

DIETÉTICA Y NUTRICIÓN

El Curso de Dietética y Nutrición proporciona a los alumnos los conocimientos necesarios para que sean capaces de elaborar dietas adaptadas a personas y/o colectivos y controlar la calidad de la alimentación humana, analizando sus comportamientos alimentarios y sus necesidades nutricionales; programar y aplicar actividades educativas que mejoren los hábitos de alimentación de la población bajo la supervisión correspondiente.

Modalidad	Horas	Precio
Online	80 horas	450€ Precio final con la promoción actual (descuento del 70%): 130 €

Objetivos

- Conocer la diferencia entre los conceptos de nutrición y dietética, y repasar términos importantes de esta temática.
- Revisar la anatomía del aparato digestivo, sus funciones y la importancia de los nutrientes.
- Saber qué es una evaluación nutricional, cuando se realiza y qué instrumentos se utilizan.
- Conocer qué es una encuesta alimenticia y cuál es su finalidad.
- Realizar un repaso sobre las dietas terapéuticas más importantes y hacer hincapié en la dieta mediterránea.
- Conocer el metabolismo de los diferentes nutrientes y la función de cada uno de ellos en el organismo humano.
- Repasar la importancia de la nutrición en las distintas etapas de la vida.

Contenidos

TEMA 1. Nutrición y dietética

1. Introducción
2. Funciones de los nutrientes
3. La dieta del adulto sano
4. Nutrición y salud
5. Tecnología de los alimentos

TEMA 2. Aparato digestivo

1. Anatomía básica del aparato digestivo
2. Funciones del sistema digestivo
3. Digestión, absorción y metabolismo
4. Transporte y absorción de los diferentes nutrientes
5. Consejos para una buena digestión

FABRA FORMACIÓ

M +34 617 344 323
Parc empresarial de Torrefarrera, Camí de les Comes, 5
25123 Torrefarrera
Lleida

fabra@fabraformacio.com
www.fabraformacio.com

personas para la formación de personas

TEMA 3. Evaluación nutricional

1. Factores que influyen en la alimentación
2. Directrices dietéticas generales recomendadas
3. Valoración nutricional
4. Términos que describen el estado nutricional
5. Instrumentos utilizados en estudios antropométricos
6. Métodos de evaluación del estado nutricional
7. Sustancias antinutritivas

TEMA 4. Encuestas alimentarias

1. ¿Qué son las encuestas alimentarias?
2. Encuestas alimentarias a nivel individual
3. ¿Cómo seleccionar un método de encuesta alimentaria?
4. Comparación entre distintos métodos de encuesta alimentaria

TEMA 5. Elaboración de dietas

1. Conceptos
2. Tipos de dietas
3. Dietas terapéuticas especiales
4. Dieta mediterránea
5. Nuevas perspectivas en la alimentación

TEMA 6. Metabolismo energético

1. Introducción
2. Metabolismo de los diferentes nutrientes
3. Energía, necesidades energéticas del organismo humano y metabolismo
4. Aspectos generales del uso metabólico de los nutrientes

TEMA 7. Enfermedades asociadas a la nutrición

1. Factores etiológicos
2. Trastornos nutricionales
3. Trastornos del sistema digestiva

TEMA 8. Nutrición en las distintas etapas de la vida

1. La alimentación en el embarazo
2. La alimentación durante la lactancia
3. La alimentación del recién nacido y del niño
4. La alimentación durante la adolescencia
5. La alimentación en la tercera edad

TEMA 9. Manipulación de alimentos, higiene y seguridad

1. Definiciones
2. Requisitos de los manipuladores de alimentos
3. Riesgos para la salud derivados de una inadecuada manipulación de alimentos
4. Toxiinfecciones alimentarias
5. Sustancias tóxicas de los alimentos
6. Normas de higiene alimentaria

FABRA FORMACIÓ

M +34 617 344 323
Parc empresarial de Torrefarrera, Camí de les Comes, 5
25123 Torrefarrera
Lleida

fabra@fabraformacio.com
www.fabraformacio.com

personas para la formación de personas