

Universidad Católica de Cuyo Sede San Luis – Facultad de Ciencias Económicas y Empresariales.



Programas Año Académico 2008

## **UNIVERSIDAD CATOLICA DE CUYO SEDE SAN LUIS**

**Facultad de Cs. Económicas y Empresariales.**

**Programa de Estudio de la Asignatura ALIMENTOS Y  
GASTRONOMÍA correspondiente a la carrera de Lic. en  
Hotelería y Turismo, correspondiente al ciclo lectivo 2008.-**

**Profesor/ a Titular : Lic. Martha Beatriz Albornoz**

Profesora Adjunta: Lic. Cintia Ortiz

**Código de Asignatura : 1554**



Programas Año Académico 2008

<b>PROGRAMA DE ALIMENTOS Y GASTRONOMÍA</b>	<b>Código:1554</b>
--------------------------------------------	--------------------

## **1. Contenidos Mínimos del Plan de Estudios , según Res HCSUCC y Res ME**

Introducción a la Gastronomía. Historia de Alimentación: “De lo crudo a lo cocido”. Hábitos Alimentarios.

Leyes fundamentales de la alimentación. Alimentos:

Generalidades. Composición Química. Los grupos básicos: cereales y legumbres secas, hortalizas y frutas,

Lácteos, carnes- huevos, azúcar- dulces y grasas. Generalidades. Clasificación.

Agua: Calidad. Bebidas. Aditivos. Código Alimentario Argentino. Operaciones fundamentales en la prepara-

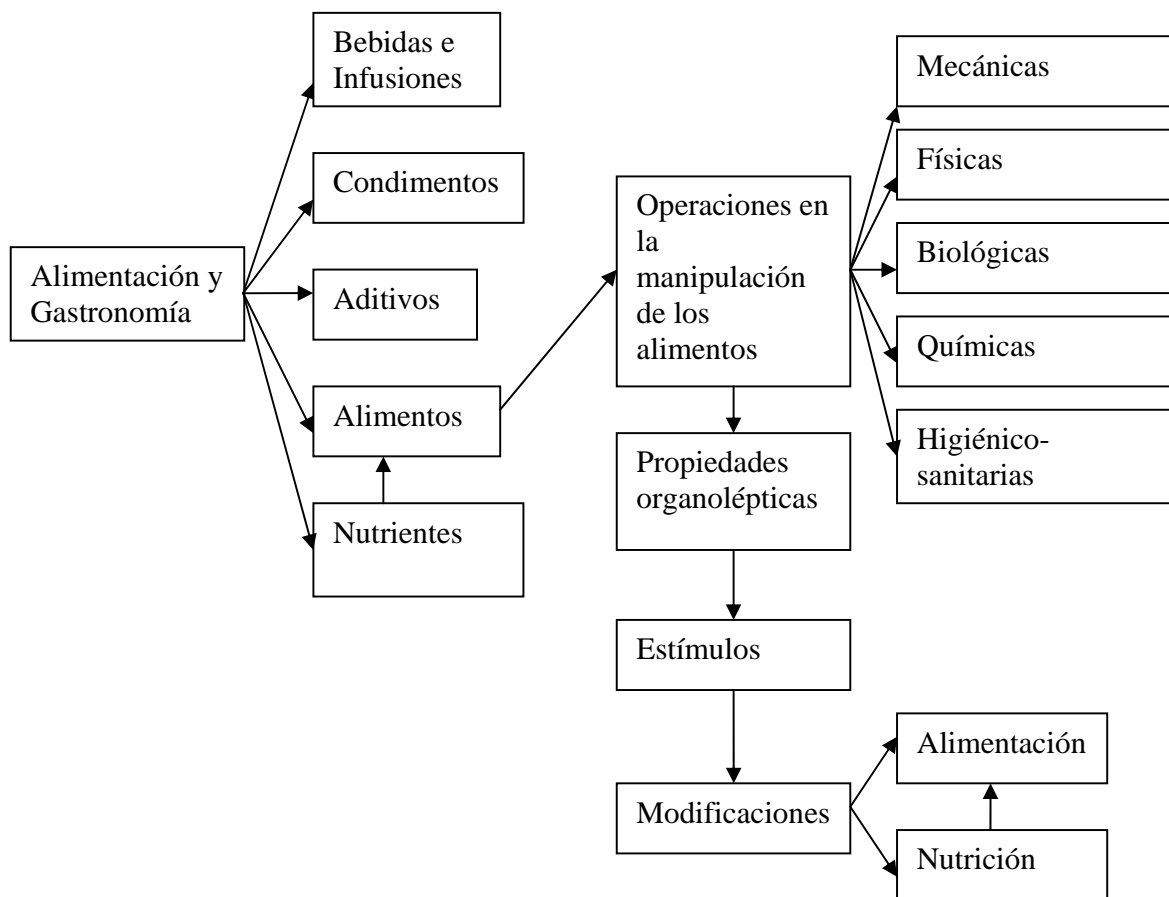
ción de los alimentos. Conocimientos básicos para la elaboración de menús para un régimen normal y para patologías muy difundidas.

