

NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

Duración. 50 horas

Objetivos

Conocer cuáles son las funciones de los nutrientes esenciales.

Aprender cómo se lleva a cabo el proceso digestivo.

Evaluar el estado nutricional de una persona.

Contenidos

UD1. Nutrición y Dietética.

- 1.1. Introducción.
- 1.2. Funciones de los nutrientes.
- 1.3. La dieta del adulto sano.
- 1.4. Nutrición y salud.
- 1.5. Tecnología de los alimentos.

UD2. Aparato digestivo.

- 2.1. Anatomía básica del aparato digestivo.
- 2.2. Funciones del sistema digestivo.
- 2.3. Digestión, absorción y metabolismo.
- 2.4. Transporte y absorción de los diferentes nutrientes.
- 2.5. Consejos para una buena digestión.

UD3. Evaluación nutricional.

- 3.1. Factores que influyen en la Alimentación.
- 3.2. Directrices dietéticas generales recomendadas.
- 3.3. Valoración nutricional.
- 3.4. Términos que describen el estado nutricional.

- 3.5. Instrumentos utilizados en estudios antropométricos.
- 3.6. Métodos de evaluación del estado nutricional.
- 3.7. Sustancias Antinutritivas.

UD4. Encuestas alimentarias.

- 4.1. ¿Qué son las encuestas alimentarias?.
- 4.2. Encuestas alimentarias a nivel individual.
- 4.3. ¿Cómo seleccionar un método de encuesta alimentaria?.
- 4.4. Comparación entre distintos métodos de encuesta alimentaria.

UD5. Elaboración de dietas.

- 5.1. Conceptos.
- 5.2. Tipos de dietas.
- 5.3. Dietas terapéuticas especiales.
- 5.4. Dieta mediterránea.
- 5.5. Nuevas perspectivas en la alimentación.

UD6. Metabolismo energético.

- 6.1. Introducción.
- 6.2. Metabolismo de los diferentes nutrientes.
- 6.3. Energía, necesidades energéticas del organismo humano y metabolismo.
- 6.4. Aspectos generales del uso metabólico de los nutrientes.

UD7. Enfermedades asociadas a la nutrición.

- 7.1. Factores etiológicos.
- 7.2. Trastornos nutricionales.
- 7.3. Trastornos del sistema digestivo.

UD8. Nutrición en las distintas etapas de la vida.

- 8.1. La alimentación en el embarazo.
- 8.2. La alimentación durante la lactancia.
- 8.3. La alimentación del recién nacido y del niño.
- 8.4. La alimentación durante la adolescencia.
- 8.5. La alimentación en la tercera edad.

UD9. Manipulación de alimentos, higiene y seguridad.

- 9.1. Definiciones.
- 9.2. Requisitos de los manipuladores de alimentos.
- 9.3. Riesgos para la salud derivados de una inadecuada manipulación de alimentos.
- 9.4. Toxiinfecciones alimentarias.
 - 9.4. 1. Sustancias tóxicas de los alimentos.
- 9.5. Normas de higiene alimentaria.

CREA EL TEU PROPI CURS

Abans de començar el curs t'ajudarem a escollir el millor itinerari en funció de les teves necessitats, gustos, habilitats...

Els cursos que pots trobar a la nostra web són solament una selecció dels més de 200 cursos que pots fer. Pregunta'ns!

Com funciona?

La durada màxima que poden tenir els cursos és de 250 hores.

Uneix els mòduls que vulguis per a crear cursos que no tinguin més de 250 hores, inclús de diferents temàtiques.

Exemple:

