impredecibles.

La evaluación de desempeño se evalúa ponderando como el estudiante se hace investigador aplicando los procedimientos y técnicas en el desarrollo de las clases a través de su asistencia y participación asertiva.

### 3. Evidencia de Producto.

Están implicadas en las finalidades de la competencia, por tanto, no es simplemente la entrega del producto, sino que tiene que ver con el campo de acción y los requerimientos del contexto de aplicación.



La evaluación de producto de evidencia en la entrega oportuna de sus trabajos parciales y el trabajo final.

Además, se tendrá en cuenta la asistencia como componente del desempeño, el 30% de inasistencia inhabilita el derecho a la evaluación.

VARIABLES	PONDERACIONES	UNIDADES DIDÁCTICAS DENOMINADAS MÓDULOS
Evaluación de Conocimiento	30 %	El ciclo académico comprende 4
Evaluación de Producto	35%	
Evaluación de Desempeño	35 %	

Siendo el promedio final (PF), el promedio simple de los promedios ponderados de cada módulo (PM1, PM2, PM3, PM4)

$$PF = \frac{PM1 + PM2 + PM3 + PM4}{4}$$

## VIII. BIBLIOGRAFÍA

### 8.1 Fuentes Bibliográficas

- Biesalski H.K., Grimm P.(2007) Nutrición: Texto y Atlas. Editorial Médica Panamericana.
- Burgess, A, y Glasauer, P.( 2006) Guía de Alimentación de la Familia. Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación. Roma.
- Cao Torija, M.J. (2004). Nutrición y Dietética. 2° ed. Edit. Masson S.A. Barcelona-España.
- Casanueva E. Y OTROS. (2008) Nutriología Médica. Editorial Médica Panamericana. 3ª ed. Pax Médico.
- Cruz R, et.al.( 2010.) Fundamentos de la Nutriología Pediátrica. Vol. I y II. 1era. Edición. Lima-Perú. Fondo Editorial Instituto de Investigación para el Desarrollo de la Nutriología S.A.
- Cruz R. Herrera T. (2013) Procedimientos clínicos para la atención en hospitalización y consulta. 1° edición. Lima: IIDENUT SA.
- Cruz R., Herrera T. (2013). Procedimientos Clínicos para la atención en hospitalización y consulta. 1° edición. Lima IIDENUT S:A.
- Donmell A. (1997) Nutrición y alimentación del niño en los primeros años de vida. Organización Panamericana de la Salud. Washington,.
- Le Boolanger J., Actualización, tratamiento – vitaminas. Productos Roche Q.F. S.A. Lima – Perú.
- Kauker-Horwitz, M. perez-lizaur, A. Arroyo, P. ( 2015) Nutriología Médica (eBook online).4 ed.
- Mahan K. Raymond J. (2017). Krause Dietoterapia, 14° ed. Elsevier Inc. Barcelona-España..
- Martinez, A. Portillo, M. (2011.) Fundamentos de Nutrición y Dietética (eBook online) Bases metodológicas y aplicaciones.
- Mitchell, H. y Otros. ( 2005.) Nutrición y Dieta de Cooper. 15° Edición. Nueva Editorial Interamericana, S. A. México
- Organización Panamericana De La Salud- Instituto Internacional de Ciencias de la Vida.( 1997) Conocimientos actuales sobre Nutrición. 7ª ED. Washington..
- Perez Calvo J.( 2003) Nutrición energética y salud. Edit. Grijalbo Mondadori S.A. España.
- Repullo Picasso. (2004) Nutrición Humana y Dietética. Editorial Marbán Libros, S.L. 2ª ed. Madrid-España.
- Revista Especializada de Nutrición. Instituto de Investigación para el Desarrollo de la Nutriología. Lima-Perú.

- Rubio, M. A. y Otros. (2015) Manual de Obesidad Mórbida (eBook online). 2° ed.  
 Tellez M. E. NUTRICIÓN CLÍNICA. (2010) Manual Moderno, México.  
 UNISAP., (1995) CURSO DE ACTUALIZACIÓN DE LA ENSEÑANZA DE SALUD PÚBLICA. MÓDULO: NUTRICIÓN. Perú.  
 Waterlow J.C., (1996) MALNUTRICIÓN PROTEICO ENERGÉTICO—Organización Panamericana de la Salud. Publicación Científica N° 555. Washington.

## 8.2 Fuentes Electrónicas

- INFORMACIÓN SOBRE ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN: [www.eatright.org](http://www.eatright.org)  
 PIRÁMIDE NUTRICIONAL: [www.mypyramid.gov](http://www.mypyramid.gov)  
 INSTITUTO DE INVESTIGACIÓN NUTRICIONAL (PERÚ): [www.iin.sid.pe](http://www.iin.sid.pe)  
 INSTITUTO DE NUTRICIÓN Y TECNOLOGÍA ALIMENTARIA (INTA-CHILE): [www.inta.cl](http://www.inta.cl)  
 FAO 2003. Educación en nutrición para la enseñanza básica. Santiago  
<http://www.rlc.fao.org/prior/segalim/accalim/educa>  
 FAO/OMS. 2003. Aprender a vivir con el VIH/SIDA. Manual sobre cuidados y apoyo nutricionales a los enfermos de VIH/SIDA. Roma. FAO.  
[http://www.fao.org/documents/show\\_cdr\\_cdr.asp?url\\_file=/docrep/006/y4168s/y4168s00.htm](http://www.fao.org/documents/show_cdr_cdr.asp?url_file=/docrep/006/y4168s/y4168s00.htm)  
 FAO/LATINFOODS.2003. Tabla de composición de Alimentos de América Latina.  
<http://www.rlc.fao.org/bases/alimento>  
 ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD. Centro de Prensa. Alimentación Sana. Nota descriptiva N° 394. Setiembre de 2015 <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs394/es/>  
 ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD. Obesidad y sobrepeso. Nota descriptiva N°311. Enero de 2015. <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/es/>  
 ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD. Malnutrición  
[http://www.who.int/maternal\\_child\\_adolescent/topics/child/malnutrition/es/](http://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/child/malnutrition/es/)  
 ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD, Temas de Salud, Nutrición. Alimentación del lactante y del niño pequeño. Nota descriptiva N° 342. Enero de 2016  
<http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs342/es/>  
 ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD. ¿Cuál es la alimentación recomendable para el niño en sus primeros años de vida?. Preguntas y respuestas en línea. 29 de julio de 2011  
<http://www.who.int/features/qa/57/es/>  
 ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD. ¿Hasta qué edad es adecuado alimentar al bebé sólo con leche materna?. Preguntas y respuestas. Julio de 2013  
<http://www.who.int/features/qa/21/es/>  
<http://www.rlc.fao.org/bases/alimento>.  
<https://www.unaj.edu.ar/wp-content/uploads/2017/09/LEN-Nutrici%C3%B3n-y-dietoterapia.pdf>

Huacho marzo del 2026



Universidad Nacional  
José Faustino Sánchez Carrión

CNP N° 0882  
DOCENTE