## **2. El marco de referencia y el esquema del programa**

**-Esquema**



**Programas Año Académico 2008**



**-Correlatividades:** no posee

**-Objetivo del Programa:**

Que el alumno logre conocer los grupos básicos de alimentos para una correcta alimentación, la composición química, el valor nutricional, las modificaciones a las cuales se someten durante su manipuleo, y la repercusión de los mismos en la salud. Que sepa aplicar las reglas de higiene, y la armonía requerida en la alimentación.

Que además: logre conocer los principios de conservación de los alimentos. Aplicar los conocimientos adquiridos sobre alimentos en la preparación de las comidas, teniendo en cuenta la preservación del valor nutritivo, la aceptabilidad y la presentación.

Así también fomentar la investigación y análisis de los cambios que se producen durante el procesamiento y conservación.

**-Prerrequisitos:**



### **Programas Año Académico 2008**

#### **REQUISITOS PARA REGULARIZAR LA ASIGNATURA:**

- \*Asistencia a clases el 80 % .
- \*Asistir y aprobar el 80 % de los prácticos evaluables por unidad del programa, con cuatro (4) ptos.
- \*Tener aprobados los dos (2) exámenes parciales con 6 (seis) o más puntos, pudiendo recuperar un solo parcial con seis (6) ptos. O más
- \*Realizar y presentar el 100 % de las guías de trabajos prácticos de los diferentes temas, en la fecha estipuladas por los profesores de cátedra.
- \*Tener aprobados con cuatro o más ptos. los temas a exponer en clase, dados por los profesores con tiempo previsto para investigar.

#### **PRESENTACIÓN DE CARPETA CON TRABAJOS PRACTICOS:**

Previo a cada parcial, deberá presentarse la carpeta con los trabajos prácticos dictados (escritos a máquina) hasta la fecha aprobados por profesores de la cátedra, de lo contrario no podrá rendir el parcial previsto.

Y al finalizar el cursado, deberá tener la carpeta con todas las guías de trabajos prácticos realizados (aprobados) durante el dictado de la asignatura (escritos a máquina) para poder rendir el examen final de la asignatura.

#### **EL DÍA DEL EXAMEN:**

- a) Rendir y aprobar con 4 (cuatro) o más puntos el examen oral, una vez aprobados los cuatro pasos anteriores

#### **-Justificación de temas:**

- \*Lograr que el alumno adquiriera los conocimientos suficientes sobre los alimentos, su selección en la preparación de comidas, teniendo en cuenta la preservación del valor nutritivo, la aceptabilidad, presentación y el aspecto práctico y económico de los mismos.
- \*Manejar el vocabulario técnico necesario para interpretar la información recibida.
- \*Lograr la integración con otras asignaturas, como: Cocina, enología, etc., para facilitar el aprendizaje, desarrollando el pensamiento crítico y la capacidad creadora.
- \*Fomentar la investigación con el análisis de los cambios que se producen en los alimentos durante su manipulación.
- \*Despertar la creatividad y el interés por la combinación de los recursos disponibles y la búsqueda de otros no tradicionales.



## Programas Año Académico 2008

### **-Conocimientos y comportamientos esperados**

La materia está orientada al finalizar el dictado de la misma que el alumno esté en condiciones de aplicar en la práctica todo lo concerniente al alimento.

La clasificación de alimentos, su adquisición, preparación, cocción, distribución, utilización, etc.

Brindando a su vez la oportunidad de experimentar “in situ” las diferentes modificaciones que sufren los alimentos con la aplicación de las operaciones o procedimientos que se pueden operar en ellos, tratando de inculcar hábitos culinarios correctos, prácticos y saludables, y con aplicación paralela en otras materias.

