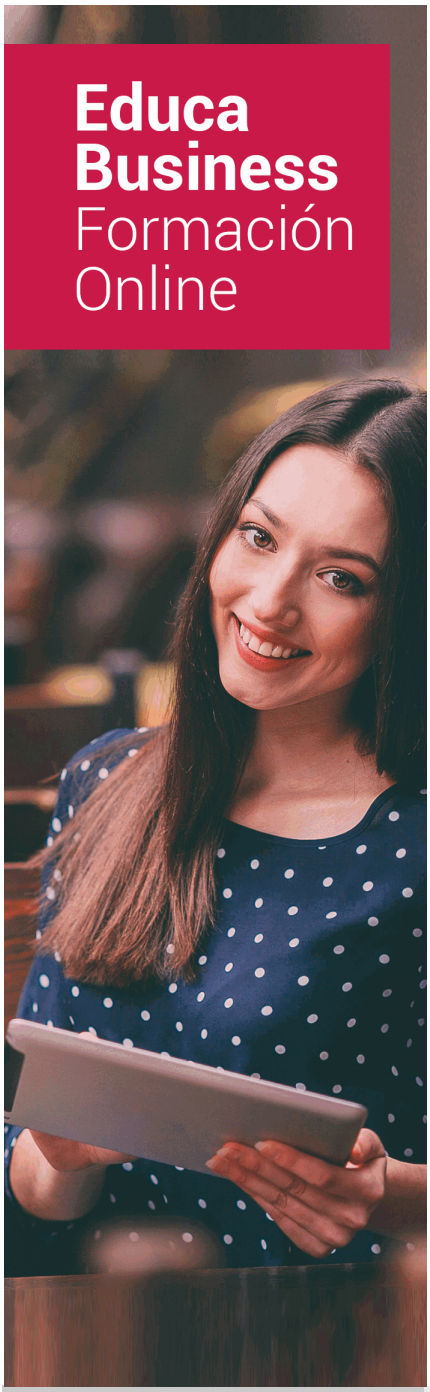
EDUCA BUSINESS SCHOOL

FORMACIÓN ONLINE

Titulación certificada por
EDUCA BUSINESS SCHOOL

Master en Alimentación y Nutrición Perinatal



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, l**os 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).

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

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.

Master en Alimentación y Nutrición Perinatal

DURACIÓN:
1.500 horas

MODALIDAD:
Online

PRECIO:
1.495 €
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 UNESCO).

Educa Business School

como Escuela de Negocios de Formación de Postgrado
EXPIDE EL PRESENTE TÍTULO PROPIO

NOMBRE DEL ALUMNO/A

con D.N.I. XXXXXXXXX ha superado los estudios correspondientes de

Nombre de la Acción Formativa

de 425 horas, perteneciente al Plan de formación de EDUCA BUSINESS SCHOOL en la convocatoria de 2019
Y para que surta los efectos pertinentes queda registrado con Número de Expediente XXXX/XXXX-XXXX-XXXX

Con una calificación de NOTABLE

Y para que conste expido la presente TITULACIÓN en
Granada, a 11 de Noviembre de 2019

La Dirección General
JESÚS MORENO HIDALGO

Sello

Firma del Alumno/a
NOMBRE DEL ALUMNO

RESPONSABILIDAD SOCIAL CORPORATIVA

Descripción

Este Master en Lactancia Materna y Nutrición Infantil le ofrece una formación especialidad en la materia. Según la OMS, la lactancia materna es la forma ideal de aportar a los niños pequeños los nutrientes que necesitan para un crecimiento y desarrollo saludables. Prácticamente todas las mujeres pueden amamantar, siempre que dispongan de buena información y del apoyo de su familia y del sistema de atención de salud. Con el presente Master en Lactancia Materna y Nutrición Infantil se aportarán los conocimientos necesarios para conocer diversos aspectos relacionados con la lactancia materna y la nutrición infantil.

Objetivos

- Aprender los conceptos generales sobre la dietética y nutrición.
- Aprender la clasificación de alimentos y nutrientes.
- Conocer el aparato digestivo.
- Identificar las necesidades nutricionales y energéticas.
- Aprender las funciones y características de los hidratos de carbono, lípidos, proteínas, vitaminas, minerales.
- Conocer la importancia del agua en el cuerpo humano.
- Conocer los valores nutricionales de los diferentes alimentos, ya sean de origen animal como vegetal.
- Aprender la correcta manipulación de los alimentos.
- Conocer el tratamientos culinario de los alimentos.
- Aprende rla conservación de los alimentos y las tecnologías emergentes en este ámbito.
- Conocer las ingestas recomendadas y el etiquetado de los alimentos.
- Mejorar al profesional para estimular y abordar la alimentación del niño durante su primer año de vida, cuyo conocimiento científico y pautas de administración están siendo revisadas y actualizadas continuamente.
- Actualizar los conocimientos para mejorar los cuidados encaminados a la promoción, apoyo y protección de la lactancia materna en situaciones especiales.
- Conocer en qué consiste la dietoterapia y la intervención dietética en casos patológicos
- Aprender los tratamientos de la obesidad.
- Aprender la clasificación, diagnóstico y tratamiento de la diabetes.
- Conocer la osteoporosis.
- Aprender las manifestaciones, diagnóstico y tratamiento de la anorexia nerviosa y bulimia nerviosa.

A quién va dirigido

El presente Master en Lactancia Materna y Nutrición Infantil está dirigido a los profesionales en el ámbito de la lactancia materna y otros profesionales sanitarios, así como a todos aquellos que estén interesados en ampliar sus conocimientos acerca de la lactancia materna y nutrición infantil.

Para qué te prepara

El presente Master en Lactancia Materna y Nutrición Infantil le prepara para conocer qué es la lactancia materna, así como los problemas que pueden aparecer durante la misma; además de abordar la nutrición infantil.

Salidas Laborales

Desarrolla su actividad en el ámbito de la sanidad, con el fin de conocer todos aquellos aspectos relacionados con la lactancia materna y nutrición infantil.

-

Formas de Pago

- 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

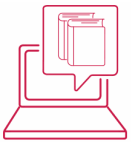
Más de 150 cursos Universitarios

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.

Master en Alimentación y Nutrición Perinatal **Ver Curso**



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. NECESIDADES NUTRICIONALES Y ESTUDIO DE LOS NUTRIENTES

UNIDAD DIDÁCTICA 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

UNIDAD DIDÁCTICA 2. CLASIFICACIÓN DE ALIMENTOS Y NUTRIENTES. GUÍAS ALIMENTARIAS

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

UNIDAD DIDÁCTICA 3. EL SISTEMA DIGESTIVO

1.Conceptos básicos

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

UNIDAD DIDÁCTICA 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

UNIDAD DIDÁCTICA 5. HIDRATOS DE CARBONO

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

UNIDAD DIDÁCTICA 6. LÍPIDOS

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

UNIDAD DIDÁCTICA 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

UNIDAD DIDÁCTICA 8. VITAMINAS

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

UNIDAD DIDÁCTICA 9. MINERALES

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

UNIDAD DIDÁCTICA 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

PARTE 2. ESTUDIO DE LOS ALIMENTOS

UNIDAD DIDÁCTICA 1. VALOR NUTRITIVO Y COMPOSICIÓN DE LOS ALIMENTOS (I)

1.Valor nutritivo de los alimentos
2.Clasificación de los alimentos
3.Alimentos de origen animal

UNIDAD DIDÁCTICA 2. VALOR NUTRITIVO Y COMPOSICIÓN DE LOS ALIMENTOS (II)

1.Alimentos de origen vegetal
2.Otros alimentos

UNIDAD DIDÁCTICA 3. MANIPULACIÓN DE LOS ALIMENTOS

1.Introducción
2.Higiene de los alimentos

UNIDAD DIDÁCTICA 4. TRATAMIENTO CULINARIO DE LOS ALIMENTOS

1.Operaciones a temperatura ambiente
2.Operaciones de cocción

UNIDAD DIDÁCTICA 5. CONSERVACIÓN DE LOS ALIMENTOS

1.Conservación de los alimentos
2.Clasificación de los métodos de conservación de los alimentos
3.Métodos físicos
4.Métodos químicos
5.Tecnologías emergentes
6.Consejos en la adquisición de alimentos
7.Consumo responsable
8.Los hábitos alimenticios: origen y cambio

UNIDAD DIDÁCTICA 6. TCA Y BDN, INGESTAS RECOMENDADAS Y ETIQUETADO DE ALIMENTOS

1.Tablas de composición de los alimentos y Bases de datos nutricionales
2.Ingestas recomendadas
3.Etiquetado de los alimentos

PARTE 3. LACTANCIA MATERNA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. LACTANCIA MATERNA

1.Historia de la lactancia materna
2.Tipos de alimentación del lactante
3.El inicio de la lactancia materna
1.- Mejor comienzo

2.- Hospital
3.- Domicilio
4.Iniciativa del hospital amigo de los niños
1.- Importancia de la lactancia materna. Diez pasos de la OMS y UNICEF para favorecer la lactancia materna

UNIDAD DIDÁCTICA 2. ANATOMÍA Y FISIOLOGÍA DE LA MAMA

1.Recuerdo embriológico
2.Anatomía de la mama
1.- Estructura de la glándula mamaria
2.- Modificaciones durante el embarazo
3.Fisiología de la mama

UNIDAD DIDÁCTICA 3. COMPOSICIÓN Y PROPIEDADES DE LA LECHE

1.Necesidades nutricionales del lactante
2.Composición de la leche
1.- Composición de la leche materna
2.- Composición de la leche artificial
3.- Diferencias cualitativas y cuantitativas entre la leche materna y la leche artificial
3.Variaciones en la composición de la leche materna durante la lactancia

UNIDAD DIDÁCTICA 4. VENTAJAS E INCONVENIENTES DE LA LECHE MATERNA Y ARTIFICIAL

1.Ventajas e inconvenientes de la lactancia materna
1.- Ventajas
2.- Inconvenientes
2.Ventajas e inconvenientes de la lactancia artificial
1.- Ventajas
2.- Inconvenientes

UNIDAD DIDÁCTICA 5. TÉCNICAS DE LA LACTANCIA MATERNA

1.Posiciones y posturas del amamantamiento
1.- Técnicas de agarre
2.- Posturas para amamantar
2.Extracción y almacenamiento de la leche materna
1.- Tiempo de almacenamiento
3.Cuidados relacionados con la lactancia

UNIDAD DIDÁCTICA 6. ALIMENTACIÓN, BEBIDA, FÁRMACOS Y TÓXICOS DURANTE LA LACTANCIA MATERNA

1.Alimentación durante la lactancia
1.- Necesidades nutricionales en la lactancia
2.- Recomendaciones dietéticas en la lactancia
2.Fármacos
1.- Fármacos aceptados y prohibidos durante el periodo de lactancia
3.Tóxicos y lactancia materna

UNIDAD DIDÁCTICA 7. PROBLEMAS Y CUIDADOS DE LA MADRE

1.Problemas de la madre

1.- Dolor durante la succión

2.- Grietas en los pezones

3.- Ingurgitación o congestión mamaria

4.- Obstrucción del conducto mamario

5.- Mastitis

6.- Dermatitis de la mama. Candidiasis

2.Exploración de las mamas y cuidados

UNIDAD DIDÁCTICA 8. LOS PRIMEROS PROBLEMAS DEL NIÑO

1.Introducción

2.Disfunción en la succión

3.Retraso en la subida de la leche

4.Rechazo del pecho. Bebé poco exigente o ansioso

5.Ictericia y lactancia materna

6.Cólico del lactante

UNIDAD DIDÁCTICA 9. LACTANCIA EN CASOS ESPECIALES

1.Problemas en la lactancia

2.Ingreso del bebé

1.- Prematuridad

3.Infecciones

4.Patologías relacionada con disminución del tono muscular. Síndrome de Down

5.Método madre canguro

1.- El padre y la lactancia

UNIDAD DIDÁCTICA 10. DURACIÓN DE LA LACTANCIA

1.Frecuencia de las tomas. Lactancia a demanda

2.Alimentación complementaria

1.- Principales alimentos complementarios

2.- Consejos generales para la alimentación complementaria

3.Destete

UNIDAD DIDÁCTICA 11. OTROS ASPECTOS RELACIONADOS CON LA LACTANCIA MATERNA

1.Legislación con respecto a la lactancia materna

2.Grupos de apoyo a la lactancia materna

3.Enlaces de interés

PARTE 4. NUTRICIÓN INFANTIL

UNIDAD DIDÁCTICA 1. NUTRICIÓN DURANTE EL EMBARAZO

1.Cambios fisiológicos durante el embarazo

2.Necesidades nutricionales en el embarazo

3.Pautas para una alimentación saludable
4.Hidratación en el embarazo
5.Problemas asociados al bajo peso de la embarazada
6.Problemas asociados a la obesidad de la embarazada
7.Patologías gestacionales relacionadas con la dieta
8.Otras consideraciones alimentarias
9.Productos o alimentos que deben evitarse durante el embarazo
10.Seguridad alimentaria en el embarazo
11.Dieta vegetariana en el embarazo

UNIDAD DIDÁCTICA 2. ¿CÓMO DEBO ALIMENTARME DESPUÉS DEL PARTO?

1.Recomendaciones para después del parto
2.Alimentación durante la lactancia
3.Alimentos necesarios
4.Productos o alimentos que deben evitarse durante la lactancia
5.Medidas higiénicas y consumo de medicamentos
6.Entrenamiento post parto

UNIDAD DIDÁCTICA 3. LACTANCIA MATERNA

1.Definición y ventajas para la madre y el bebé
2.Fisiología de la lactancia
3.Recomendaciones de la OMS
4.Tipos de lactancia
5.Dificultades con la lactancia
6.Posiciones recomendadas
7.Duración y frecuencia en las tomas
8.Lactancia materna a demanda
9.Signos de buen y mal enganche
10.Falsos mitos

UNIDAD DIDÁCTICA 4. LACTANCIA ARTIFICIAL

UNIDAD DIDÁCTICA 5. ESTUDIO DE NUTRIENTES

1.La energía
2.Proteínas
3.Hidratos de carbono
4.La fibra dietética
5.Las grasas
6.Vitaminas
7.Minerales
8.Importancia del agua
9.Necesidades nutricionales

UNIDAD DIDÁCTICA 6. NUTRICIÓN DEL BEBÉ DURANTE EL PRIMER AÑO DE VIDA

1.Evolución de la alimentación
2.Consejos para la alimentación del bebé
3.Alimentación complementaria: beikos y blw
4.Alimentos que conviene evitar en la alimentación del bebé
5.Biberón
6.Horario
7.Masaje infantil

UNIDAD DIDÁCTICA 7. NUTRICIÓN EN LA INFANCIA

1.Alimentación tras el primer año de vida
2.Importancia de una buena nutrición en la edad infantil
3.Alimentación en la infancia
4.Ritmos alimentarios durante el día
5.Plan semanal de comidas
6.Alimentos desaconsejados
7.Decálogo para fomentar en los niños hábitos saludables en la alimentación
8.Consejos para evitar problemas durante la comida

UNIDAD DIDÁCTICA 8. LA HIGIENE BUCAL

1.El cuidado de los dientes
2.Cómo lavarse los dientes
3.Enfermedades que afectan a los dientes

UNIDAD DIDÁCTICA 9. INTOLERANCIA Y ALERGIAS A LOS ALIMENTOS

1.Definiciones
2.Intolerancia a los alimentos
3.Alergias alimentarias

UNIDAD DIDÁCTICA 10. AVERSIONES ALIMENTARIAS EN LA INFANCIA

1.Desarrollo de la conducta alimentaria y sus alteraciones
2.Principales aversiones alimentarias
3.Estrategias frente las aversiones

UNIDAD DIDÁCTICA 11. DISEÑO MENÚS INFANTILES

1.Introducción al diseño de menús
2.Menús especiales

UNIDAD DIDÁCTICA 12. EL COMEDOR ESCOLAR COMO ÁMBITO EDUCATIVO

1.Introducción al comedor escolar
2.Importancia del comedor escolar en la comunidad educativa
3.El comedor escolar en el Proyecto Educativo de Centro
4.Propuestas de mejora

