



**EDUCA  
BUSINESS  
SCHOOL**



# FORMACIÓN ONLINE

Titulación certificada por  
**EDUCA BUSINESS SCHOOL**



## Postgrado en Nutrición y Dietética Adaptada a Problemas de Obesidad y Sobrepeso



LLAMA GRATIS: (+34) 958 050 217



Educa  
Business  
Formación  
Online



Años de experiencia avalan el trabajo docente desarrollado en Educa, basándose en una metodología completamente a la vanguardia educativa

## SOBRE EDUCA

Educa Business School es una Escuela de Negocios Virtual, con reconocimiento oficial, acreditada para impartir formación superior de postgrado, (como formación complementaria y formación para el empleo), a través de cursos universitarios online y cursos / másteres online con título propio.

## NOS COMPROMETEMOS CON LA CALIDAD

Educa Business School es miembro de pleno derecho en la Comisión Internacional de Educación a Distancia, (con estatuto consultivo de categoría especial del Consejo Económico y Social de NACIONES UNIDAS), y cuenta con el **Certificado de Calidad de la Asociación Española de Normalización y Certificación (AENOR)** de acuerdo a la normativa ISO 9001, mediante la cual se Certifican en Calidad todas las acciones

Los contenidos didácticos de Educa están elaborados, por tanto, bajo los parámetros de formación actual, teniendo en cuenta un sistema innovador con tutoría personalizada.

Como centro autorizado para la impartición de formación continua para personal trabajador, **los cursos de Educa pueden bonificarse, además de ofrecer un amplio catálogo de cursos homologados y baremables en Oposiciones** dentro de la Administración Pública. Educa dirige parte de sus ingresos a la sostenibilidad ambiental y ciudadana, lo que la consolida como una Empresa Socialmente Responsable.

Las Titulaciones acreditadas por Educa Business School pueden **certificarse con la Apostilla de La Haya** (CERTIFICACIÓN OFICIAL DE CARÁCTER INTERNACIONAL que le da validez a las Titulaciones Oficiales en más de 160 países de todo el mundo).

Desde Educa, hemos reinventado la formación online, de manera que nuestro alumnado pueda ir superando de forma flexible cada una de las acciones formativas con las que contamos, en todas las áreas del saber, mediante el apoyo incondicional de tutores/as con experiencia en cada materia, y la garantía de aprender los conceptos realmente demandados en el mercado laboral.

## Postgrado en Nutrición y Dietética Adaptada a Problemas de Obesidad y Sobrepeso



**DURACIÓN:**

300 horas



**MODALIDAD:**

Online



**PRECIO:**

260 €

Incluye materiales didácticos,  
titulación y gastos de envío.

CENTRO DE FORMACIÓN:

Educa Business School



## Titulación

Titulación Expedida por EDUCA BUSINESS SCHOOL como Escuela de Negocios Acreditada para la Impartición de Formación Superior de Postgrado, con Validez Profesional a Nivel Internacional

Una vez finalizado el curso, el alumno recibirá por parte de Educa Business School vía correo postal, la titulación que acredita el haber superado con éxito todas las pruebas de conocimientos propuestas en el mismo.

Esta titulación incluirá el nombre del curso/master, la duración del mismo, el nombre y DNI del alumno, el nivel de aprovechamiento que acredita que el alumno superó las pruebas propuestas, las firmas del profesor y Director del centro, y los sellos de la instituciones que avalan la formación recibida (Euroinnova Formación, Instituto Europeo de Estudios Empresariales y Comisión Internacional para la Formación a Distancia de la





## Descripción

Este Postgrado en Nutrición y Dietética Adaptada a Problemas de Obesidad y Sobrepeso le ofrece una formación especializada en la materia. Debemos saber que para el área de Sanidad es muy importante profundizar y adquirir los conocimientos de nutrición y dietética adaptada a problemas de obesidad y sobrepeso.