En esta asignatura, se pretende despertar el interés por la investigación, la capacidad creativa y la búsqueda de alimentos y recursos alternativos.

### **-Conocimientos requeridos por asignaturas posteriores:**

- \*Alimentos y operaciones con los mismos, en cocina.
- \*Cereales, azúcares y grasas, en Panadería y Pastelería.
- \*Bebidas, en Enología.
- \*Alimentos y bebidas, en Alimentos y Bebidas.

## **3.Unidades didácticas**

### **UNIDAD I: ALIMENTOS- GASTRONOMÍA.**

I-1 Introducción a la Alimentación y la Gastronomía: “De lo crudo a lo cocido”.... “del fuego al microondas- freezer”.

La Gastronomía: definición, según Millo Casas. Objetivos.

I-2 Alimentación: concepto. Hábitos alimentarios y factores que influyen. Nutrición: concepto.

Nutrientes o Principios Nutritivos: concepto. Clasificación: hidratos de carbono, proteínas, grasas, vitaminas y minerales. Alimento. Sustancias Alimenticias. Productos Alimenticios.

Alimentos Protectores. Alimento Fuente. Alimentos Enriquecidos y Fortificados.

Clasificación de los alimentos: Según la Gráfica de la Alimentación Saludable. Los 10 mensajes de la Alimentación Saludable.

I-3 Tiempos de la Nutrición: alimentación, metabolismo y excreción. Régimen Normal: concepto. Leyes fundamentales de la alimentación.

I-4 El alimento como estímulo psicofísico.

El alimento como estímulo emocional.

Caracteres físicos de los alimentos. Aceptabilidad.

Propiedades organolépticas de los alimentos.

I-5 Receta culinaria: concepto, diseño e instrucciones para su realización.

Cocina: concepto. Tipos de cocina: casera, de lujo y dietética. Factores que caracterizan a c/ u.



**Programas Año Académico 2008**

## **UNIDAD II: OPERACIONES FUNDAMENTALES EN LA PREPARACION DE LOS ALIMENTOS Y MODIFICACIONES**

Operaciones fundamentales en la preparación de alimentos.

- A) Mecánicas: concepto, clasificación, efectos sobre el alimento en su aspecto, volumen, digestibilidad, estado sanitario y económico.
- B) Físicas: mecanismo de transferencia calórica (conducción, convección, radiación). Métodos y procedimientos de cocción. Clasificación. Características comunes y diferenciales. Efectos sobre los alimentos.  
Enfriamiento y congelación. Efecto del frío sobre los alimentos.
- C) Químicas: conservación y preservación de los alimentos.
- D) Biológicas: utilización de fermentos, levaduras y bacterias.
- E) Procedimientos Higiénicos y Sanitarios.

## **UNIDAD III: ALIMENTOS DE ORIGEN VEGETAL, CLASIFICACIÓN Y TRANSFORMACIONES POSIBLES.-**

- A) CEREALES: Tipos. Estructura. Valor alimentario. Modificaciones de acuerdo a las operaciones a las cuales se someten.. El gluten, propiedades, características.  
Fibra alimentaria: concepto. Clasificación.
- B) HORTALIZAS Y LEGUMBRES: Concepto. Composición química. Clasificación según su contenido en hidratos de carbono. Valor alimentario. Pigmentos vegetales. Posibles modificaciones por cocción. Sustancias que brindan sabor y olor. Sus transformaciones. Valor nutritivo en relación con la preparación. Almacenamiento, envejecimiento y utilización de los vegetales. Procedimientos mecánicos, físicos y químicos. Legumbres secas, definición. Caracteres físicos. Generalidades. Clasificación. Valor alimentario de las legumbres frescas y de las secas. Composición química promedio. Formas de cocción y preparación. Tipos de remojos. Soja: Valor alimentario. Leche vegetal, harina, tofu y salsa de soja. Técnicas y utilización en reemplazo de alimentos de origen animal. Intersuplementación proteica.
- C) FRUTAS: clasificación, según su contenido en agua y su contenido en grasas. Composición química. Valor alimentario y utilización. Conservación del valor nutritivo. Preparaciones con frutas: características comunes diferenciales.

