



FORMAMUNDO

Mira el mundo de otra forma



**ESPECIALISTA EN ELABORACION DE
DIETAS/DIETOTERAPIA**

Horas de formación: 200h

Materiales Incluidos:

- 1 **Manual teórico:** "Elaboración de Dietas. Dietoterapia"
- 1 **Manual teórico:** "Necesidades Nutricionales y Estudio de los Nutrientes"
- 1 **Cuaderno de ejercicios:** "Necesidades Nutricionales y Estudio de los Nutrientes"
- 1 **Cuaderno de ejercicios:** "Elaboración de Dietas. Dietoterapia"
- 1 **CDROM:** "Dietética y Nutrición"

Resumen salidas profesionales: Este Curso en Elaboración de Dietas / Dietoterapia le ofrece una formación dirigida a ofrecer un acercamiento a las bases de la dietética y nutrición, aplicándolos al ámbito de la Dietoterapia, capacitando al alumno para elaborar dietas en los distintos estados fisiológicos de la persona.

Objetivos del curso:

- Presentar los conceptos básicos en el ámbito de la dietética y la nutrición, aplicados a la elaboración de dietas.
- Conocer las necesidades nutricionales específicas de la persona en las distintas etapas de la vida.
- Describir las características de una dieta equilibrada.
- Ofrecer los elementos necesarios para realizar la valoración del estado nutricional de una persona.
- Presentar modelos de dietas para los distintos estados fisiológicos y patológicos de la persona.

Salidas profesionales: Consultas Dietéticas, Franquicias de Nutrición, Equipos de elaboración de dietas en Hospitales, Guarderías, Comedores escolares, Gimnasios y Centros de Estética.

Para que te prepara este Curso: El presente curso en Elaboración de Dietas / Dietoterapia, tiene como objetivo proporcionar una amplia visión de lo que es la nutrición humana, desmitificando la dietética como un simple régimen alimentario y proporcionando los conocimientos necesarios y actualizados sobre elaboración de planes alimenticios, educación nutricional y alimentación en diferentes etapas de la vida. Por tanto, el programa formativo ayudará a disponer de las competencias necesarias para elaborar y/o supervisar la alimentación que reciben las personas en los distintos estados fisiológicos, así como ofrecer los conocimientos necesarios para aquellas personas que deseen recibir una formación específica en dietética y nutrición aplicada a la Dietoterapia con el fin de perfeccionar su dedicación profesional, al tiempo que garantizar el buen estado nutricional de las personas.

A quién va dirigido este Curso: Este curso en Elaboración de Dietas / Dietoterapia está dirigido a cualquier profesional interesado en trabajar como experto en la elaboración de dietas en franquicias de nutrición, equipos de elaboración de dietas en residencias de mayores, hospitales, equipos deportivos, gimnasios, comedores escolares, etc. Así como cualquier profesional dedicado a este sector que quiera ampliar sus conocimientos. Profesionales de educación, que lo consideren útil para aplicarlo en sus aulas, profesionales de salud mental, y cualquier persona que desee orientar su futuro profesional en esta dirección.

MÓDULO I. NECESIDADES NUTRICIONALES Y ESTUDIO DE LOS NUTRIENTES

TEMA 1. CONCEPTOS Y DEFINICIONES

1. Concepto de bromatología
2. Concepto de alimentación
3. Concepto de nutrición
4. Concepto de alimento
5. Concepto de nutriente
6. Concepto de dietética
7. Concepto de dieta
8. Concepto de ración
9. Concepto de dietista-nutricionista
10. Concepto de salud
11. Concepto de enfermedad

TEMA 2. CLASIFICACIÓN DE ALIMENTOS Y NUTRIENTES. GUÍAS ALIMENTARIAS

1. Clasificación de los alimentos
2. Clasificación de nutrientes
3. Necesidades de nutrientes: pirámide nutricional

TEMA 3. EL SISTEMA DIGESTIVO

1. Conceptos básicos
2. Anatomía y fisiología del aparato digestivo
3. Proceso de la digestión

TEMA 4. NECESIDADES NUTRICIONALES

1. Transformaciones energéticas celulares
2. Unidades de medida de la energía
3. Necesidades energéticas del adulto sano
4. Valor calórico de los alimentos

TEMA 5. HIDRATOS DE CARBONO

1. Definición y generalidades
2. Clasificación
3. Funciones
4. Metabolismo de los hidratos de carbono
5. La fibra dietética

TEMA 6. LÍPIDOS

1. Definición y generalidades
2. Funciones
3. Distribución
4. Clasificación
5. Metabolismo lipídico

TEMA 7. PROTEÍNAS

1. Definición y generalidades
2. Aminoácidos
3. Proteínas
4. Metabolismo de las proteínas
5. Necesidades de proteínas
6. Valor proteico de los alimentos
7. Enfermedades relacionadas con las proteínas

TEMA 8. VITAMINAS

1. Introducción
2. Funciones
3. Clasificación
4. Necesidades reales y complejos vitamínicos

TEMA 9. MINERALES

1. Introducción
2. Clasificación
3. Características generales de los minerales
4. Funciones generales de los minerales

TEMA 10. IMPORTANCIA NUTRICIONAL DEL AGUA

1. Introducción y características del agua
2. El agua en el cuerpo humano
3. Recomendaciones sobre el consumo de agua
4. Trastornos relacionados con el consumo de agua
5. Contenido de agua en los alimentos

MÓDULO II. ELABORACIÓN DE DIETAS. DIETOTERAPIA

TEMA 1. LA DIETA

1. Introducción
2. Dieta equilibrada
3. Principales relaciones entre energía y nutrientes
4. Aportes dietéticos recomendados
5. La dieta mediterránea
6. Dieta equilibrada comiendo fuera de casa
7. Mitos en nutrición y dietética

TEMA 2. TABLA DE COMPOSICIÓN DE ALIMENTOS I

1. Qué son las tablas de composición de alimentos
2. Tablas de composición de alimentos: Cereales. Leguminosas. Tubérculos y hortalizas. Frutas. Frutos secos. Leche y derivados. Huevos.

TEMA 3. TABLA DE COMPOSICIÓN DE ALIMENTOS II

1. Tablas de composición de alimentos: Azúcares y dulces varios. Aceites y grasas. Pescados. Carne.

TEMA 4. VALORACIÓN DEL ESTADO NUTRICIONAL

1. Entrevista con el paciente
2. Evaluación dietética
3. Evaluación clínica
4. Evaluación antropométrica
5. Evaluación bioquímica
6. Evaluación inmunológica

TEMA 5. DIETAS EN ESTADOS FISIOLÓGICOS

1. La mujer embarazada
2. La mujer en el momento de lactancia
3. La infancia: Necesidades nutricionales en el primer año de vida. Niño preescolar de 1- 3 años de edad. Niños de 4-6 años de edad. Niño escolar de 7- 12 años de edad.
4. La adolescencia: Necesidades y recomendaciones nutricionales
5. El adulto sano
6. La mujer con menopausia
7. El anciano

TEMA 6. DIETAS EN DIFERENTES ESTADOS PATOLÓGICOS

1. Dieta hiposódica
2. Dieta hipocalórica
3. Dieta hipercalórica
4. Dieta y anemia
5. Dieta baja en azúcar
6. Dieta para la osteoporosis
7. Dieta astringente
8. Dieta de protección gástrica. Antiulcerosa común
9. Dieta pobre en grasa. Protección Biliar
10. Dieta laxante
11. Dieta para reducir el ácido úrico. Hiperuricemia

ANEXOS

- Dieta hiposódica
- Dieta hipocalórica
- Dieta hipocalórica I
- Dieta hipocalórica II
- Ejemplo de dieta hipocalórica III
- Dieta baja en azúcar
- Dieta astringente moderada
- Dieta pobre en grasa
- Dieta laxante
- Dieta vegetariana
- Dieta proteica
- Dieta ayurvédica
- Dieta durante el embarazo