



UES

Universidad Estatal de Sonora
La Fuerza del Saber Estimulará mi Espíritu

MANUAL DE PRÁCTICAS DE LABORATORIO

Inglés con Propósitos específicos

Programa Académico
Plan de Estudios
Fecha de elaboración
Versión del Documento

Lic. en Nutrición Humana
2021
04/07/2025
01



UES

Universidad Estatal de Sonora
La Fuerza del Saber Estimulará mi Espíritu

Dra. Martha Patricia Patiño Fierro
Rectora

Mtra. Ana Lisette Valenzuela Molina
**Encargada del Despacho de la Secretaría
General Académica**

Mtro. José Antonio Romero Montaña
Secretario General Administrativo

Lic. Jorge Omar Herrera Gutiérrez
**Encargado de Despacho de secretario
general de Planeación**

Tabla de contenido

INTRODUCCIÓN	4
IDENTIFICACIÓN	5
<i>Carga Horaria de la asignatura</i>	5
<i>Consignación del Documento</i>	5
MATRIZ DE CORRESPONDENCIA.....	6
NORMAS DE SEGURIDAD Y BUENAS PRÁCTICAS	7
<i>Reglamento general del laboratorio.....</i>	7
<i>Reglamento de uniforme.....</i>	7
<i>Uso adecuado del equipo y materiales.....</i>	<i>¡Error! Marcador no definido.</i>
<i>Manejo y disposición de residuos peligrosos.....</i>	<i>¡Error! Marcador no definido.</i>
<i>Procedimientos en caso de emergencia</i>	<i>¡Error! Marcador no definido.</i>
RELACIÓN DE PRÁCTICAS DE LABORATORIO POR ELEMENTO DE COMPETENCIA	9
PRÁCTICAS	3
FUENTES DE INFORMACIÓN.....	8
NORMAS TÉCNICAS APLICABLES	8
ANEXOS	3

INTRODUCCIÓN

Como parte de las herramientas esenciales para la formación académica de los estudiantes de la Universidad Estatal de Sonora, se definen manuales de práctica como elemento en el cual se define la estructura normativa de cada práctica, además de representar una guía para la aplicación práctica del conocimiento y el desarrollo de las competencias clave en su área de estudio. Su diseño se encuentra alineado con el modelo educativo institucional, el cual privilegia el aprendizaje basado en competencias, el aprendizaje activo y la conexión con escenarios reales.

Con el propósito de fortalecer la autonomía de los estudiantes, su pensamiento crítico y sus habilidades para la resolución de problemas, las prácticas integran estrategias didácticas como el aprendizaje basado en proyectos, el trabajo colaborativo, la experimentación guiada y el uso de tecnologías educativas. De esta manera, se promueve un proceso de enseñanza-aprendizaje dinámico, en el que los estudiantes no solo adquieren conocimientos teóricos, sino que también desarrollan habilidades prácticas y reflexivas para su desempeño profesional.

- Brindar una guía práctica para que los estudiantes elaboren productos multimedia — como podcasts y videos en inglés— sobre temas de salud y enfermedad desde la perspectiva de la nutrición humana. El manual busca fortalecer la competencia comunicativa, el pensamiento crítico y el dominio de contenidos científicos, al tiempo que fomenta competencias blandas como la creatividad, la responsabilidad y el trabajo colaborativo. Su aplicación en la educación superior en México, y específicamente en la Licenciatura en Nutrición Humana en Hermosillo, Sonora, contribuye a vincular teoría y práctica, respondiendo a las necesidades del entorno profesional y social.
- Competencias por desarrollar
 - Competencias comunicativas y blandas: Desarrollar habilidades en inglés, pensamiento crítico, creatividad, responsabilidad y trabajo en equipo.
 - Competencias disciplinares: Comprender y explicar procesos fisiológicos como la digestión, utilizando lenguaje técnico en inglés.
 - Competencias profesionales: Aplicar herramientas digitales para la educación en salud y la divulgación científica en el campo de la nutrición.

IDENTIFICACIÓN

Nombre de la Asignatura		Inglés con propósitos específicos	
Clave	022CB009	Créditos	6
Asignaturas Antecedentes		Plan de Estudios	2021

Área de Competencia	Competencia del curso
Resolver situaciones nuevas o desafiantes en el contexto académico, a través de la toma de decisiones, pensamiento crítico y creativo, autogestión del aprendizaje y comunicación eficaz; para transitar de forma efectiva a lo largo de la trayectoria de formación profesional.	Analizar el idioma inglés en actividades inherentes al estudiante de la LNH con apertura al cambio para la mejoría de las habilidades para comunicarse de forma oral, escrita, así como comprensión y lectura en otro idioma, con base en el nivel inicial de inglés de cada alumno.

