



FINTECH  
BUSINESS  
& MEDICAL  
SCHOOL

## CURSO DE DIETÉTICA Y NUTRICIÓN ONLINE

FINC021

[www.escuelafintech.com](http://www.escuelafintech.com)

Escuela asociada a:



CECAP

a3en

## *Destinatarios*

El **Curso de Dietética y Nutrición** va dirigido a todas aquellas personas que deseen ampliar sus conocimientos en el ámbito de la nutrición y alimentación.

Permite conocer los conceptos y las definiciones, la clasificación de alimentos y nutrientes, el aparato digestivo, las necesidades nutricionales, los hidratos de carbono, los lípidos, las proteínas, las vitaminas, los minerales, el agua, la elaboración de dietas, la salud y el bienestar nutricional, la dietética y la nutrición durante el embarazo, la dietética y nutrición de la madre durante la lactancia, la dietética y nutrición del lactante, la dietética y nutrición del infante, la dietética y nutrición del adolescente y la dietética y la nutrición en la tercera edad, entre otros conceptos relacionados.

Además, al final de cada unidad didáctica el/la alumno/a encontrará ejercicios de autoevaluación que le permitirá hacer un seguimiento del curso de forma autónoma a partir de los resultados obtenidos.

## *Modalidad*

- **ONLINE:** una vez recibida tu matrícula, enviaremos a tu correo electrónico las claves de acceso a nuestro Campus Virtual donde encontrarás todo el material de estudio.

El alumno recibirá acceso a un curso inicial donde encontrará información sobre la metodología de aprendizaje, la titulación que recibirá, el funcionamiento del Campus Virtual, qué hacer una vez el alumno haya finalizado e información sobre Grupo Inenka Formación. Además, el alumno dispondrá de un servicio de clases en directo.

### *Duración:*

La duración del curso es de 300h.

### *Importe:*

Importe Original: ~~498€~~

Importe Actual: **249€**

## ***Certificación obtenida***

Una vez finalizados los estudios y superadas las pruebas de evaluación, el alumno recibirá un diploma que certifica el “**CURSO DE DIETÉTICA Y NUTRICIÓN ONLINE**”, de FINTECH BUSINESS & MEDICAL SCHOOL, avalada por nuestra condición de socios de la CECAP y AEEN, máximas instituciones españolas en formación y de calidad.

Los diplomas, además, llevan el sello de Notario Europeo, que da fe de la validez de los contenidos y autenticidad del título a nivel nacional e internacional.

El alumno tiene la opción de solicitar junto a su diploma un Carné Acreditativo de la formación firmado y sellado por la escuela, válido para demostrar los contenidos adquiridos.

Además, el alumno podrá solicitar una Certificación Universitaria Internacional de la Universidad Católica de Cuyo-DQ con un reconocimiento de 12 ECTS.

## ***Contenido formativo***

### **PARTE I. DIETÉTICA Y NUTRICIÓN**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA I. CONCEPTOS Y DEFINICIONES**

1. Bromatología
2. Alimentación y nutrición
  - Alimentación, alimentos y raciones
  - Nutrición y nutrientes
  - ¿Cuál es la relación entre la alimentación y la nutrición?
3. Dietética, dieta y dietista-nutricionista
4. Salud y enfermedad

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. CLASIFICACIÓN DE ALIMENTOS Y NUTRIENTES.**

1. Clasificación de los alimentos
2. Clasificación de los nutrientes
  - Macronutrientes
  - Hidratos de carbono y glúcidos
  - Lípidos
  - Proteínas
  - Agua
  - Micronutrientes
  - Vitaminas
  - Minerales
3. Grupos de alimentos
  - Pirámide de la alimentación saludable
  - Rueda de los alimentos
  - Plato para comer saludable

## **UNIDAD DIDÁCTICA 3. APARATO DIGESTIVO**

1. Definición y generalidades
2. Anatomía y fisiología del aparato digestivo
3. Digestión

## **UNIDAD DIDÁCTICA 4. NECESIDADES NUTRICIONALES**

1. Introducción a la bioquímica
  - Enlaces covalentes
  - Clasificación de los enlaces covalentes
  - Enlaces de hidrógeno o puente de hidrógeno
  - Fuerzas hidrofóbicas
  - Transformaciones celulares de los macronutrientes
  - Hidratos de carbono o azúcares
  - Lípidos o grasas
  - Proteínas
  - ATP o adenosín trifosfato
2. Metabolismo
  - Rutas metabólicas
3. Unidades de medida de la energía
4. Valor calórico de los alimentos
  - Valor nutritivo y valor energético y de los alimentos
  - Medición del valor energético/calórico de los alimentos
  - Medición directa
  - Medición indirecta
  - Métodos teóricos
5. Necesidades energéticas de un individuo sano
  - Gasto energético y reposo (GER)
  - Gasto energético total (GET)
  - Consejos para acelerar el metabolismo basal

## **UNIDAD DIDÁCTICA 5. HIDRATOS DE CARBONO**

1. Definición y generalidades
2. Clasificación de los hidratos de carbono
  - Monosacáridos
  - Oligosacáridos
  - Polisacáridos
3. Funciones de los hidratos de carbono
4. Digestión de los hidratos de carbono
5. Metabolismo de los hidratos de carbono
  - Glucólisis
  - Vía de las pentosas
  - Ciclo de Krebs
  - Fosforilación oxidativa
  - Gluconeogénesis
  - Ciclo de Cori
  - Metabolismo del glucógeno
6. Fibra dietética