## **UNIDAD IV: ALIMENTOS DE ORIGEN ANIMAL, ESTRUCTURA, COMPOSICIÓN Y CAMBIOS PRODUCIDOS SEGÚN SU TRATAMIENTO.-**

IV-1 CARNES VACUNA, DE CERDO, PESCADO Y AVE: Concepto. Estructura, composición y utilización. Valor nutricional. Modificaciones por cocción. Conservación de la misma. Pescados y mariscos. Clasificación de pescados y de mariscos. Estructura.



### Programas Año Académico 2008

Composición química. Conservación. Criterios de frescura. Alteración. Aplicación de procedimientos físicos: calor y congelamiento. Conservación industrial. Aves. Composición química. Aplicación de operaciones físicas: congelado y descongelado; cocción.

IV-2 LECHE Y DERIVADOS: Composición química. Valor nutricional. Estructura físico-química. Tratamientos mecánicos y térmicos industriales. Leche fluida. Crema. Factores que influyen en la estabilidad de una crema de leche. Queso: concepto. Composición química promedio. Tipos de quesos. Elaboración. Pasos generales. Método enzimático y de acidificación para la coagulación. Clasificación según Código Alimentario Argentino (C. A. A): según contenido de grasa y de humedad. Leche concentrada y/ o deshidratada: leche condensada o concentrada con azúcar, leche en polvo. Leches fermentadas: yogur, valor nutricional.

IV-3 HUEVOS: Definición. Estructura y caracteres organolépticos. Composición Química. Valor alimentario. Modificaciones después de la postura; conservación y utilización. Batido de las claras, emulsión de las yemas. Sustancias que modifican la coagulación de las proteínas.

### **UNIDAD V: ALIMENTOS GRASOS.**

Características. Clasificación. Aceites. Aceites de semillas. Obtención de los aceites. Tipos de aceites de oliva. Frituras. Punto de fusión Punto de humeo. Grasas lácteas. Margarinas. Grasas animales: manteca de cerdo. Frutos secos grasos. Emulsiones.

### **UNIDAD VI: AZÚCARES.**

Clasificación. Características Físicos- químicas. Modificaciones de los azúcares con aplicación del calor. Edulcorantes nutritivos. Edulcorantes no nutritivos. Jalea. Mermelada. Dulce. Dulce crema. Frutas en almíbar. Sustancias fundamentales para preparar jaleas, dulces, mermeladas: Pectina, ácido, azúcar. Glucosa. Frutas ricas en pectina. Envasados de dulces. Defectos reparables de dulces. Utensilios para la cocción de dulces.

### **UNIDAD VII: AGUA.**

Concepto. Características químicas del agua. Características potables del agua. Variedades de agua. Aguas minerales. Contenido de agua en los distintos grupos de alimentos. El agua y su distribución en el organismo humano. Necesidades diarias. Funciones

**UNIDAD VIII:** Bebidas. Bebidas alcohólicas: el empleo en la preparación de comidas. Clasificación: fermentadas, destiladas, licores, espirituosas. Vino: características, factores positivos para su elaboración. Vinos: comunes o de mesa, generosos o de postre, compuestos aromatizados, espumosos. Cepajes: clasificación. Temperaturas adecuadas de consumo de cada vino. El vino y las comidas. Composición promedio del vino., y recomendaciones de consumo diario.

Bebidas estimulantes. Infusiones: concepto. Distintos tipos de infusiones: té, café, yerba mate, malta.



### Programas Año Académico 2008

Bebidas refrescantes. Jugos: concepto. Exigencias a cumplir para su elaboración. Formas principales para su conservación. Elaboración de zumos cítricos. Jugos: concentrados, para beber sin diluir y para diluir.

Bebidas carbonatadas. Concepto. Materias primas. Acidez. Sabores a cola. Frutales. Sodas.

**UNIDAD IX:** Condimentos. Concepto. Subdivisión: 1-Especias: concepto, clasificación. 2-Vegetales. 3-Sal: concepto. Distintos tipos de sales. 4-Vinagre. Concepto. Distintos tipos de vinagres. Su uso en las comidas. Aceto balsámico. 5-Salsas o aderezos. Concepto. Clasificación. Salsas emulsionadas. Salsas no emulsionadas. Gratén. Sopas.

**UNIDAD X:** Aditivos Alimentarios. Definición, según Mercosur. Clasificación de los aditivos según su función: 1-A. que evitan alteraciones químicas o biológicas. 2- A. Modifican características organolépticas. 3-A. que mejoran el aspecto y características físicas. 4-A. Mejoradores o correctivos.

