Alimentación, Nutrición y Dietética (Acreditación UEMC equivalente a 4,5 créditos ECTS)

Código: 40797
Curso: Alimentación, Nutrición y Dietética (Acreditación UEMC equivalente a 4,5 créditos ECTS)
Modalidad: ONLINE
Duración: 110h.

Metodología

El Curso está desarrollado con una metodología Online. Este sistema de enseñanza e-learning está organizado de tal forma, que el alumno pueda compatibilizar el estudio con sus ocupaciones laborales o profesionales. Esta modalidad también permite el acceso al curso a aquellas personas que viven en zonas rurales y que tienen interés en continuar formándose.
El alumno tiene que seguir un aprendizaje sistemático y un ritmo de estudio, adaptado a su disponibilidad de tiempo.

Se dispondrá de un extenso material sobre los aspectos teóricos del curso que deberá estudiar para la realización de pruebas objetivas tipo test. Para el aprobado, se exigirá un mínimo de 50% del total de las respuestas acertadas. Durante todo el transcurso de la formación, dispondrá de la atención de los tutores, así como la posibilidad de realizar consultas a través de la plataforma de teleformación para cursos online. Dentro de la plataforma podrá consultar la *Guía didáctica del alumno* donde aparece el horario de tutorías y demás información relevante.

El alumno cuenta con un período máximo de tiempo para la finalización del curso, que dependerá de la modalidad elegida y de las horas de formación.
La titulación acreditada por la **Universidad Europea Miguel de Cervantes (UEMC)** será enviada al alumno en un plazo aproximado de dos meses después de finalizado el curso.

Profesorado, medios y titulación

Nuestro centro de formación ha sido fundado en 1996 y en la actualidad, tiene presencia a nivel nacional disponiendo de una plantilla de más de 800 docentes entre personal laboral y freelance. Todos ellos son especialistas en diferentes familias profesionales y les acreditan los numerosos cursos que han impartido para nuestro grupo empresarial. Entre nuestro staff de formadores se encuentran ingenieros, arquitectos, economistas, informáticos, publicistas, diseñadores, médicos, enfermeros, veterinarios, fisioterapeutas, psicólogos, sociólogos, periodistas, filólogos, abogados, cocineros, licenciados en administración de empresas, licenciados en actividades físicas y deportivas, jardineros, peluqueros, educadores sociales, etc.

En todos nuestros cursos, independientemente de la metodología, se ponen a disposición del alumno los medios y materiales docentes necesarios para el desarrollo del mismo.
En los cursos en modalidad e-learning, las consultas y tutorías se pueden realizar a través de teléfono, email y la propia plataforma de teleformación.

En cuanto a la titulación, mostramos a continuación, el modelo de diploma que obtendrás a la finalización del curso:

uemcformación

Doña

CURSO UNIVERSITARIO DE ESPECIALIZACIÓN EN

FORMACIÓN COMPLEMENTARIA

UNIVERSIDAD EUROPEA MIGUEL DE CERVANTES

Requistos previos

No hay requisitos previos, ni formativos ni profesionales.

Salidas profesionales

Además de aumentar la cualificación profesional, este curso acreditado por la **Universidad Europea Miguel de Cervantes (UEMC)**, está reconocido, es baremable para la mayoría de convocatorias en oposiciones públicas y permite obtener una serie de **Créditos ECTS** que completarían la formación Universitaria o no Universitaria del alumno.

Objetivos

Mediante este conjunto de contenidos didácticos el alumnado podrá desarrollar las competencias esenciales para la elaboración y adaptación de dietas, atendiendo a las necesidades nutricionales de cada persona. Se incluyen nociones sobre dietas equilibradas, nutrición humana y planes alimenticios que proporcionen el peso ideal y una buena salud.

Con la realización de este curso obtendrás una acreditación Universitaria equivalente a 4,5 créditos ECTS.

Contenidos

MÓDULO 1. NECESIDADES NUTRICIONALES Y ESTUDIO DE LOS NUTRIENTES
UNIDAD DIDÁCTICA 1. CONCEPTOS Y DEFINICIONES
Concepto de bromatología
Concepto de alimentación
Concepto de nutrición
Concepto de alimento
Concepto de nutriente
Concepto de dietética
Concepto de dieta
Concepto de ración
Concepto de dietista-nutricionista
Concepto de salud
Concepto de enfermedad
UNIDAD DIDÁCTICA 2. CLASIFICACIÓN DE ALIMENTOS Y NUTRIENTES. GUÍAS ALIMENTARIAS
Clasificación de los alimentos
Clasificación de nutrientes
Necesidades de nutrientes: pirámide nutricional
UNIDAD DIDÁCTICA 3. EL SISTEMA DIGESTIVO
Conceptos básicos
Anatomía y fisiología del aparato digestivo
Proceso de la digestión
UNIDAD DIDÁCTICA 4. NECESIDADES NUTRICIONALES
Transformaciones energéticas celulares
Unidades de medida de la energía
Necesidades energéticas del adulto sano
Valor calórico de los alimentos
UNIDAD DIDÁCTICA 5. HIDRATOS DE CARBONO
Definición y generalidades
Clasificación
Funciones
Metabolismo de los hidratos de carbono
La fibra dietética
UNIDAD DIDÁCTICA 6. LÍPIDOS
Definición y generalidades
Funciones
Distribución
Clasificación
Metabolismo lipídico
UNIDAD DIDÁCTICA 7. PROTEÍNAS
Definición y generalidades
Aminoácidos
Proteínas