## Objetivos

- Conocer la diferencia entre los conceptos de nutrición y dietética, y repasar términos importantes de esta temática.
- Revisar la anatomía del aparato digestivo, sus funciones y la importancia de los nutrientes.
- Saber qué es una evaluación nutricional, cuando se realiza y qué instrumentos se utilizan.
- Conocer qué es una encuesta alimenticia y cuál es su finalidad.
- Identificar los tipos de alimentos y de nutrientes, así como el valor energético de los mismos.
- Relacionar los tipos de alimentos con el seguimiento de una dieta equilibrada y saludable.
- Estudiar las necesidades nutricionales de las personas a lo largo del ciclo vital.
- Definir la obesidad y el sobrepeso, así como las consecuencias y riesgos que tiene esta enfermedad.
- Realizar la evaluación nutricional de una persona con obesidad y sobrepeso.
- Describir el tratamiento y la prevención de la obesidad y el sobrepeso.
- Conocer los aspectos psicológicos y posibles trastornos psicológicos que pueden acompañar a la obesidad y el sobrepeso.
- Planificar una dieta saludable como parte de la intervención en casos de obesidad y sobrepeso.
- Explicar la obesidad en la infancia y dar pautas para prevenirla.

## A quién va dirigido

Este Postgrado en Nutrición y Dietética Adaptada a Problemas de Obesidad y Sobrepeso está dirigido a todas aquellas personas interesada en el ámbito de Sanidad y quieran especializarse en nutrición y dietética adaptada a problemas de obesidad y sobrepeso.

## Para qué te prepara

Este Postgrado en Nutrición y Dietética Adaptada a Problemas de Obesidad y Sobrepeso le prepara para adquirir unos conocimientos específicos dentro del área desarrollando en el alumno unas capacidades para desenvolverse profesionalmente en el sector, y más concretamente en nutrición y dietética adaptada a problemas de obesidad y sobrepeso.

## Salidas Laborales

Sanidad / Dietética y nutrición / Tratamiento de la obesidad.

## Materiales Didácticos



- Maletín porta documentos
- Manual teórico 'Nutrición y dietética'
- Manual teórico 'Obesidad y Sobrepeso'
- Maletín porta documentos
- Manual teórico 'Obesidad y Sobrepeso'
- Subcarpeta portafolios
- Dossier completo Oferta Formativa
- Carta de presentación
- Guía del alumno
- Bolígrafo

## Formas de Pago

- Contrareembolso

- Tarjeta
- Transferencia
- Paypal

Otros: PayU, Sofort, Western Union, SafetyPay

Fracciona tu pago en cómodos plazos sin intereses

+ Envío Gratis.

Llama gratis al teléfono  
**(+34) 958 050 217** e  
infórmate de los pagos a  
plazos sin intereses que  
hay disponibles



## Financiación

Facilidades económicas y financiación 100% sin intereses.

En Educa Business ofrecemos a nuestro alumnado facilidades económicas y financieras para la realización de pago de matrículas, todo ello 100% sin intereses.

**10% Beca Alumnos:** Como premio a la fidelidad y confianza ofrecemos una beca a todos aquellos que hayan cursado alguna de nuestras acciones formativas en el pasado.



## Metodología y Tutorización

El modelo educativo por el que apuesta Euroinnova es el **aprendizaje colaborativo** con un método de enseñanza totalmente interactivo, lo que facilita el estudio y una mejor asimilación conceptual, sumando esfuerzos, talentos y competencias.

El alumnado cuenta con un **equipo docente** especializado en todas las áreas.

Proporcionamos varios medios que acercan la comunicación alumno tutor, adaptándonos a las circunstancias de cada usuario.

Ponemos a disposición una **plataforma web** en la que se encuentra todo el contenido de la acción formativa. A través de ella, podrá estudiar y comprender el temario mediante actividades prácticas, autoevaluaciones y una evaluación final, teniendo acceso al contenido las 24 horas del día.

Nuestro nivel de exigencia lo respalda un **acompañamiento personalizado**.



## Redes Sociales

Síguenos en nuestras redes sociales y pasa a formar parte de nuestra gran **comunidad educativa**, donde podrás participar en foros de opinión, acceder a contenido de interés, compartir material didáctico e interactuar con otros/as alumnos/as, ex alumnos/as y profesores/as. Además, te enterarás antes que nadie de todas las promociones y becas mediante nuestras publicaciones, así como también podrás contactar directamente para obtener información o resolver tus dudas.





## Reinventamos la Formación Online



### Más de 150 cursos Universitarios

Contamos con más de 150 cursos avalados por distintas Universidades de reconocido prestigio.



### Campus 100% Online

Impartimos nuestros programas formativos mediante un campus online adaptado a cualquier tipo de dispositivo.



### Amplio Catálogo

Nuestro alumnado tiene a su disposición un amplio catálogo formativo de diversas áreas de conocimiento.



### Claustro Docente

Contamos con un equipo de docentes especializados/as que realizan un seguimiento personalizado durante el itinerario formativo del alumno/a.



### Nuestro Aval AEC y AECA

Nos avala la Asociación Española de Calidad (AEC) estableciendo los máximos criterios de calidad en la formación y formamos parte de la Asociación Española de Contabilidad y Administración de Empresas (AECA), dedicada a la investigación de vanguardia en gestión empresarial.



### Club de Alumnos/as

Servicio Gratuito que permite a nuestro alumnado formar parte de una extensa comunidad virtual que ya disfruta de múltiples ventajas: beca, descuentos y promociones en formación. En este, se puede establecer relación con alumnos/as que cursen la misma área de conocimiento, compartir opiniones, documentos, prácticas y un sinfín de intereses comunitarios.



### Bolsa de Prácticas

Facilitamos la realización de prácticas de empresa, gestionando las ofertas profesionales dirigidas a nuestro alumnado. Ofrecemos la posibilidad de practicar en entidades relacionadas con la formación que se ha estado recibiendo en nuestra escuela.



### Revista Digital

El alumnado puede descargar artículos sobre e-learning, publicaciones sobre formación a distancia, artículos de opinión, noticias sobre convocatorias de oposiciones, concursos públicos de la administración, ferias sobre formación, y otros recursos actualizados de interés.



### Innovación y Calidad

Ofrecemos el contenido más actual y novedoso, respondiendo a la realidad empresarial y al entorno cambiante, con una alta rigurosidad académica combinada con formación práctica.

## Acreditaciones y Reconocimientos



## Temario

### PARTE 1. NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

#### UNIDAD DIDÁCTICA 1. INTRODUCCIÓN A LA NUTRICIÓN. CONCEPTOS Y NECESIDADES DE ENERGÍA

1. Conceptos de alimentación, nutrición y dietética
2. Factores que condicionan la elección de los alimentos
3. Clasificación de los alimentos
4. Nutrientes
5. Leyes básicas de la alimentación
6. Requerimientos de energía

#### UNIDAD DIDÁCTICA 2. PROTEÍNAS

1. Conceptos
2. Clasificación
3. Valor nutritivo
4. Metabolismo proteico
5. Funciones en el organismo
6. Efectos de la carencia o el exceso
7. Ingestas recomendadas y aportes deseables
8. Situación media en España
9. Alimentos que las proporcionan
10. Efectos del procesamiento industrial

#### UNIDAD DIDÁCTICA 3. LÍPIDOS

1. Conceptos y fuentes
2. Funciones en el organismo
3. Digestión y absorción de las grasas

4. Metabolismo lipídico
5. Ingestas recomendadas
6. Situación en España

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 4. HIDRATOS DE CARBONO Y FIBRA DIETÉTICA**

1. Definición de hidrato de carbono
2. Clasificación, estructura y fuentes de los hidratos de carbono
3. Funciones de los hidratos de carbono
4. Digestión y absorción de los hidratos de carbono
5. Metabolismo
6. Ingestas recomendadas de hidratos de carbono y situación media en España
7. Fibra dietética

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 5. VITAMINAS**

1. Vitaminas liposolubles
2. Vitaminas hidrosolubles
3. Otros factores vitamínicos
4. Estabilidad de las vitaminas

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 6. MINERALES**

1. Descripción de macro minerales
2. Descripción de oligoelementos
3. Pérdidas de minerales por procesado / cocinado / manipulación

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 7. INGESTAS RECOMENDADAS**

1. Conceptos
2. Tablas de ingesta recomendada
3. Objetivos nutricionales

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 8. GRUPOS DE ALIMENTOS Y NUTRIENTES QUE APORTAN**

1. Grupos de alimentos

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 9. ALIMENTOS DEL NIÑO**

1. Conceptos
2. Alimentos en el primer año de vida
3. Alimentación en preescolar y escolar
4. Alimentación en el adolescente

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 10. ALIMENTACIÓN DURANTE EL EMBARAZO**

1. Concepto
2. Importancia del estado nutricional antes de la concepción
3. Cambios fisiológicos durante el embarazo
4. Necesidades nutricionales de la mujer gestante
5. Pautas dietéticas

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 11. NUTRICIÓN EN LAS PERSONAS MAYORES**

1. Envejecimiento

2.Cambios asociados al proceso de envejecimiento que pueden afectar a la situación nutricional de las personas mayores