Carga Horaria de la asignatura

Horas Supervisadas			Horas Independientes	Total de Horas
Aula	Laboratorio	Plataforma		
5	0	0	3	8

Consignación del Documento

Unidad Académica	Unidad Académica Hermosillo
Fecha de elaboración	04/07/2025
Responsables del diseño	Pedro Alejandro Magdaleno Moreno
Validación	
Recepción	Coordinación de Procesos Educativos

MATRIZ DE CORRESPONDENCIA

NORMAS DE SEGURIDAD Y BUENAS PRÁCTICAS

Reglamento general del laboratorio

No aplica

Reglamento de uniforme

El uso del uniforme en la Licenciatura en Nutrición Humana es obligatorio como un acto de responsabilidad, compromiso y de identidad profesional. El uniforme contempla los siguientes elementos y condiciones de uso:

Uniforme para actividades académicas en el aula y comunidad: Damas y caballeros filipina blanca, con logo de la Universidad Estatal de Sonora, deberá estar impreso al lado izquierdo, en la parte inferior del logo deberá llevar el nombre del programa educativo y en el lado derecho el nombre del alumno. El pantalón caqui de vestir, zapatos y calcetines café oscuro.

Características específicas del uniforme

Filipina blanca

Tela Dracón repelente a los líquidos, manga corta para dama y caballero, de zipper con dos bolsas al frente, con logotipo de UES izquierda y nombre del programa educativo. El logotipo de la Universidad será el que se utiliza para fondos Blancos. Nombre del alumno a la derecha, bordado en color guinda institucional. La filipina cerrada hasta la parte superior del pecho no debe tener algún otro bordado ni color de ninguna otra índole que no sea el institucional. Deberá portarse en el aula de clase, en eventos oficiales y comunitarios, así como en cualquier actividad de orden académico organizado por nuestra institución o en representación de esta. Ropa interior camiseta manga corta y/o tira huesos de color blanco.

Pantalón color caquí

Color caqui, corte formal. El pantalón de la mujer corte recto de vestir, holgado, puede ser de pretina botón y zipper o de elástico y cerrado. En caso de usar cinturón, este debe ser color café oscuro. No se permiten, pantalones tipo campana, a la cadera, pescadores, cargo, leggins, ni portar cadenas ligadas al pantalón.

Zapato

Café obscuro (completo) cerrado, tipo mocasín con o sin agujetas. No se permite el uso de sandalias, tenis, zapatos de plataforma, botas, botines y zapatos tipo crocs.

Cabello

Hombres y Mujeres: Cabello corto o recogido (estilo coleta), sin cabellos sueltos. Hombres, en caso de usar bigote o barba, deberá estar bien delineado y limpio. No se permite cabello teñido con colores

fantasía (naranja, amarillo, verde, morado, azul, violeta, etc.)

DISPOSICIONES GENERALES

En el contexto del uso del uniforme como un acto de compromiso, responsabilidad de identidad profesional:

- El estudiante deberá portar el uniforme completo, tanto en el área de prácticas, como en la unidad académica.
- Se prohíbe estrictamente utilizar el uniforme incompleto o con otras prendas (camiseta, tenis, gorras, etc.)
- Queda estrictamente prohibido fumar, hacer uso de sustancias enervantes y alcohol cuando se porte el uniforme, independientemente del lugar o el área en que se encuentre (dentro o fuera de la escuela).
- El maquillaje utilizado debe ser discreto.
- Queda prohibido el uso de piercings y/o expansiones.
- Queda prohibido el uso de colores extravagantes en el cabello, tanto para hombres como para mujeres.
- Queda estrictamente prohibido el uso de gorras, gorros, sombreros y/o lentes de sol en clase y/o en la práctica.
- Queda estrictamente prohibido el uso de la filipina abierta y/o con camisa interior de color.
- Para las asignaturas que realicen prácticas en laboratorio deberán usar obligatoriamente bata blanca para protegerse de cualquier daño que puedan causar las sustancias químicas y queda estrictamente prohibido el uso de anillos, aretes, cadenas, uñas largas, esmalte o cualquier otro accesorio.
- En el caso de las prácticas de preparación de alimentos deberán utilizar filipina o delantal de chef y no se permite usar barba.
- Quien no cumpla con estas disposiciones se hará acreedor a una sanción y/o suspensión siguiendo la línea siguiente: Llamada de atención personal (de manera verbal), llamada de atención por escrito y posteriormente baja temporal por incumplimiento hasta la baja definitiva.

RELACIÓN DE PRÁCTICAS POR ELEMENTO DE COMPETENCIA

Elemento de Competencia al que pertenece la práctica	EC I
	Identificar los conceptos básicos de nutrición, su campo de estudio, así como la legislación y las políticas sobre la salud para aplicarlo en un contexto académico y profesional con enfoque a la calidad.

PRÁCTICA	NOMBRE	COMPETENCIA
Práctica No. 1	Podcast salud-enfermedad	Diseñar un podcast sobre el tema salud-enfermedad para desarrollar habilidades comunicativas en inglés, con una duración mínima de 2 minutos, en un entorno educativo, demostrando creatividad y trabajo en equipo.

Elemento de Competencia al que pertenece la práctica	EC II
	Distinguir en lengua inglesa la estructura del sistema digestivo y su función, así como los nutrientes involucrados en el proceso digestivo para aplicarlo en un contexto internacional con madurez social.

PRÁCTICA	NOMBRE	COMPETENCIA
Práctica No. 2	Video explicativo sistema digestivo	Elaborar un video explicativo sobre el proceso general de la digestión para fortalecer la competencia comunicativa en inglés, con una duración mínima de 2 minutos y máxima de 6 minutos, en un contexto educativo, demostrando pensamiento crítico y responsabilidad.



PRÁCTICAS

NOMBRE DE LA PRÁCTICA	Podcast salud-enfermedad
COMPETENCIA DE LA PRÁCTICA	Diseñar un podcast sobre el tema salud-enfermedad para desarrollar habilidades comunicativas en inglés, con una duración mínima de 2 minutos, en un entorno educativo, demostrando creatividad y trabajo en equipo.

FUNDAMENTO TEÓRICO
El objetivo de diseñar un podcast sobre el tema salud-enfermedad se fundamenta en el enfoque por competencias, al promover el desarrollo de habilidades comunicativas en inglés junto con competencias blandas como la creatividad y el trabajo en equipo. Desde el constructivismo, se favorece el aprendizaje activo y colaborativo, donde los estudiantes construyen conocimiento mediante la interacción. A través del Aprendizaje Basado en Proyectos, se fomenta la autonomía, la planificación y el pensamiento crítico. El enfoque comunicativo en la enseñanza del inglés permite usar el idioma en contextos reales y significativos. Finalmente, se integran diversas inteligencias múltiples, como la lingüística, interpersonal y musical, enriqueciendo la experiencia educativa.

MATERIALES, EQUIPAMIENTO Y/O REACTIVOS
<ul style="list-style-type: none"> • Dispositivo con micrófono (computadora, tableta o celular) • Audífonos • Software de grabación y edición de audio (como Audacity o Anchor) • Guion en inglés sobre el tema salud-enfermedad • Fuentes de información confiables • Efectos de sonido o música libre de derechos • Herramientas colaborativas (Google Docs, Trello) • Rúbrica de evaluación

PROCEDIMIENTO O METODOLOGÍA
<ul style="list-style-type: none"> • Formar equipos y asignar roles. • Investigar el tema salud-enfermedad en inglés. • Planificar y redactar el guion en inglés. • Practicar y grabar el podcast (mínimo 2 minutos). • Editar el audio y agregar música o efectos. • Publicar o compartir el podcast. • Evaluar el trabajo usando una rúbrica.

RESULTADOS ESPERADOS
El estudiante será capaz de diseñar y presentar un podcast en inglés, con una duración mínima de 2 minutos, sobre el tema salud-enfermedad, demostrando el uso adecuado del vocabulario técnico, fluidez verbal, pronunciación clara y estructura coherente del contenido. Además, evidenciará

habilidades de trabajo en equipo y creatividad en la producción del audio, cumpliendo con los criterios establecidos en la rúbrica de evaluación.

ANÁLISIS DE RESULTADOS

Rúbrica de podcast encontrada en la secuencia didáctica

CONCLUSIONES Y REFLEXIONES

Esta práctica fortalece habilidades comunicativas en inglés y permite al estudiante de nutrición explicar temas de salud de forma clara y accesible, tal como lo haría al educar pacientes o participar en campañas de promoción de la salud. Además, fomenta el trabajo en equipo y la creatividad, competencias clave en su ejercicio profesional.