**UNIDAD XI:** Cuidados alimentarios- nutricionales en la elaboración y preparación de regímenes de las enfermedades: diabetes, hiperlipoproteínemias, hiperuricemia y gota, hipertensión, celiaquía y estreñimiento.





**Programas Año Académico 2008**

Contenidos- Evaluaciones- Actividades	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
06/ 08: Carnes: pescado	-													
13/ 08: Leche y derivados		-												
20/ 08: Huevos			-											
Unidad N° 5				-										
27/ 08: Alimentos grasos				-										
Unidad N° 6					-									
03/ 09: Azúcares. Exposición grupal: Carne vacuna, preparaciones y Vinos adecuados.					-									
Unidad N <sup>oa</sup> 7						-								
10/ 09: Agua. Exposición grupal: Carne de aves.						-								
Unidad N° 8							-							
17/ 09: Bebidas. Exposición grupal: carne de pescados.								-						
Unidad N° 9									-					
24/ 09: Condimentos. Exposición grupal: Bebidas alcohólicas.										-				
Unidad N° 10											-			
01/ 10: Aditivos. Exposición grupal: preparaciones y sus condimentos. <b>2ª Entrega de carpeta con trabajos prácticos.</b>														
Unidad N <sup>a</sup> 11											-	-		
08/ 10: Cuidados alimentarios. 15/ 10: Cuidados alimentarios, continuación.														
<b>22/ 10: Segundo examen parcial</b>													<b>x</b>	
Entrega de Notas. Revisión de Exámenes.														
<b>29/ 10: Examen Parcial Recuperatorio</b>														<b>x</b>
05/ 11: Entrega de Notas. Revisión de Exámenes. De carpetas														-
Firma de Actas														

**4. Evaluación y promoción**

**METODOLOGÍA DE LA ENSEÑANZA:**

**EN LOS TEÓRICOS:**



### **Programas Año Académico 2008**

- \*Exposición dialogada del profesor.
- \*Exposición oral de los alumnos.
- \*Investigación bibliográfica.
- \*Lectura de folletos, revistas especializadas. Comentarios y análisis.
- \*Elaboración de material didáctico y explicación de su contenido.

#### **EN LOS PRÁCTICOS:**

- \*Trabajos realizados, grupal o individualmente, en clase.
- \*Investigación .

#### **MATERIALES Y AYUDAS AUDIOVISUALES:**

##### **EN TEÓRICOS Y PRÁCTICOS:**

- Material gráfico
- Libros de consulta, apuntes de cátedra, revistas, etc.
- Confección de esquema integrador.
- Cuadros comparativos.
- Proyección de filmas y videos.
- Muestras de alimentos.

#### **EVALUACIÓN DEL EDUCANDO:**

- EN TEÓRICOS:** 2 parciales durante del dictado anual de la asignatura.  
1 recuperatorio: del 1° o 2° parcial, próximo al final del ciclo lectivo.  
Evaluación de la exposición oral.  
Análisis y comentarios de las guías de trabajo evaluables

- EN PRÁCTICOS:** Desarrollo de la actividad práctica, desempeño, cumplimiento, presentación por guía de trabajo realizado, y por exposición de material de la exposición Oral grupal.  
Desempeño en la elaboración y presentación en el menú a elaborar al finalizar el cursado de la materia.

## **5. Bibliografía**

- BARRETO, Lírca. Manual de Nutrición; Serie Formación Técnica Clubes Hogar Rural. Secretaría de estado de Agricultura y Ganadería de la Nación. Instituto Nacional de Tecnología Agropecuaria (INTA). República Argentina, febrero de 1963.-



