

**Máster en Dietética Vegetariana y Nutrición Plant-Based + Titulación  
universitaria**



# ÍNDICE

**1** | Somos Educa Business School

**2** | Rankings

**3** | Alianzas y acreditaciones

**4** | By EDUCA EDTECH Group

**5** | Metodología LXP

**6** | Razones por las que elegir Educa Business School

**7** | Programa Formativo

**8** | Temario

**9** | Contacto

## SOMOS EDUCA BUSINESS SCHOOL

---

**EDUCA Business School** es una institución de formación online especializada en negocios. Como miembro de la Comisión Internacional de Educación a Distancia y con el prestigioso Certificado de Calidad AENOR (normativa ISO 9001) nuestra institución se distingue por su compromiso con la excelencia educativa.

Nuestra **oferta formativa**, además de **satisfacer las demandas del mercado laboral** actual, puede bonificarse como formación continua para el personal trabajador, así como ser homologados en Oposiciones dentro de la Administración Pública. Las titulaciones de EDUCA Business School se pueden certificar con la Apostilla de La Haya dotándolos de validez internacional en más de 160 países.

Más de

**18**

años de  
experiencia

Más de

**300k**

estudiantes  
formados

Hasta un

**98%**

tasa  
empleabilidad

Hasta un

**100%**

de financiación

Hasta un

**50%**

de los estudiantes  
repite

Hasta un

**25%**

de estudiantes  
internacionales

## RANKINGS DE EDUCA BUSINESS SCHOOL

---

**Educa Business School** se engloba en el conjunto de EDUCA EDTECH Group, que ha sido reconocido por su trabajo en el campo de la formación online.

Todas las entidades bajo el sello EDUCA EDTECH comparten la misión de democratizar el acceso a la educación y apuestan por la transferencia de conocimiento, por el desarrollo tecnológico y por la investigación. Gracias a ello ha conseguido el reconocimiento de diferentes rankings a nivel nacional e internacional.



## ALIANZAS Y ACREDITACIONES

---



FONDO  
SOCIAL  
EUROPEO



## BY EDUCA EDTECH

---

Educa Business School es una marca avalada por **EDUCA EDTECH Group**, que está compuesto por un conjunto de experimentadas y reconocidas instituciones educativas de formación online. Todas las entidades que lo forman comparten la misión de democratizar el acceso a la educación y apuestan por la transferencia de conocimiento, por el desarrollo tecnológico y por la investigación.



### ONLINE EDUCATION

---



# METODOLOGÍA LXP

---

La metodología **EDUCA LXP** permite una experiencia mejorada de aprendizaje integrando la AI en los procesos de e-learning, a través de modelos predictivos altamente personalizados, derivados del estudio de necesidades detectadas en la interacción del alumnado con sus entornos virtuales.

EDUCA LXP es fruto de la **Transferencia de Resultados de Investigación** de varios proyectos multidisciplinares de I+D+i, con participación de distintas Universidades Internacionales que apuestan por la transferencia de conocimientos, desarrollo tecnológico e investigación.



## 1. Flexibilidad

Aprendizaje 100% online y flexible, que permite al alumnado estudiar donde, cuando y como quiera.



## 2. Accesibilidad

Cercanía y comprensión. Democratizando el acceso a la educación trabajando para que todas las personas tengan la oportunidad de seguir formándose.



## 3. Personalización

Itinerarios formativos individualizados y adaptados a las necesidades de cada estudiante.



## 4. Acompañamiento / Seguimiento docente

Orientación académica por parte de un equipo docente especialista en su área de conocimiento, que aboga por la calidad educativa adaptando los procesos a las necesidades del mercado laboral.



## 5. Innovación

Desarrollos tecnológicos en permanente evolución impulsados por la AI mediante Learning Experience Platform.



## 6. Excelencia educativa

Enfoque didáctico orientado al trabajo por competencias, que favorece un aprendizaje práctico y significativo, garantizando el desarrollo profesional.

## RAZONES POR LAS QUE ELEGIR EDUCA BUSINESS SCHOOL

---

### 1. FORMACIÓN ONLINE ESPECIALIZADA

Nuestros alumnos acceden a un modelo pedagógico innovador **de más de 20 años de experiencia educativa con Calidad Europea.**



### 2. METODOLOGÍA DE EDUCACIÓN FLEXIBLE

Con nuestra metodología estudiarán **100% online** y nuestros alumnos/as tendrán acceso los 365 días del año a la plataforma educativa.



### 3. CAMPUS VIRTUAL DE ÚLTIMA TECNOLOGÍA



Contamos con una **plataforma avanzada** con material adaptado a la realidad empresarial, que fomenta la participación, interacción y comunicación con alumnos de distintos países.

## 4. DOCENTES DE PRIMER NIVEL

Nuestros docentes están acreditados y formados en **Universidades de alto prestigio en Europa**, todos en activo y con una amplia experiencia profesional.



## 5. TUTORÍA PERMANENTE



Contamos con un **Centro de Atención al Estudiante CAE**, que brinda atención personalizada y acompañamiento durante todo el proceso formativo.

## 6. DOBLE MATRICULACIÓN

Algunas de nuestras acciones formativas cuentan con la llamada **Doble matriculación**, que te permite obtener dos formaciones, ya sean de masters o curso, al precio de una.



## Máster en Dietética Vegetariana y Nutrición Plant-Based + Titulación universitaria



**DURACIÓN**  
1500 horas



**MODALIDAD  
ONLINE**



**ACOMPANIAMIENTO  
PERSONALIZADO**



**CREDITOS**  
5 ECTS

### Titulación

---

Doble Titulación: - Titulación de Máster en Dietética Vegetariana y Nutrición Plant-Based con 1500 horas expedida por EDUCA BUSINESS SCHOOL como Escuela de Negocios Acreditada para la Impartición de Formación Superior de Postgrado, con Validez Profesional a Nivel Internacional - Titulación de Curso en Coaching Nutricional con 125 horas y 5 ECTS expedida por UTAMED - Universidad Tecnológica Atlántico Mediterráneo.



**EDUCA BUSINESS SCHOOL**

como centro acreditado para la impartición de acciones formativas  
expide el presente título propio

**NOMBRE DEL ALUMNO/A**

con número de documento XXXXXXXXX ha superado los estudios correspondientes de

**Nombre del curso**

con una duración de XXX horas, perteneciente al Plan de Formación de Educa Business School.

Y para que surta los efectos pertinentes queda registrado con número de expediente XXXX/XXXXXXX-XXXXXX.

Con una calificación XXXXXXXXXXXXXXXX.

Y para que conste expido la presente titulación en Granada, a (día) de (mes) del (año).

Firma del Alumno/a  
NOMBRE ALUMNO/A

La Dirección Académica  
NOMBRE DE AREA MANAGER



Con el aval de la Comisión, Categoría Especial del Consejo Económico y Social de la UNED (Plan Propio de Grado)

## Descripción

En un mundo donde la conciencia por una alimentación saludable y sostenible crece, nuestro Master en Nutrición y Dietética Vegetariana emerge como una vía formativa esencial para quienes buscan especializarse en este campo creciente. Este curso profundiza en la composición nutricional de los alimentos, técnicas de conservación y manipulación de alimentos, así como los principios de una dieta vegetariana y vegana equilibrada. La formación está diseñada para cubrir necesidades nutricionales específicas y patologías asociadas a la alimentación, adaptándose a distintas etapas de la vida. Incluye un módulo de coaching nutricional, para desarrollar habilidades que permitan guiar a otros hacia mejores hábitos alimenticios. De cara a la creciente demanda de expertos en nutrición vegetal, este curso proporciona un enfoque integral, enseñando a planificar dietas vegetarianas y veganas que sean nutritivas y deliciosas, utilizando alternativas naturales. Al ser un programa online, ofrece flexibilidad para aprender a su propio ritmo. Eligiendo este master, se sitúa en la vanguardia de la nutrición con un enfoque práctico y contemporáneo, listo para marcar una diferencia en la vida de las personas.

## Objetivos

- Dominar la composición nutricional.
- Manejar los alimentos con seguridad.
- Aplicar tratamientos culinarios.
- Conservar alimentos eficazmente.
- Entender etiquetado nutricional.
- Adoptar la dieta vegetariana sana.
- Identificar alimentos vegetarianos.
- Asesorar en nutrición vegana.
- Planear dietas veganas equilibradas.

- Reconocer necesidades nutricionales.
- Prevenir patologías alimenticias.
- Implementar coaching nutricional.

## Para qué te prepara

---

El Master en Nutrición y Dietética Vegetariana está pensado para nutricionistas, dietistas, profesionales de la salud y deporte que buscan especializarse en alimentación basada en plantas, comprendiendo su valor nutricional y cómo gestionar una dieta equilibrada. Ideal para quienes deseen dominar desde la manipulación de alimentos hasta el coaching nutricional, incluyendo la adecuada nutrición en diversas etapas vitales y el abordaje de patologías relacionadas con la dieta.

## A quién va dirigido

---

El curso "Master en Nutrición y Dietética Vegetariana" te prepara para ser un experto en la planificación y gestión de dietas vegetarianas equilibradas, asegurando el valor nutritivo y calidad de los alimentos. Aprende sobre su composición, manipulación y conservación, y aconseja a tus clientes sobre las ingesta recomendada y el etiquetado. Aborda las necesidades nutricionales por etapas de la vida y patologías asociadas a la alimentación. Profundiza en nutrición vegana y asesoramiento nutricional, con sólidos conocimientos en biología, necesidades nutricionales y uso de alimentos alternativos. Desarrolla habilidades como coach nutricional, con una visión integral que incluye desde la digestión hasta los principales grupos de alimentos, y aplica tus conocimientos en contextos específicos, como la nutrición deportiva.

## Salidas laborales

---

El Master en Nutrición y Dietética Vegetariana abre un amplio abanico de oportunidades profesionales. Graduados podrán asesorar en nutrición deportiva, implementar dietas saludables en hospitales y clínicas, o convertirse en coaches nutricionales, enfocándose en las necesidades específicas de una alimentación basada en plantas. El temario profundiza en la composición de alimentos vegetarianos y veganos, las necesidades energéticas según la etapa de vida, y las técnicas culinarias adecuadas, lo que permite un ejercicio competente y actualizado de la profesión.

## TEMARIO

---

### PARTE 1. 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 2. DIETÉTICA VEGETARIANA SALUDABLE

#### UNIDAD DIDÁCTICA 1. BASES BIOLÓGICAS DE LA NUTRICIÓN

1. Conceptos básicos
2. Fisiología y anatomía del aparato digestivo

1. - Boca
  2. - Faringe
  3. - Esófago
  4. - Estómago
  5. - Intestino delgado
  6. - Intestino grueso
  7. - Páncreas
  8. - Hígado
  9. - Vesícula biliar
3. El proceso de digestión
1. - Hiperpermeabilidad

## UNIDAD DIDÁCTICA 2. LA COMPOSICIÓN DE LOS ALIMENTOS

1. Hidratos de carbono o glúcidos
  1. - Monosacáridos
  2. - Disacáridos
  3. - Polisacáridos
2. Lípidos
  1. - Funciones
3. Proteínas
  1. - Aminoácidos
4. Vitaminas
5. Minerales
  1. - Micronutrientes mayoritarios
  2. - Micronutrientes minoritarios
6. Agua

## UNIDAD DIDÁCTICA 3. TABLAS DE COMPOSICIÓN DE LOS ALIMENTOS

1. Tablas de composición de alimentos
  1. - Información de las tablas de composición de alimentos
  2. - Utilidad de las tablas de composición de los alimentos
2. Ejemplos de tablas de composición de los alimentos

## UNIDAD DIDÁCTICA 4. EL VALOR ENERGÉTICO DE LOS ALIMENTOS

1. Introducción al valor energético de los alimentos
2. Las necesidades energéticas del ser humano adulto
  1. - Metabolismo basal
  2. - La actividad física
  3. - Acción dinámica específica (ADE)
3. Las necesidades energéticas totales según la FAO
  1. - Correcciones