PARTE 5. ENFERMEDADES Y PRINCIPALES

TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. INTRODUCCIÓN A LA DIETOTERAPIA

1.Introducción a la dietoterapia
2.Intervención dietética en casos patológicos
3.A modo de resumen

UNIDAD DIDÁCTICA 2. OBESIDAD

1.Introducción
2.Síndrome metabólico
3.Atención al paciente con exceso de peso
4.Pérdida de peso
5.Técnicas de tratamiento

UNIDAD DIDÁCTICA 3. DIABETES MELLITUS

1.Concepto de diabetes
2.Metabolismo de los hidratos de carbono
3.Fisiopatología de la diabetes
4.Clasificación de la diabetes
5.Manifestaciones de la diabetes
6.Criterios de diagnóstico
7.Recomendaciones y tratamiento para la diabetes
8.Tratamiento dietético
9.Complicaciones de la diabetes
10.Educación para la diabetes

UNIDAD DIDÁCTICA 4. OSTEOPOROSIS

1.Concepto de osteoporosis
2.Fisiología del hueso
3.Diagnóstico
4.Etiología
5.Tratamiento

UNIDAD DIDÁCTICA 5. ALTERNATIVAS A LA ALIMENTACIÓN TRADICIONAL

1.Clasificación
2.Alimentación básica adaptada
3.Suplementos dietéticos
4.Nutrición enteral
5.Nutrición parenteral

UNIDAD DIDÁCTICA 6. ANOREXIA NERVIOSA

1.Concepto de anorexia nerviosa
2.Historia
3.Epidemiología

4.Etiología
5.Clínica de la anorexia nerviosa
6.Diagnóstico
7.Evolución y prevención
8.Tratamiento

UNIDAD DIDÁCTICA 7. BULIMIA NERVIOSA

1.Concepto de bulimia nerviosa
2.Evolución histórica
3.Epidemiología
4.Diagnóstico
5.Manifestaciones clínicas
6.Tratamiento
7.Diferencias entre anorexia y bulimia

PARTE 6. OBESIDAD INFANTIL

UNIDAD DIDÁCTICA 1. ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN

1.Conceptos: Salud, enfermedad, alimentación y nutrición
2.Conceptos asociados
3.Clasificación de los alimentos
4.Clasificación de los nutrientes
5.Necesidades de nutrientes: Pirámide nutricional
6.Suplementos alimenticios
    1.- Complementos dietéticos
7.Vitaminas y minerales

UNIDAD DIDÁCTICA 2. COMPOSICIÓN Y VALOR NUTRITIVO DE LOS PRINCIPALES GRUPOS DE ALIMENTOS

1.Alimentos de origen animal
    1.- Carne
    2.- Huevos
    3.- Pescado y mariscos
    4.- Lácteos
2.Alimentos de origen vegetal
    1.- Cereales y derivados
    2.- Verduras y Hortalizas
    3.- Legumbres
    4.- Frutas
    5.- Frutos secos y semillas
3.Otros alimentos
    1.- Aceites y grasas

2.- Azúcares dulces
3.- Alimentos transgénicos
4.- Bebidas
4.Influencia del procesado de los alimentos en su composición y valor nutricional
1.- La subdivisión
2.- Procedimientos de combinación física
3.- Tratamientos por temperatura

UNIDAD DIDÁCTICA 3. DIGESTIÓN

1.La digestión
2.Reguladores de la digestión
1.- Reguladores hormonales
2.- Reguladores nerviosos
3.- El resultado de la digestión
3.Hiperpermeabilidad
4.Calorías

UNIDAD DIDÁCTICA 4. NECESIDADES NUTRICIONALES

1.Transformaciones energéticas celulares
2.Unidades de medida de la energía
3.Necesidades energéticas del adulto sano
1.- Metabolismo basal
2.- Actividad física
3.- Acción dinámica específica (ADE)
4.Necesidades energéticas totales según la FAO
1.- Correcciones
5.Valor energético de los alimentos
6.Tablas de composición de los alimentos
7.Ley de isodinamia y ley de los mínimos

