

LA FORMACIÓN ES LA CLAVE
DEL ÉXITO

Guía del Curso

Curso en Etiquetado Nutricional de Alimentos

Modalidad de realización del curso: [Online](#)

Titulación: [Diploma acreditativo con las horas del curso](#)

OBJETIVOS

En el ámbito de la nutrición es necesario conocer todos los tipos de alimentos, así como el valor y composición de los mismos; esto se hace posible gracias al etiquetado nutricional de los alimentos, a través del cual es posible evitar posibles riesgos relacionados con la ingesta. Por ello y dada su importancia, a través de este curso se pretende conocer las diversas características de los alimentos, así como su valor nutritivo y composición para poder hacer frente a las necesidades nutricionales individuales, conociendo dicha información a través del etiquetado.

CONTENIDOS

UNIDAD DIDÁCTICA 1. LOS ALIMENTOS

1. Conceptos relacionados con la alimentación
2. Clasificación de los alimentos
3. - Según su función
4. - Según su descripción
5. Clasificación de nutrientes
6. - Nutrientes energéticos (combustible)
7. - Nutrientes plásticos (constructivos)
8. - Nutrientes reguladores (biocatalizadores)

UNIDAD DIDÁCTICA 2. VALOR NUTRITIVO Y COMPOSICIÓN DE LOS ALIMENTOS

1. Valor nutritivo de los alimentos
2. Clasificación de los alimentos
3. Alimentos de origen animal
4. - Carne
5. - Pescado y marisco
6. - Huevo
7. - Leche y derivados lácteos
8. - Grasas animales
9. Perfil calórico y recomendaciones dietéticas
10. - Hidratos de carbono o glúcidos
11. - Grasas o lípidos
12. - Proteínas
13. - Bebidas alcohólicas
14. - Otras recomendaciones

UNIDAD DIDÁCTICA 3. NECESIDADES NUTRICIONALES

1. Transformaciones energéticas celulares
2. Unidades de medida de la energía
3. - Caloría y kilocaloría
4. - Julio y kilojulio

5. Necesidades energéticas del adulto sano
6. - Metabolismo basal
7. - Actividad física
8. - Efecto térmico de los alimentos
9. - Necesidades energéticas totales
10. Valor calórico de los alimentos

UNIDAD DIDÁCTICA 4. TABLAS DE COMPOSICIÓN DE LOS ALIMENTOS

1. Qué son las tablas de composición de alimentos
2. Tablas de composición de los cereales
3. Tablas de composición de legumbres
4. Tablas de composición de tubérculos y hortalizas
5. Tablas de composición de frutas
6. Tablas de composición de frutos secos
7. Tablas de composición de leche y derivados
8. Tablas de composición de los huevos
9. Tablas de composición de azúcares y dulces varios
10. Tablas de composición de aceites y grasas
11. Tablas de composición de pescado
12. Tablas de composición de productos cárnicos

UNIDAD DIDÁCTICA 5. EL ETIQUETADO. INFORMACIÓN SUMINISTRADA AL CONSUMIDOR

1. Reglamento sobre la información alimentaria facilitada al consumidor
2. - Principales novedades
3. La importancia del nuevo reglamento
4. Aspectos relativos a la información suministrada al consumidor. La etiqueta
5. Etiquetado nutricional
6. Etiquetado de origen
7. Legibilidad
8. Etiquetado de alérgenos

UNIDAD DIDÁCTICA 6. SEGURIDAD Y TRAZABILIDAD

1. Introducción a la seguridad alimentaria. El etiquetado del producto
2. - ¿Qué se entiende por seguridad alimentaria?
3. La cadena alimentaria: “del campo a la mesa”
4. ¿Qué se entiende por trazabilidad?
5. - Responsabilidades

UNIDAD DIDÁCTICA 7. SISTEMA APPCC

1. Introducción
2. ¿Qué es el sistema APPCC?
3. Principios del sistema APPCC
4. Razones para implantar un sistema APPCC
5. El sistema APPCC aplicado al control de alérgenos



C/ San Lorenzo 2 - 2
29001 Málaga



Tlf: 952 215 476
Fax: 951 987 941



www.academiaintegral.com.es
E-mail: info@academiaintegral.com.es