### Programas Año Académico 2008

- THOULON CH- PAGE. Nutrientes, Alimentos y Tecnologías Alimentarias. Cuadernillos de Dietética N° 1 y 2 . 2° EDICIÓN MASSON S. A. 1999.-
- ABALLONE, J. C. Psicofisiología. Buenos Aires, 1971.
- BEST and TAYLOR.. Physiological basic of medical practice. Ed. John Brobeck. 10 th Edition. Willians and Wilkins Co. Baltimore (U. S. A), 1979.
- EIZAGUIRRE, C. y FIDONE S. J. Fisiología del Sistema Nervioso. Editorial Médica Panamericana. Buenos Aires, 1977.-
- GANONG, W. F. Review of Medical Physiology. 9 th Edition. Lange Medical Publications. California (U.S.A). 1979.-
- MOUNCLASTE, V. B. Fisiología Médica. Ed. Vernon B. Mountclaste, 2° Edición. La Prensa Médica Mexicana, 1979.-
- TEPPERMAN, J. Fisiología Endocrina y Metabólica. 2° Edición. Editorial Interamericana, S.A México, 1970.-
- VANDER, A. J, SHERMAN, J. H y LUCIANO, D. S. Fisiología Humana. Editorial Mc. Latinoamericana S. A. Bogotá, 1978.-
- LARMOND, E. Laboratory Methods for Sensory Evaluation of Food. Publ. 1637. Dpto de Agricultura, 1977.-
- GUYTON, Arthur. Fisiología Humana, 6° Edición en español. |987.-
- BEST Y TAYLOR. Bases Fisiológicas de la Práctica Médica, 12° Edición JHON B. WEST. Editorial Panamericana. México, 1998.-
- CERVERA, P; CLAPES, J; RIGOLFAS, R. Alimentación y Dietoterapia, 3° Edición. 1999.-
- REVIGLIONO, CONCI. “Decidite por soja”. U. N. C. / 1990.- Cba.
- LÓPEZ, LAURA BEATRIZ. SUÁREZ MARTHA MARÍA. Fundamentos de nutrición normal. Editorial EL ATENEO. Argentina . Buenos Aires. 2002.-
- DELFINO, RICARDO. FANTO DE GRIMAUT SILVIA. DELFINO SILVINA. Calidad bromatológica y nutricional en alimentos. Argentina ,Córdoba.
- MARTÍNEZ, J. ALFREDO. Fundamentos Teóricos- prácticos de nutrición y dietética. Mg.GRAW-HILL- INTERAMERICANA DE ESPAÑA, S. A. U. España, Madrid. 1998.-
- CASAS, LORENZO MILLO. Gastronomía. Biblioteca Práctica. Ediciones Pirámide, S. A- Madrid. 1990.-
- LIC. LEMA N. SILVIA, LIC. LONGO N. LONGO, LIC. LOPRESTI ALICIA. Guías Alimentarias para la población Argentina. Manual de Multiplicadores. Asociación Argentina de Dietistas y Nutricionistas Dietistas. Argentina, Capital Federal.
- MAHAN L. KATHLEEN, ARLIN T. MARIAN. KRAUSE. Nutrición y Dietoterapia. 8° Edición. México. 1995.-
- SALINAS D. ROLANDO. Alimentos y Nutrición. Bromatología aplicada a la salud. EL ATENEO . Argentina, Buenos aires. Junio de 2000.-
- LONGO N. ELSA, NAVARRO T. ELIZABETH. Técnica Dietoterápica. Librería- Editorial EL ATENEO. Argentina, Buenos Aires. 1994.-
- MEDIN ROXANA, MEDIN SILVINA. ALIMENTOS. Introducción Técnica y Seguridad. 1° Edición. Argentina, Buenos Aires. Abril de 2002.-
- REY ANA MARÍA, SILVESTRE A. ALEJANDRO. Comer sin riesgos. 1° Edición. Editorial HEMISFERIO SUR S.A. Argentina, Buenos Aires. 1999.-



### Programas Año Académico 2008

- PICAS CARME, VIGATA ANA. Técnicas de pastelería, panadería y conservación de alimentos. EDITORIAL SÍNTESIS. S. A. España, Madrid. 1997.-
- ALADRO MANUEL. Microondas 2 con freezer. Los libros de Utilísima. Editorial ATLÁNTIDA. S. A. 6° Edición. México. Buenos Aires. 1996.-
- BERRETEAGA, CHOLY. Dulces, conservas y embutidos. Editorial ATLÁNTIDA S. A. Argentina, Buenos aires. 1999.-

### 6. Actividad del Cuerpo docente de la cátedra

	Apellido	Nombres
Profesor Titular:	ALBORNOZ	MARTHA BEATRIZ
Profesor Asociado:	ORTIZ	CINTIA LORENA
Profesor Adjunto:		
Jefe de Trabajos Prácticos:		
Ayudante Diplomado:		
Auxiliar Alumno Ad-honorem		

#### Reuniones de Cátedra.

Quincenales o semanales.

#### Resumen del estado del arte de la especialidad.

#### Actividades científico técnicas en curso y planeadas durante el período.

Firma del Profesor a Cargo:
Aclaración de Firma:
Fecha: