

## SANP0005 NUTRICIÓN Y DIETÉTICA



**250,00 € - 350,00 €**

El curso SANP0005 Nutrición Y Dietética ofrece formación especializada en el sector de la Nutrición y Dietética. Con este curso SANP0005 Nutrición Y Dietética el alumnado obtendrá el conocimiento necesario sobre las necesidades del organismo de los principales macronutrientes y micronutrientes además de cómo afecta a la salud en exceso. Aprenderán a reconocer las dietas y menús considerando el que más beneficia a cada persona según sus particularidades y situación.

**Categorías:** [Cursos online](#), [Dietética y Nutrición](#) |

### INFORMACIÓN

<b>Duración</b>	110 h
<b>Modalidad</b>	Online

<b>Docencia</b>	TUTOR PERSONAL
<b>Prácticas</b>	GESTIÓN DE PRÁCTICAS EN EMPRESAS
<b>Método de pago</b>	FINANCIACIÓN SIN INTERESES
<b>Centro de empleo</b>	AGENCIA DE COLOCACIÓN
<b>Formación acreditada</b>	CENTRO ACREDITADO POR EL SEPE

## DESCRIPCIÓN DEL PRODUCTO

### UNIDAD DIDÁCTICA 1. ALIMENTACIÓN Y TIPOS DE NUTRIENTES

1. Introducción a la nutrición
2. - Conceptos de alimentación, nutrición y dietética.
3. - Factores que condicionan la elección de los alimentos.
4. - Clasificación de los alimentos: Grupos de alimentos.
5. - Nutrientes.
6. - Leyes básicas de la alimentación.
7. - Requerimientos de energía.
8. Caracterización de las proteínas
9. - Conceptos y clasificación.
10. - Valor nutritivo.
11. - Metabolismo proteico.
12. - Funciones en el organismo.
13. - Efectos de la carencia o el exceso.
14. - Ingestas recomendadas y aportes necesarios.
15. - Situación media en España.
16. - Alimentos que las proporcionan.
17. - Efectos del procesamiento industrial.
18. Caracterización de los lípidos
19. - Conceptos y fuentes.
20. - Funciones en el organismo.
21. - Digestión y absorción de las grasas.
22. - Metabolismo lipídico.
23. - Ingestas recomendadas.

24. - Situación en España.
25. Identificación de los hidratos de carbono
26. - Definición de hidrato de carbono.
27. - Clasificación, estructura y fuentes de los hidratos de carbono.
28. - Funciones de los hidratos de carbono.
29. - Digestión y absorción de los hidratos de carbono.
30. - Metabolismo.
31. - Ingestas recomendadas de hidratos de carbono y situación media en España.
32. - Fibra dietética.
33. Clasificación de las vitaminas
34. - Vitaminas liposolubles.
35. - Vitaminas hidrosolubles.
36. - Otros factores vitamínicos.
37. - Estabilidad de las vitaminas.
38. Clasificación de los minerales
39. - Descripción de macrominerales.
40. - Descripción de oligoelementos.
41. - Pérdidas de minerales por procesado / cocinado / manipulación.
42. Determinación de ingestas recomendadas
43. - Conceptos.
44. - Tablas de ingesta recomendada.
45. - Objetivos nutricionales.

## **UNIDAD DIDÁCTICA 2. DIETAS RECOMENDADAS SEGÚN NECESIDADES**

1. Caracterización de la alimentación en los niños.
2. - Conceptos básicos.
3. - Alimentos en el primer año de vida.
4. - Alimentación en preescolar y escolar.
5. - Alimentación en el adolescente.
6. Adaptación de la alimentación en el periodo de gestión
7. - Conceptos básicos.
8. - Situación actual.
9. - Factores que influyen en el control de peso.
10. - Papel de la alimentación en el control de peso.
11. - Reparto de la ingesta energética.
12. - Pautas dietéticas para seguir en el control de peso.
13. - Tópicos y errores más frecuentes con relación al control de peso.

14. Identificación de la relación entre alimentación y deporte
15. - Trabajo muscular.
16. - Necesidades energéticas y nutritivas cotidianas del deportista.
17. - Alimentación previa a la competición.
18. - Alimentación durante la competición.
19. - Alimentación posterior a la competición
20. Conocimiento de la relación entre nutrición y prevención y control de enfermedades cardiovasculares
21. - Historia y concepto.
22. - Aterosclerosis.
23. - Factores de riesgo.
24. - Factores de riesgo alimentarios.
25. - Pautas recomendadas en la prevención y control de las enfermedades cardiovasculares

### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. PREVENCIÓN DE RIESGOS DERIVADOS DE LA ALIMENTACIÓN**

1. Conocimiento de interacciones nutrientes-fármacos
2. - Desarrollo.
3. - Tipos de interacciones nutrientes-fármacos.
4. - Interacciones en las que se modifica la respuesta al fármaco.
5. - Interacciones en las que se ve comprometida la situación nutricional.
6. - Poblaciones en las que se pueden dar casos de interacciones con mayor frecuencia.
7. Conocimiento de guías en alimentación
8. - Concepto.
9. - Funciones y necesidad.
10. - Historia.
11. - Guías útiles de las dietas adecuadas.
12. - Suplementos.
13. Evaluación nutricional
14. - Factores que influyen en la alimentación.
15. - Directrices dietéticas generales recomendadas.
16. - Valoración nutricional.
17. - Términos que describen el estado nutricional.
18. - Instrumentos utilizados en estudios antropométricos.
19. - Métodos de evaluación del estado nutricional.
20. - Sustancias antinutritivas.
21. Evaluación de encuestas alimentarias
22. - Qué son las encuestas alimentarias.

23. - Encuestas alimentarias a nivel individual.
24. - Cómo seleccionar un método de encuesta alimentaria.
25. - Comparación entre distintos métodos de encuesta alimentaria.
26. Conocimiento de enfermedades asociadas a la nutrición
27. - Factores etiológicos.
28. - Trastornos nutricionales.
29. - Trastornos del sistema digestivo.
30. Manipulación de alimentos, higiene y seguridad
31. - Requisitos de los manipuladores de alimentos.
32. - Riesgos para la salud derivados de una inadecuada manipulación de alimentos.
33. - Toxiinfecciones alimentarias.
34. - Normas de higiene alimentaria.
35. Conceptualización de educación nutricional

