

Salud, nutrición y dietética

Modalidad: curso e-Learning Duración: 50 horas

Categorías: Sanidad

OBJETIVOS

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.

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 insulín 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.