

SALUD, NUTRICION Y DIETETICA

60 Horas

Objetivos:

- Diseñar dietas específicas para cada situación, en función del estado de salud y etapa de la vida y según las necesidades del organismo y aspectos nutricionales.
- Adquirir conocimientos sobre las partes y patologías propias del sistema digestivo y endocrino.
- Adquirir conocimientos sobre los principios nutricionales y el proceso nutricional en el ser humano, así como las características de los diferentes nutrientes alimentarios (macronutrientes y micronutrientes).
- Conocer las características, composición y clasificación de los alimentos, permitiendo su posterior conjugación en el diseño de pautas correctas de alimentación.

Contenidos:

Anatomía y fisiopatología de los aparatos digestivo y endocrino Introducción El sistema digestivo Patologías digestivas El sistema endocrino Patologías endocrinas

Alimentación y nutrición Introducción Principios de nutrición Carbohidratos y fibra dietética Lípidos Proteínas Vitaminas Minerales El agua Proceso de la nutrición

Grupos de alimentos Introducción Los alimentos y su composición Clasificación de los alimentos Alimentos nuevos. Aditivos alimentarios Leche y productos lácteos Carnes, huevos y pescados Legumbres, tubérculos y frutos secos Hortalizas y frutas Cereales Grasas y aceites Alimentos de servicio

Alimentación y salud Introducción Alimentación saludable Equilibrio alimentario. Normas y características que rigen el equilibrio nutritivo Principales relaciones entre energía y nutrientes Guías alimentarias o dietéticas Dieta mediterránea Importancia de la alimentación y su relación con la salud Mitos y errores sobre la alimentación

Dietas en las diferentes etapas de la vida Introducción Alimentación infantil Alimentación en la adolescencia Alimentación del adulto Alimentación en la tercera edad **Dietas terapéuticas**
Introducción Dietoterapia: Dieta de protección gástrica Dieta astringente Dieta para pacientes diabéticos insulino dependientes o con hipoglucemias orales Dieta hipocalórica Dieta para la insuficiencia renal crónica Dieta de protección biliar Dieta para dislipemias y cardiopatía isquémica Dieta baja en sodio Nutrición enteral y parenteral