



NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

PRESENTACIÓN.

Ante el crecimiento popularizado de la sensibilidad por la alimentación sana y adecuada como fuente de salud y belleza, nuestro centro te ofrece una formación práctica pensada para que puedas trabajar en gabinetes de nutricionistas, clínicas privadas, spas, comercios herbodietéticos, farmacias, centros wellness y fitness. Con este curso podrás ofrecer al cliente una dieta personalizada sea para perder peso, aptas para patologías como diabetes o hipertensión para tratar trastornos alimentarios, etc. Cualquier curso sobre dietética y nutrición debe no solo contemplar la información básica sobre los nutrientes y las funciones metabólicas, sino además incluir información relativa al efecto de la nutrición en el mantenimiento del estado de salud y en la prevención y tratamiento de las enfermedades. Todo ello sin olvidar los aspectos referentes a la higiene y a la calidad alimentaria.

DESTINATARIOS.

Este curso va dirigido a personas que sientan un gran interés en el aprendizaje y práctica de la dietética, tanto en el ámbito personal como el comunitario.

OBJETIVOS

- Proporcionar una amplia visión de lo que es la nutrición humana, comprendiendo su complejidad y desmitificando la dietética como un simple régimen alimentario.
- Proporcionar los conocimientos necesarios y actualizados sobre dietética y nutrición, acompañados de herramientas de trabajo útiles para su aplicación en el ámbito laboral.

ACREDITACIONES.

Al finalizar el curso, y una vez superados los exámenes, el Alumno obtiene:

- Diploma y Certificado de Profesionalidad, expedidos por nuestro Centro y avalados por FENACO, con el número de horas lectivas y de prácticas cursadas, así como las calificaciones obtenidas.
- Diploma expedido por el Centro Colaborador que acredita la especialidad cursada.

CONTENIDO

MÓDULO 1. NUTRICIÓN

1. Fisiología y anatomía humana.
2. Bioquímica de los alimentos.
3. Necesidades nutricionales.

MÓDULO 2. DIETÉTICA

1. Bromatología.
2. Tablas de composición de alimentos. Elaboración de dietas y menús.
3. Raciones alimenticias en distintas etapas.

MÓDULO 3. DIETOTERAPIA

1. Intervención dietética y nutricional.
 - Valoración del estado nutricional.
 - Organización de dietas hospitalarias.
 - Unificación de dietas.
2. Raciones alimenticias en estados patológicos.
 - Dietas con modificaciones de textura.
 - Tratamiento dietético en la obesidad.
 - Estrategia nutricional en los trastornos de la conducta alimentaria.
 - Estrategia nutricional en la diabetes tipo I y II.
 - Plan alimenticio en las dislipemias.
 - Dieta con control de sodio. Hipertensión.
 - Dieta con control de calcio. Osteoporosis.
 - Dieta con control de hierro. Anemia ferropénica.
 - Insuficiencia renal.
 - Patología intestinal.
 - Intervención nutricional y dietética en situaciones especiales: cáncer, sida, quemados.

MÓDULO 4. SANIDAD ALIMENTARIA

1. Higiene alimentaria.
2. Toxicología alimentaria.
 - Sustancias tóxicas naturales de los alimentos.
 - Sustancias tóxicas resultantes de la tecnología de los alimentos.
 - Sustancias tóxicas procedentes de la contaminación química de los alimentos.
 - Sustancias tóxicas procedentes de materiales de contacto con los alimentos.
3. Legislación alimentaria.
 - Derecho Alimentario y ordenación alimentaria.
 - Código Alimentario.
 - Legislación alimentaria española y de la Unión Europea.
 - Normas alimentarias.

- Aspectos legislativos sobre los aditivos alimentarios.
- Normas higiénicas sobre alimentos.
- Normativas sobre sistemas de restauración y comedores colectivos.
- Protección del consumidor y represión de fraudes.

MÓDULO 5. EDUCACIÓN ALIMENTARIA

1. Necesidad de educación nutricional.
 - La promoción de la salud.
 - Factores que influyen en los hábitos dietéticos.
 - El papel de los programas de educación nutricional.
 - Relación entre alimentación y salud.
 - Relación entre alimentación y salud en las diferentes etapas de la vida.
 - Pautas a tener en cuenta en la intervención dietética.
 - Factores que promueven el cambio.
 - La valoración.
 - Antecedentes.
 - El consejo alimentario.
 - Herramientas didácticas.
2. Mitos sobre la alimentación.
3. La dieta mediterránea.
4. La preparación de los alimentos.
5. Técnicas de cocción.
6. Los condimentos.
7. Conservación de los alimentos.
8. Educación alimentaria en el hogar.
9. Enseñar a hacer la compra.
10. Consejos alimentarios según edad y situación.

OBJETIVOS DEL MÓDULO 1

- Determinar la estructura del cuerpo humano de manera general y, de una manera más detallada, el funcionamiento de nuestro sistema digestivo.
- Interpretar la composición de cada nutriente, para comprender el concepto de "alimentación" y la importancia de los alimentos.
- Analizar las necesidades nutricionales de los nutrientes, para poder aplicarlo en la Dietética y la Dietoterapia.

OBJETIVOS DEL MÓDULO 2

- Describir los aspectos generales que afectan al alimento, entre los cuales se encuentran los procesos de alteración.
- Analizar la evolución de la calidad de los alimentos, prestando especial atención a sus características sensoriales.
- Identificar los distintos alimentos y sus características de composición, nutritivas, sensoriales, etc.
- Comprender el uso de las Tablas de Composición de Alimentos.
- Enumerar las recomendaciones específicas para cada grupo de individuos.
- Identificar las pautas para preparar una dieta basal.
- Especificar las normas y pautas para la confección de menús adecuados.

- Exponer las necesidades energéticas y nutricionales en las distintas etapas de la vida.
- Identificar el desarrollo de objetivos nutricionales y guías alimentarias para la población general y grupos específicos.
- Diseñar y programar la dieta de individuos y colectividades en las distintas etapas de la vida y en diversas situaciones fisiológicas.
- Planificar propuestas alimentarias adecuadas a las diferentes situaciones.

OBJETIVOS DEL MÓDULO 3

- Determinar los parámetros de evaluación nutricional de pacientes, ajustada a la enfermedad.
- Planificar el protocolo nutricional de un paciente.
- Diseñar y programar planes de alimentación, atendiendo a la patología que presente cada individuo.

OBJETIVOS DEL MÓDULO 4

- Determinar los riesgos microbiológicos potenciales en los distintos tipos de alimentos.

OBJETIVOS DEL MÓDULO 5

- Interpretar el significado de la educación alimentaria, sus dificultades de éxito y claves de implementación.
- Ofrecer información que capacite al alumno para enfrentarse al consejo alimentario con seguridad y rigor.
- Planificar el asesoramiento a personas relativo a las elecciones alimentarias saludables.
- Llevar a cabo la recogida de datos sobre la ingesta alimentaria, análisis nutricional y recomendaciones.
- Definir conceptos como la dieta, alimentos, grupos de alimentos, función biológica, valor nutritivo, alimentación y promoción de la salud y economía doméstica.
- Identificar los principales recursos culinarios, sobre higiene, preparación y conservación de los alimentos.
- Describir las habilidades básicas para seleccionar alimentos en el mercado, interpretar el etiquetado nutricional y defenderse contra el marketing publicitario.