3.Necesidades nutricionales especiales de las personas mayores

4.Distribución de la ingesta de alimentos

1.- Consejos para mejorar el estado nutritivo y la salud de las personas mayores

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 12. ALIMENTACIÓN EN EL CONTROL DE PESO**

1.Concepto

2.Situación actual

3.Factores que influyen en el control de peso

4.Papel de la dieta en el control de peso

5.Reparto de la ingesta energética

6.Pautas dietéticas a seguir en el control de peso

7.Tópicos y errores más frecuentes en relación al control de peso

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 13. ALIMENTACIÓN Y DEPORTE**

1.El trabajo muscular

2.Necesidades energéticas y nutritivas cotidianas del deportista

3.Alimentación previa a la competición

4.Alimentación durante la competición

5.Alimentación posterior a la competición

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 14. NUTRICIÓN EN LA PREVENCIÓN Y CONTROL DE ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES**

1.Historia

2.Concepto

3.Aterosclerosis

4.Factores de riesgo

5.Factores de riesgo alimentarios

6.Pautas recomendadas en la prevención y control de las enfermedades cardiovasculares

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 15. INTERACCIONES NUTRIENTES-FÁRMACOS**

1.Desarrollo

2.Tipos de interacciones nutrientes-fármacos

3.Interacciones en las que se modifica la respuesta al fármaco

4.Interacciones en las que se ve comprometida la situación nutricional

5.Poblaciones en las que se pueden dar casos de interacciones con mayor frecuencia

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 16. GUÍAS EN ALIMENTACIÓN Y PLANIFICACIÓN DE DIETAS**

1.Concepto

2.Funciones y necesidad

3.Historia

4.Guías útiles en la planificación de las dietas adecuadas

5.Suplementos

#### UNIDAD DIDÁCTICA 17. EVALUACIÓN NUTRICIONAL

1. Factores que influyen en la alimentación
2. Directrices dietéticas generales recomendadas
3. Valoración nutricional
4. Términos que describen el estado nutricional
5. Instrumentos utilizados en estudios antropométricos
6. Métodos de evaluación del estado nutricional
7. Sustancias antinutritivas

#### UNIDAD DIDÁCTICA 18. ENCUESTAS ALIMENTARIAS

1. Qué son las encuestas alimentarias
2. Encuestas alimentarias a nivel individual
3. Cómo seleccionar un método de encuesta alimentaria
4. Comparación entre distintos métodos de encuesta alimentaria

#### UNIDAD DIDÁCTICA 19. ENFERMEDADES ASOCIADAS A LA NUTRICIÓN

1. Factores etiológicos
2. Trastornos nutricionales
3. Trastornos del sistema digestivo

#### UNIDAD DIDÁCTICA 20. MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS, HIGIENE Y SEGURIDAD

1. Definiciones
2. Requisitos de los manipuladores de alimentos
3. Riesgos para la salud derivados de una inadecuada manipulación de alimentos
4. Toxiinfecciones alimentarias
5. Normas de higiene alimentaria

#### UNIDAD DIDÁCTICA 21. EDUCACIÓN NUTRICIONAL

## PARTE 2. OBESIDAD Y SOBREPESO

#### UNIDAD DIDÁCTICA 1. NUTRICIÓN Y ALIMENTACIÓN

1. Alimentación
  - 1.- Clasificación de los alimentos
2. Valor energético de los alimentos
3. Nutrición
  - 1.- Clasificación de los nutrientes
  - 2.- Pirámide nutricional
4. Suplementos alimentarios
5. Vitaminas y sales minerales
6. Complementos dietéticos

#### UNIDAD DIDÁCTICA 2. DIETA SALUDABLE

1. Concepto de dieta y su clasificación
2. Dieta equilibrada

- 1.- Recomendaciones diarias para la ingesta de nutrientes
- 2.- Requisitos para lograr una dieta equilibrada
- 3.- Dieta mediterránea
- 3.Productos dietéticos
- 4.Mitos de la nutrición y las dietas

### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. NUTRICIÓN A LO LARGO DEL CICLO VITAL**

- 1.Alimentación del bebé
  - 1.- Lactancia natural y artificial
  - 2.- Necesidades nutricionales en el primer año de vida
- 2.Nutrición en la infancia
  - 1.- Niño Preescolar (1- 3 Años)
  - 2.- Niños de 4-6 Años
  - 3.- Niño Escolar de 7- 12 Años
  - 4.- Decálogo para fomentar en los niños hábitos saludables en la alimentación
- 3.Nutrición en la Adolescencia
  - 1.- El Estirón Puberal
  - 2.- Adolescentes: Consejos para Vida Saludable
- 4.Alimentación en la edad adulta
  - 1.- Alimentación en la menopausia
- 5.Alimentación en la tercera edad