## UNIDAD DIDÁCTICA 5. NECESIDADES NUTRICIONALES EN LAS DISTINTAS ETAPAS DE LA VIDA

1. Necesidades nutricionales durante el embarazo
  1. - Energía

2. - Proteínas
3. - Lípidos
4. - Vitaminas
5. - Minerales
2. Necesidades nutricionales durante la lactancia
  1. - El vegetarianismo en mujeres embarazadas y lactantes
3. Necesidades nutricionales en el lactante
  1. - Los bebés vegetarianos
4. Necesidades nutricionales en la infancia
  1. - Niños de 1 a 3 años
  2. - Niños de 4 a 6 años
  3. - Niños de 7 a 12 años
  4. - El vegetarianismo en niños
5. Necesidades nutricionales en la adolescencia
  1. - El vegetarianismo en adolescentes
6. Necesidades nutricionales en el envejecimiento
  1. - Las personas mayores vegetarianas

#### UNIDAD DIDÁCTICA 6. PATOLOGÍAS VINCULADAS A UNA MALA ALIMENTACIÓN

1. Introducción a las patologías
2. Obesidad
  1. - Recomendaciones de la OMS para la prevención de la obesidad
3. Diabetes Mellitus tipo II
  1. - Recomendaciones específicas de la OMS para la enfermedad
4. Enfermedades cardiovasculares
  1. - Recomendaciones de la OMS para la prevención de enfermedades cardiovasculares
5. Neoplasias
  1. - Neoplasia de mama
  2. - Neoplasia de endometrio
  3. - Neoplasia de hígado
  4. - Recomendaciones de la OMS para la prevención del cáncer
6. Osteoporosis
  1. - Recomendaciones de la OMS para la prevención de la osteoporosis

#### UNIDAD DIDÁCTICA 7. LAS DIETAS

1. Introducción a las dietas
2. La pirámide alimentaria
3. Dieta equilibrada
  1. - Características de la dieta equilibrada
4. La dieta mediterránea
  1. - Decálogo de la dieta mediterránea
  2. - ¿Qué características tiene la dieta mediterránea?
  3. - ¿Qué alimentos constituyen la dieta mediterránea?
5. Las dietas milagro
  1. - Clasificación de las dietas milagro
  2. - Efectos secundarios causados por la reducción energética drástica
6. Mitos en nutrición y dietética

## UNIDAD DIDÁCTICA 8. LA DIETA VEGETARIANA

1. Introducción al vegetarianismo
2. Pirámide alimentaria vegetariana
3. Ventajas y desventajas de la dieta vegetariana
4. Consejos de alimentación sana para los vegetarianos
5. Ejemplos de menús vegetarianos
  1. - Menú vegetariano I
  2. - Menú vegetariano II

## UNIDAD DIDÁCTICA 9. ALIMENTOS PROPIOS DE LA DIETA VEGETARIANA

1. Legumbres
  1. - Composición química de las legumbres
  2. - Valor nutritivo de las leguminosas
  3. - Componentes con actividad funcional de la soja
2. Cereales y derivados
  1. - Trigo
  2. - Otros cereales. Composición y valor nutritivo
  3. - Derivados de los cereales
3. Verduras y hortalizas
  1. - Clasificación de verduras y hortalizas
  2. - Composición de verduras y hortalizas
  3. - Valor nutritivo de verduras y hortalizas
4. Frutas y frutos secos
  1. - Clasificación
  2. - Frutas carnosas
  3. - Frutos secos
5. Grasas vegetales
  1. - Aceite de oliva
  2. - Grasas y aceites de frutos y semillas oleaginosas
6. Huevo
  1. - Estructura del huevo
  2. - Composición del huevo
  3. - Valor nutritivo del huevo
7. Leche y derivados lácteos
  1. - Valor nutritivo de la leche
  2. - Derivados lácteos
8. Setas y algas
9. Alimentos fundamentales de las dietas vegetarianas

## UNIDAD DIDÁCTICA 10. DIETA VEGETARIANA Y SALUD

1. El vegetarianismo y la salud
2. Consideraciones nutricionales para vegetarianos
3. Beneficios de la dieta vegetariana para la salud
4. Los profesionales en dietética vegetariana