## **UNIDAD DIDÁCTICA 6. LÍPIDOS**

1. Definición y generalidades
2. Funciones lipídicas
3. Ácidos grasos
  - Biosíntesis
  - Catabolismo

4. Clasificación de los lípidos
  - Perspectiva dietética y nutricional
  - Perspectiva química
  - Saponificables
  - Insaponificables
5. Digestión y absorción lipídica
6. Distribución y transporte lipídico

## **UNIDAD DIDÁCTICA 7. PROTEÍNAS**

1. Definición y generalidades
2. Aminoácidos
3. Clasificación de las proteínas
  - Proteínas simples
  - Proteínas conjugadas
  - Proteínas derivadas
4. Digestión y absorción proteica
5. Metabolismo proteico
  - Descarboxilación
  - Desaminación
  - Transaminación
  - Desaminación oxidativa
  - Ciclo de la urea
  - Ciclo de krebs o ciclo del ácido cítrico
  - Gluconeogénesis
  - Síntesis de los ácidos grasos
  - Síntesis de las proteínas
6. Necesidades proteicas
7. Origen y valor biológico de las proteínas
  - Proteínas de origen animal
  - Proteínas de origen vegetal
8. Enfermedades relacionadas

## **UNIDAD DIDÁCTICA 8. VITAMINAS**

1. Definición y generalidades
2. Clasificación de las vitaminas
  - Vitaminas liposolubles
    - Vitamina A o retinol
    - Vitamina D o calciferol
    - Vitamina E o tocoferol
    - Vitamina K
  - Vitaminas hidrosolubles
    - Vitamina C o ácido ascórbico
    - Complejo B
3. Enfermedades por ausencia o exceso de vitaminas
  - Avitaminosis e hipovitaminosis
  - Hipervitaminosis

## **UNIDAD DIDÁCTICA 9. MINERALES**

1. Definición y generalidades
2. Clasificación de los minerales
  - Macrominerales
    - Calcio
    - Fósforo
    - Magnesio

- Azufre
- Sodio, potasio y cloro
- Microminerales
- Hierro
- Cobre
- Yodo
- Magnesio
- Cromo
- Cobalto
- Zinc
- Flúor
- Selenio

## **UNIDAD DIDÁCTICA 10. AGUA**

1. Definición y generalidades
2. Funciones del agua
3. Balance hídrico
4. Sed y deshidratación crónica
5. Consejos para mantener una buena hidratación

## **SOLUCIONARIO**

## **BIBLIOGRAFÍA**

## **PARTE 2. DIETOTERAPIA. ELABORACIÓN DE DIETAS**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. LA DIETA**

1. Conceptualización
2. Dieta equilibrada
  - Elaboración de una dieta equilibrada
3. Mitos en nutrición y dietética

### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. SALUD Y BIENESTAR NUTRICIONAL**

1. Valoración del estado nutricional
  - Anamnesis
  - Historia clínica, datos socioeconómicos y psicosociales, y estilo de vida
  - Historia dietética y hábitos alimentarios
  - Actividad física
  - Estudio antropométrico y composición corporal
  - Protocolo de preparación
  - Material antropométrico
  - Medidas básicas
  - Parámetros bioquímicos
  - Proteínas somáticas (corporal/muscular)
  - Proteínas viscerales

### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. DIETÉTICA Y NUTRICIÓN DURANTE EL EMBARAZO**

1. Cambios fisiológicos
2. Necesidades y recomendaciones nutricionales
3. Trastornos alimentarios comunes
4. Modelo de dieta

## **UNIDAD DIDÁCTICA 4. DIETÉTICA Y NUTRICIÓN DE LA MADRE DURANTE LA LACTANCIA**

1. Cambios fisiológicos
2. Necesidades y recomendaciones nutricionales
3. Recomendaciones dietéticas en la lactancia
4. Tipos de lactancia
  - Lactancia materna
  - Lactancia artificial
5. Modelo de dieta

## **UNIDAD DIDÁCTICA 5. DIETÉTICA Y NUTRICIÓN DEL LACTANTE**

1. Cambios fisiológicos
2. Necesidades y recomendaciones nutricionales
  - Alimentación complementaria o Beikost
  - El biberón

## **UNIDAD DIDÁCTICA 6. DIETÉTICA Y NUTRICIÓN DEL INFANTE**

1. Cambios fisiológicos
2. Pirámide nutricional infantil
3. Necesidades y recomendaciones nutricionales
  - Buenos hábitos alimentarios
4. Modelo de dieta

## **UNIDAD DIDÁCTICA 7. DIETÉTICA Y NUTRICIÓN DEL ADOLESCENTE**

1. Cambios fisiológicos
2. Modificación de las costumbres y de los hábitos
  - Necesidades y recomendaciones nutricionales
  - Buenos hábitos alimentarios
3. Modelo de dieta

## **UNIDAD DIDÁCTICA 8. DIETÉTICA Y NUTRICIÓN EN LA TERCERA EDAD**

1. Cambios fisiológicos
2. Cambios sociológicos
3. Necesidades y recomendaciones nutricionales
  - Buenos hábitos alimentarios
  - Evitar la malnutrición
4. Consejos para mantenerse activo
5. Modelo de dieta

## **SOLUCIONARIO**

## **BIBLIOGRAFÍA**