ACADEMIA INTEGRAL
CENTRO DE NUEVAS TECNOLOGIAS

LA FORMACIÓN ES LA CLAVE DEL ÉXITO

Guía del Curso
Curso Online de Nutrición y Dietética y Coaching Nutricional: Práctico

---

Modalidad de realización del curso: A distancia y Online
Titulación: Diploma acreditativo con las horas del curso

OBJETIVOS

Si desea ser un experto en nutrición y dietética y además adquirir conocimientos sobre el coaching este es su momento, con el Curso Online de Nutrición y Dietética y Coaching Nutricional: Práctico podrá conocer los aspectos fundamentales de estos conceptos y desempeñar actividades relacionadas de la mejor manera posible. Hoy en día, la inquietud por todo lo que hace referencia a la dietética y la nutrición humana es ya muy elevada y viene justificada por una serie de factores, entre los cuales destacamos una mayor exigencia de calidad de vida en la sociedad occidental contemporánea que se traduce en la búsqueda de una mejor alimentación, más sana y equilibrada. Antes esta situación es muy importante saber gestionar y motivar a personas que deseen cuidarse y mantenerse en forma, por ello con el Curso Online de Nutrición y Dietética y Coaching Nutricional: Práctico podrá desempeñar funciones de coach a nivel profesional, dando así respuesta a la creciente demanda de expertos en coac...

CONTENIDOS

UNIDAD DIDÁCTICA 1. INTRODUCCIÓN.

1. Conceptos.

UNIDAD DIDÁCTICA 2. CLASIFICACIÓN DE LOS ALIMENTOS.

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

UNIDAD DIDÁCTICA 3. EL SISTEMA GASTROINTESTINAL.

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

UNIDAD DIDÁCTICA 4. LA DIGESTIÓN.

1. Introducción.
2. Hiperpermeabilidad.

UNIDAD DIDÁCTICA 5. NECESIDADES NUTRICIONALES I.

1. Transformaciones energéticas celulares.
2. Unidades de medida de la energía.
3. Necesidades energéticas del adulto sano.
4. Necesidades energéticas totales según la FAO.

UNIDAD DIDÁCTICA 6. ¿QUÉ ES EL COACHING?

1. El cambio, la crisis y la construcción de la identidad
2. Concepto de coaching
3. Etimología del coaching
4. Influencias del coaching
5. Influencias filosóficas
6. Influencias psicológicas

7. Otras influencias
8. Diferencias del coaching con otras prácticas
9. Corrientes actuales de coaching

UNIDAD DIDÁCTICA 7. IMPORTANCIA DEL COACHING

1. ¿Por qué es importante el coaching?
2. Principios y valores
3. Tipos de coaching
4. Beneficios de un coaching eficaz
5. Mitos sobre coaching

UNIDAD DIDÁCTICA 8. ASPECTOS FUNDAMENTALES DEL COACHING I

1. Introducción: los elementos claves para el éxito
2. Motivación
3. Autoestima
4. Autoconfianza

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

ACADEMIA INTEGRAL
CENTRO DE NUEVAS TECNOLOGIAS