

Título del curso

SALUD, NUTRICIÓN Y DIETÉTICA (SANP034PO)

Objetivos generales

Diseñar dietas específicas para cada situación, en cuanto a estado de salud y etapa de la vida, en base a las necesidades del organismo y aspectos nutricionales.

Horas lectivas

Horas lectivas: 50 teleformación

Lugar y fechas programadas

20 de mayo de 2020

Espacios en los que se desarrolla: **Plataforma online**

Inscripción

Dirigido a Autónomos, personas desempleadas y empleadas de cualquier sector.

Matrícula

Gratis. Subvencionada por el SEPE. Periodo de matriculación abierto.

Contenidos

1. ANATOMÍA Y FISIOPATOLOGÍA DE LOS APARATOS DIGESTIVO Y ENDOCRINO.

1.1. El sistema digestivo.

1.2. Patologías digestivas.

1.3. El sistema endocrino.

1.4. Patologías endocrinas.

2. ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN.

2.1. Principios de Nutrición.

2.2. Carbohidratos y fibra dietética.

2.3. Lípidos.

2.4. Proteínas.

2.5. Vitaminas.

2.6. Minerales.

2.7. El agua.

2.8. Proceso de la nutrición.

3. GRUPOS DE ALIMENTOS.

3.1. Los alimentos y su composición.

3.2. Clasificación de los alimentos.

3.3. Alimentos de servicio.

3.4. Alimentos nuevos.

3.5. Aditivos alimentarios.

3.6. Leche y productos lácteos.

3.7. Carnes, huevos y pescados.

3.8. Legumbres, tubérculos y frutos secos.

3.9. Hortalizas y frutas.

3.10. Grasas y aceites.

4. ALIMENTACIÓN Y SALUD.

- 4.1. Alimentación saludable.
- 4.2. Normas que rigen el equilibrio nutritivo.
- 4.3. Características del equilibrio nutritivo.
- 4.4. Principales relaciones entre energía y nutrientes.
- 4.5. Equilibrio alimentario.
- 4.6. Guías alimentarias o dietéticas.
- 4.7. Dieta mediterránea.
- 4.8. Importancia de la alimentación y su relación con la salud.
- 4.9. Mitos y errores sobre la limitación.
5. DIETAS EN LAS DIFERENTES ETAPAS DE LA VIDA.
- 5.1. Alimentación en la mujer adulta.
- 5.2. Alimentación infantil.
- 5.3. Alimentación en la adolescencia.
- 5.4. Alimentación en la tercera edad.
6. DIETAS TERAPÉUTICAS.
- 6.1. Dietoterapia.
- 6.2. Dieta de protección gástrica.
- 6.3. Dieta astringente.
- 6.4. Dieta para pacientes diabéticos insulino dependientes o con hipoglucemias orales.
- 6.5. Dieta hipocalórica.
- 6.6. Dieta para la insuficiencia renal crónica.
- 6.7. Dieta de protección biliar.
- 6.8. Dieta para dislipemias.
- 6.9. Dieta baja en sodio.
- 6.10. Nutrición enteral y parenteral.