## PARTE 3. NUTRICIÓN VEGANA

## UNIDAD DIDÁCTICA 1. CONCEPTOS Y DEFINICIONES RELACIONADOS CON LA NUTRICIÓN VEGANA

1. Conceptos relacionados con la alimentación, salud y nutrición
2. Conceptos relacionados con la salud y nutrición

## UNIDAD DIDÁCTICA 2. BASES BIOLÓGICAS DE LA NUTRICIÓN

1. Conceptos básicos
2. Fisiología y anatomía del aparato digestivo
  1. - Boca
  2. - Faringe
  3. - Esófago
  4. - Estómago
  5. - Intestino delgado
  6. - Intestino grueso
  7. - Páncreas
  8. - Hígado
  9. - Vesícula biliar
3. El proceso de digestión
  1. - Hiperpermeabilidad

## UNIDAD DIDÁCTICA 3. EL VEGANISMO

1. Introducción al veganismo
2. Diferencias entre vegetarianos y veganos
3. Pirámide de la alimentación vegana
4. Las proteínas en la dieta vegana
  1. - Principales fuentes de proteína vegetal
  2. - Los aminoácidos esenciales en la dieta vegana
5. Vitaminas y minerales en la dieta vegana
  1. - Fuentes de vitaminas en la dieta vegana
  2. - Fuentes de minerales en la dieta vegana

## UNIDAD DIDÁCTICA 4. LA COMPOSICIÓN DE LOS ALIMENTOS VEGANOS

1. Hidratos de carbono o glúcidos
  1. - Monosacáridos
  2. - Disacáridos
  3. - Polisacáridos
  4. - Funciones de los hidratos de carbono
2. Lípidos
  1. - Funciones
3. Proteínas
  1. - Aminoácidos
  2. - Funciones de las proteínas
4. Vitaminas
5. Minerales
  1. - Micronutrientes mayoritarios
  2. - Micronutrientes minoritarios

6. Agua

UNIDAD DIDÁCTICA 5. NECESIDADES NUTRICIONALES

1. Transformaciones energéticas celulares
2. Unidades de medida de la energía
  1. - Caloría y kilocaloría
  2. - Julio y kilojulio
3. Necesidades energéticas del adulto sano
  1. - Metabolismo basal
  2. - Actividad física
  3. - Efecto térmico de los alimentos
  4. - Necesidades energéticas totales
4. Valor calórico de los alimentos

UNIDAD DIDÁCTICA 6. PATOLOGÍAS VINCULADAS A UNA MALA ALIMENTACIÓN

1. Introducción a las patologías
2. Obesidad
  1. - Recomendaciones de la OMS para la prevención de la obesidad
3. Diabetes Mellitus tipo II
  1. - Recomendaciones específicas de la OMS para la enfermedad
4. Enfermedades cardiovasculares
  1. - Recomendaciones de la OMS para la prevención de enfermedades cardiovasculares
5. Neoplasias
  1. - Neoplasia de mama
  2. - Neoplasia de endometrio
  3. - Neoplasia de hígado
  4. - Recomendaciones de la OMS para la prevención del cáncer
6. Osteoporosis
  1. - Recomendaciones de la OMS para la prevención de la osteoporosis

PARTE 4. DIETA VEGANA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. LA DIETA

1. Definición del concepto dieta y sus generalidades
  1. - Dieta equilibrada
  2. - La dieta mediterránea
2. Perfil calórico y recomendaciones dietéticas
  1. - Hidratos de carbono o glúcidos
  2. - Grasas o lípidos
  3. - Proteínas
  4. - Vitaminas y minerales
  5. - Otras recomendaciones
3. Elaboración de una dieta
4. Mitos en nutrición y dietética

UNIDAD DIDÁCTICA 2. ALIMENTOS PERMITIDOS EN LA DIETA VEGANA I

1. Legumbres
  1. - Composición química
  2. - Valor nutritivo de las leguminosas
  3. - Actividad funcional de la soja
2. Cereales
  1. - Trigo
  2. - Otros cereales
  3. - Derivados de los cereales
3. Frutos secos
  1. - Composición de los frutos secos
  2. - Valor nutritivo de los frutos secos
  3. - Frutos secos más comunes
4. Semillas
  1. - Semillas más comunes