Metabolismo de las proteínas
Necesidades de proteínas
Valor proteico de los alimentos
Enfermedades relacionadas con las proteínas
UNIDAD DIDÁCTICA 8. VITAMINAS
Introducción
Funciones
Clasificación
Necesidades reales y complejos vitamínicos
UNIDAD DIDÁCTICA 9. MINERALES
Introducción
Clasificación
Características generales de los minerales
Funciones generales de los minerales
UNIDAD DIDÁCTICA 10. IMPORTANCIA NUTRICIONAL DEL AGUA
Introducción y características del agua
El agua en el cuerpo humano
Recomendaciones sobre el consumo de agua
Trastornos relacionados con el consumo de agua
Contenido de agua en los alimentos
MÓDULO 2. ESTUDIO DE LOS ALIMENTOS
UNIDAD DIDÁCTICA 1. VALOR NUTRITIVO Y COMPOSICIÓN DE LOS ALIMENTOS (I)
Valor nutritivo de los alimentos
Clasificación de los alimentos
Alimentos de origen animal
UNIDAD DIDÁCTICA 2. VALOR NUTRITIVO Y COMPOSICIÓN DE LOS ALIMENTOS (II)
Alimentos de origen vegetal
Otros alimentos
UNIDAD DIDÁCTICA 3. MANIPULACIÓN DE LOS ALIMENTOS
Introducción
Higiene de los alimentos
UNIDAD DIDÁCTICA 4. TRATAMIENTO CULINARIO DE LOS ALIMENTOS
Operaciones a temperatura ambiente
Operaciones de cocción
UNIDAD DIDÁCTICA 5. CONSERVACIÓN DE LOS ALIMENTOS
Conservación de los alimentos
Clasificación de los métodos de conservación de los alimentos
Métodos físicos
Métodos químicos
Tecnologías emergentes
Consejos en la adquisición de alimentos
Consumo responsable
Los hábitos alimenticios: origen y cambio
UNIDAD DIDÁCTICA 6. TCA Y BDN, INGESTAS RECOMENDADAS Y ETIQUETADO DE ALIMENTOS
Tablas de composición de los alimentos y Bases de datos nutricionales
Ingestas recomendadas

Etiquetado de los alimentos
MÓDULO 3. ASPECTOS DIETÉTICOS Y NUTRICIONALES EN LAS DISTINTAS ETAPAS DE LA VIDA
UNIDAD DIDÁCTICA 1. LA DIETA
Definición y generalidades
Dieta equilibrada
Perfil calórico y recomendaciones dietéticas
Elaboración de una dieta
Mitos en nutrición y dietética
UNIDAD DIDÁCTICA 2. VALORACIÓN DEL ESTADO NUTRICIONAL
Definición y generalidades
Entrevista con el paciente
Evaluación dietética
Evaluación clínica
Evaluación antropométrica
Evaluación bioquímica
Evaluación inmunológica
UNIDAD DIDÁCTICA 3. ASPECTOS DIETÉTICOS Y NUTRICIONALES DURANTE EL EMBARAZO
Introducción
Cambios fisiológicos durante el embarazo
Necesidades nutricionales en el embarazo
Recomendaciones dietéticas en el embarazo
Complicaciones más frecuentes en el embarazo
UNIDAD DIDÁCTICA 4. ASPECTOS DIETÉTICOS Y NUTRICIONALES DURANTE LA LACTANCIA
Cambios fisiológicos durante la lactancia
Necesidades nutricionales en la lactancia
Recomendaciones dietéticas en la lactancia
Medidas higiénicas y consumo de medicamentos
Tipos de lactancia
Posición para la lactancia
Duración y frecuencia en las tomas
UNIDAD DIDÁCTICA 5. ASPECTOS DIETÉTICOS Y NUTRICIONALES EN EL LACTANTE
Cambios fisiológicos
Hitos del desarrollo importantes en la nutrición
Necesidades nutricionales del lactante (0-12 meses)
Alimentación complementaria o Beikost
Recomendaciones para preparar el biberón
UNIDAD DIDÁCTICA 6. ASPECTOS DIETÉTICOS Y NUTRICIONALES EN LA INFANCIA
Cambios fisiológicos
Hitos del desarrollo del niño
Factores que influyen en la ingestión de alimentos
Pirámide nutricional en el niño
Necesidades nutricionales y recomendaciones dietéticas
Ritmos alimentarios durante el día.

Aprender a comer
Plan semanal de comidas
Importancia de una buena nutrición en la edad infantil
Obesidad: estrategia NAOS
Análisis de los hábitos alimentarios del escolar y recomendaciones a seguir
Comedores escolares
Decálogo para fomentar en los niños hábitos saludables en la alimentación
UNIDAD DIDÁCTICA 7. ASPECTOS DIETÉTICOS Y NUTRICIONALES DE LA ADOLESCENCIA
Introducción
Cambios fisiológicos
Necesidades y recomendaciones nutricionales
Adolescentes: consejos de una vida saludable
UNIDAD DIDÁCTICA 8. ASPECTOS DIETÉTICOS Y NUTRICIONALES EN LA TERCERA EDAD
Introducción
Cambios fisiológicos, psicológicos y sociales en el envejecimiento
Necesidades nutricionales en el envejecimiento
Aspectos culinarios en la dieta del anciano
Consejos para la planificación de los menús en ancianos
Alimentación básica adaptada
Menopausia