UNIDAD DIDÁCTICA 5. NECESIDADES NUTRICIONALES DE LOS NIÑOS

1.La energía
2.Proteínas
3.Hidratos de carbono
1.- La fibra alimentaria
4.Las grasas
5.Vitaminas
6.Minerales

UNIDAD DIDÁCTICA 6. NUTRICIÓN A LO LARGO DE LA VIDA

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 una vida saludable

UNIDAD DIDÁCTICA 7. VALORACIÓN DEL ESTADO NUTRICIONAL

1.Definición y generalidades
2.Entrevista con el paciente
3.Evaluación dietética
1.- Pasos para realizar una evaluación dietética
2.- Técnicas para evaluar el consumo de alimentos
4.Evaluación clínica
1.- Historia clínica
2.- Indicadores clínicos
5.Evaluación antropométrica
1.- Indicadores antropométricos
2.- Instrumental utilizado para realizar las medidas antropométricas
6.Evaluación bioquímica
1.- Parámetros a valorar

UNIDAD DIDÁCTICA 8. 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
5.Obesidad infantil
1.- Factores que aumentan la probabilidad de padecer obesidad

UNIDAD DIDÁCTICA 9. RIESGOS Y PROBLEMAS ASOCIADOS A LA OBESIDAD INFANTIL

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 por grupos de edad
7.La enfermedad cardiovascular
8.Neoplasias
1.- Neoplasia de mama
2.- Neoplasia de endometrio
3.- Neoplasia de hígado

UNIDAD DIDÁCTICA 10. 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 11. TRATAMIENTO DE LA OBESIDAD INFANTIL

1.Intervención dietética
1.- Dietas hipocalóricas
2.- Planificación de la dieta
3.- Sustitutivos de comidas
2.Ejercicio físico en el tratamiento de la obesidad infantil
1.- Juegos en equipo que favorecen el ejercicio físico
3.Intervención quirúrgica
1.- Pautas alimentarias y dietéticas en la cirugía bariátrica
4.Tratamiento farmacológico en la obesidad infantil
5.Tratamiento de la diabetes mellitus tipo dos en la infancia
6.Actuaciones no farmacológicas para disminuir la tensión arterial
7.Educación alimentaria terapéutica
1.- Contenidos de programas de educación alimentaria terapéutica

UNIDAD DIDÁCTICA 12. 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.Mitos de la nutrición y las dietas
4.La dieta en el niño con obesidad. Pirámide nutricional infantil
1.- Ritmos alimentarios durante el día
2.- Plan semanal de comidas
3.- Ejemplo menú escolar

UNIDAD DIDÁCTICA 13. LA IMPORTANCIA DE LA EDUCACIÓN NUTRICIONAL. PREVENCIÓN DEL SOBREPESO Y LA OBESIDAD

1.Prevención
1.- Niveles de prevención
2.Establecimiento adecuado de las ingestas recomendadas
3.Agentes educativos y sociales influyentes en los hábitos alimenticios
1.- La escuela
2.- La familia
3.- El entorno social
4.Los estilos de vida
5.Aspectos que pueden ayudar a reforzar hábitos adecuados o a eliminar los
6.Equilibrio alimentario
1.- Consecuencias de no mantener un equilibrio alimentario: obesidad infantil
7.Medidas para el fomento de la alimentación saludable

UNIDAD DIDÁCTICA 14. INTOLERANCIA Y ALERGIA A LOS ALIMENTOS

1.Definiciones
2.Intolerancia a los alimentos
1.- Tipos de intolerancia a los alimentos
2.- Intolerancia al gluten
3.- Condiciones clínicas relacionadas con la intolerancia alimentaría
3.Alergias alimentarias
1.- Datos generales
2.- Síntomas
3.- Diagnóstico de la alergia a los alimentos
4.- Situaciones de riesgo
5.- Tratamiento de alergia a los alimentos
6.- Alimentos alergénicos
4.Anafilaxia y shock anafiláctico
1.- Manejo de la anafilaxia