#### UNIDAD DIDÁCTICA 3. ALIMENTOS PERMITIDOS EN LA DIETA VEGANA II

1. Hongos y setas
  1. - Especies cultivadas
  2. - Especies más apreciadas gastronómicamente
2. Frutas
  1. - Clasificación
  2. - Frutas carnosas
  3. - Frutas según la temporada
3. Verduras y hortalizas
  1. - Clasificación de verduras y hortalizas
  2. - Composición de verduras y hortalizas
  3. - Valor nutritivo de verduras y hortalizas

#### UNIDAD DIDÁCTICA 4. ALIMENTOS NATURALES ALTERNATIVOS

1. Derivados de la soja
  1. - El tofu
  2. - El tempeh
  3. - La soja texturizada
2. El seitán
3. Las algas
  1. - Algas pardas (marrones)
  2. - Algas verdes
  3. - Algas rojas
4. Los germinados
5. Cereales alternativos
6. El huevo y el azúcar en la dieta vegana
  1. - Sustitución del huevo
  2. - Sustitución del azúcar en repostería
  3. - Sustitución de productos lácteos

#### UNIDAD DIDÁCTICA 5. LA IMPORTANCIA NUTRICIONAL DEL AGUA EN LA DIETA VEGANA

1. Introducción y características del agua
  1. - Estructura del agua
  2. - Propiedades del agua
2. El agua en el cuerpo humano
  1. - Contenido y distribución del agua corporal
  2. - Balance hídrico
3. Recomendaciones sobre el consumo de agua
  1. - Agua, hidratación y salud: “La Declaración de Zaragoza”
  2. - Otras consideraciones relacionadas con el consumo de agua
4. Trastornos relacionados con el consumo de agua
  1. - Deshidratación
  2. - Hiperhidratación
  3. - Potomanía
5. Contenido de agua en los alimentos

## PARTE 5. COACH NUTRICIONAL

### UNIDAD DIDÁCTICA 1. EL PROCESO DE INSTAURACIÓN DE HÁBITOS SALUDABLES

1. Origen e importancia de los hábitos alimenticios
2. Nuevas tendencias en los hábitos alimentarios
3. Reforzar hábitos adecuados y eliminar hábitos inadecuados
4. Introducción al Coaching nutricional

### UNIDAD DIDÁCTICA 2. FORMULACIÓN DE OBJETIVOS Y ESTABLECIMIENTO DEL PLAN DE ACCIÓN

1. Definición y Formulación de objetivos en Coaching nutricional
2. El proceso de Coaching
3. Elaboración del plan de acción

### UNIDAD DIDÁCTICA 3. MOTIVACIÓN, RESPONSABILIDAD Y ADHERENCIA

1. Introducción: motivos claves para el éxito
2. Establecimiento de metas
3. Motivación
4. Responsabilidad y compromiso
5. Adherencia

### UNIDAD DIDÁCTICA 4. FACTORES LIMITANTES: RESISTENCIA AL CAMBIO, MIEDOS, CREENCIAS ERRÓNEAS Y OTROS OBSTÁCULOS

1. Creencias y creencias limitadoras
2. La resistencia al cambio
3. Evitar la resistencia
4. Etapas y procesos del cambio conductual

### UNIDAD DIDÁCTICA 5. FASES EN EL PROCESO DE COACHING

1. Primera fase: establecer la relación de coaching
2. Segunda fase: planificación de la acción

3. Tercera fase: ciclo de coaching
4. Cuarta Fase: evaluación y seguimiento
5. Una sesión inicial de coaching

#### UNIDAD DIDÁCTICA 6. 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

#### UNIDAD DIDÁCTICA 7. EDUCACIÓN NUTRICIONAL

1. La importancia de la educación nutricional
2. Modificación de la conducta alimentaria
3. Herramientas y talleres educativos nutricionales
4. Compra saludable
5. Divulgación nutricional de calidad

#### UNIDAD DIDÁCTICA 8. PSICONUTRICIÓN

1. Importancia tratamiento interdisciplinar
2. Inteligencia emocional
3. Alimentación emocional y relación con la comida
4. ¿Por qué fracasan las dietas?

#### UNIDAD DIDÁCTICA 9. APLICACIONES PRÁCTICAS

1. Importancia del coach nutricional en diversas áreas
2. Creatividad en la consulta