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS

No aplica

EVALUACIÓN Y EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE

Criterios de evaluación	Rúbrica de podcast
Rúbricas o listas de cotejo para valorar desempeño	Rúbrica de podcast
Formatos de reporte de prácticas	No aplica
NOMBRE DE LA PRÁCTICA	Video explicativo sistema digestivo
COMPETENCIA DE LA PRÁCTICA	Elaborar un video explicativo sobre el proceso general de la digestión para fortalecer la competencia comunicativa en inglés, con una duración mínima de 2 minutos y máxima de 6 minutos, en un contexto educativo, demostrando pensamiento crítico y responsabilidad.

FUNDAMENTO TEÓRICO

La elaboración de un video explicativo sobre el proceso de la digestión se fundamenta en el enfoque por competencias, al fortalecer la comunicación en inglés, el pensamiento crítico y la responsabilidad. Desde el constructivismo, el estudiante construye su conocimiento al investigar y explicar el contenido. Esta actividad se enmarca en el Aprendizaje Basado en Proyectos, promoviendo la autonomía y la resolución de problemas. Además, el enfoque comunicativo permite usar el idioma en un contexto real, mientras que las inteligencias múltiples se integran al combinar habilidades lingüísticas, visuales y científicas.

MATERIALES, EQUIPAMIENTO Y/O REACTIVOS

- Dispositivo con cámara y micrófono
- Software de grabación y edición de video (como Clipchamp o Canva)

- Guion en inglés sobre el proceso de la digestión
- Fuentes confiables e imágenes de apoyo
- Plataforma para compartir el video (Google Drive, YouTube, etc.)

PROCEDIMIENTO O METODOLOGÍA

- Investigar el proceso de la digestión en inglés.
- Redactar un guion claro y estructurado.
- Reunir imágenes o esquemas de apoyo.
- Grabar el video (2 a 6 minutos) con buena pronunciación.
- Editar el video con texto, imágenes o música si es necesario.
- Compartir el video en la plataforma indicada.
- Evaluar el trabajo con una rúbrica.

RESULTADOS ESPERADOS

El estudiante será capaz de diseñar y presentar un podcast en inglés, con una duración mínima de 2 minutos, sobre el tema salud-enfermedad, demostrando el uso adecuado del vocabulario técnico, fluidez verbal, pronunciación clara y estructura coherente del contenido. Además, evidenciará habilidades de trabajo en equipo y creatividad en la producción del audio, cumpliendo con los criterios establecidos en la rúbrica de evaluación.

ANÁLISIS DE RESULTADOS

Rúbrica de podcast encontrada en la secuencia didáctica

CONCLUSIONES Y REFLEXIONES

El estudiante será capaz de elaborar un video explicativo en inglés sobre el proceso general de la digestión, demostrando dominio del vocabulario técnico, claridad en la expresión oral, organización lógica del contenido y uso adecuado de recursos visuales, fortaleciendo así su competencia comunicativa en un contexto académico, con responsabilidad y pensamiento crítico.

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS

No aplica

EVALUACIÓN Y EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE

Criterios de evaluación	Rúbrica de video
Rúbricas o listas de cotejo para valorar	Rúbrica de video

desempeño	
Formatos de reporte de prácticas	No aplica

FUENTES DE INFORMACIÓN

1. Bonita, R., Beaglehole, R., & Kjellström, T. (2008). Epidemiología básica. ops.
2. Berger, M. M., Shenkin, A., Dizdar, O. S., Amrein, K., Augsburg, M., Biesalski, H. K., & Cuerda, C. (2024). ESPEN practical short micronutrient guideline. *Clinical Nutrition*, 43(3), 825-857
3. Mahan, L. K. (2016). Krause's Food & the Nutrition Care Process-E-Book: Krause's Food & the Nutrition Care Process-E-Book. Elsevier Health Sciences.
4. Meyers, L. D., Hellwig, J. P., & Otten, J. J. (Eds.). (2006). Dietary reference intakes: the essential guide to nutrient requirements. National Academies Press.
5. Phillips, J. A. (2021). Dietary guidelines for Americans, 2020–2025. *Workplace health & safety*, 69(8), 395-
6. Sears, B. (2015). Anti-inflammatory diets. *Journal of the American College of Nutrition*, 34(sup1), 14-21.
7. Tortora, G. J. (2010). Principles of Anatomy and Physiology
8. Whitney, E. N., Rolfes, S. R., Crowe, T., & Walsh, A. (2019). Understanding nutrition. Cengage AU.

NORMAS TÉCNICAS APLICABLES

No aplica



UES

Universidad Estatal de Sonora
La Fuerza del Saber Estimulará mi Espíritu

ANEXOS





UES

Universidad Estatal de Sonora
La Fuerza del Saber Estimulará mi Espíritu