### **UNIDAD DIDÁCTICA 4. OBESIDAD Y SOBREPESO**

- 1.Aspectos generales de la obesidad y el sobrepeso
  - 1.- Epidemiología
  - 2.- El tejido adiposo
- 2.Causas de sobrepeso y obesidad
- 3.Fisiopatología de la obesidad
  - 1.- Fisiología del apetito y de la saciedad
  - 2.- Bases neurofisiológicas de la conducta de la ingesta
- 4.Tipos de sobrepeso y obesidad

### **UNIDAD DIDÁCTICA 5. RIESGOS Y PROBLEMAS DE SALUD ASOCIADOS AL SOBREPESO Y LA OBESIDAD**

- 1.Comorbilidades y riesgos del sobrepeso y la obesidad
- 2.Síndrome metabólico
  - 1.- Causas del síndrome metabólico
- 3.Diabetes mellitus tipo II
  - 1.- Clasificación de la diabetes
- 4.El síndrome de hipoventilación-obesidad
- 5.El síndrome de apnea obstructiva del sueño
  - 1.- Causas y factores de riesgo para la apnea del sueño

- 6.La hipertensión arterial
  - 1.- Causas de la hipertensión arterial
- 7.La enfermedad cardiovascular
- 8.Neoplasias
  - 1.- Neoplasia de mama
  - 2.- Neoplasia de endometrio
  - 3.- Neoplasia de hígado

#### UNIDAD DIDÁCTICA 6. VALORACIÓN DE PACIENTES CON OBESIDAD

- 1.Entrevista con el paciente
- 2.Evaluación dietética
  - 1.- Técnicas para evaluar el consumo de alimentos
- 3.Evaluación antropométrica
  - 1.- Instrumental utilizado para realizar medidas antropométricas
  - 2.- Medidas antropométricas
- 4.Evaluación bioquímica
  - 1.- Parámetros a valorar

#### UNIDAD DIDÁCTICA 7. TRATAMIENTO DE LA OBESIDAD

- 1.Intervención dietética
  - 1.- Dietas hipocalóricas
  - 2.- Planificación de la dieta
- 2.Sustitutivos de comidas
  - 1.- Características nutricionales
  - 2.- Evidencia científica en la utilización de los sustitutivos de comidas para dietas
- 3.Intervención quirúrgica
  - 1.- Pautas alimentarias y dietéticas en la cirugía bariátrica
- 4.Educación alimentaria terapéutica
  - 1.- Contenidos de programas de educación alimentaria
- 5.Ejercicio físico en el tratamiento de la obesidad

#### UNIDAD DIDÁCTICA 8. PREVENCIÓN DEL SOBREPESO Y DE LA OBESIDAD

- 1.Prevenición
  - 1.- Niveles de prevención
- 2.Establecimiento adecuado de las ingestas recomendadas
- 3.Educación alimentaria
- 4.Actividad y ejercicio físico en la prevención de la obesidad
- 5.Estilo de vida saludable
  - 1.- Estrategia NAOS

#### UNIDAD DIDÁCTICA 9. ASPECTOS PSICOLÓGICOS DE LA OBESIDAD

- 1.Psicología y obesidad
- 2.Problemas psicológicos en la obesidad



- 1.- Imagen corporal distorsionada
  - 2.- Descontrol alimentario
  - 3.- Ansiedad
  - 4.- Depresión
3. Evaluación psicológica del paciente con obesidad
- 1.- Evaluación psicológica
  - 2.- Evaluación familiar
4. Pautas de atención psicológica
- 1.- Psicoterapia Individual
  - 2.- Terapia de grupos
  - 3.- Farmacoterapia

#### UNIDAD DIDÁCTICA 10. OBESIDAD INFANTIL

1. La obesidad infantil
  - 1.- Factores que aumentan la probabilidad de padecer obesidad
2. Nutrición infantil
  - 1.- Pirámide nutricional infantil
  - 2.- Ritmos alimentarios durante el día
3. Importancia de la nutrición en la edad infantil
  - 1.- El papel de la escuela en la alimentación
4. Plan semanal de comidas