



**LA FORMACIÓN ES LA CLAVE
DEL ÉXITO**

Guía del Curso

Especialista en Nutrición y Dietoterapia en Medicina Estética

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

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

OBJETIVOS

Este curso en Nutrición y Dietoterapia en Medicina Estética le ofrece una formación especializada en la materia. La nutrición puede entenderse como el conjunto de procesos, hábitos y costumbres vinculados a la alimentación humana. Por su parte, la dietoterapia consiste en la aplicación de los conocimientos propios de la nutrición en el tratamiento de diversas afecciones o trastornos vinculados a la alimentación. Así, con el presente curso en Nutrición y Dietoterapia en Medicina Estética se pretende aportar los conocimientos básicos para la aplicación de metodologías de trabajo en el ámbito de la nutrición.

CONTENIDOS

UNIDAD DIDÁCTICA 1. LOS NUTRIENTES

1. Proteínas
2. - Constitución
3. - Clasificación
4. - Funciones
5. - Principales fuentes de proteínas, efectos del déficit y exceso proteico
6. - Raciones Dietéticas Recomendadas

7. Lípidos
8. - Estructura y clasificación
9. - Funciones
10. Hidratos de carbono
11. - Monosacáridos
12. - Disacáridos
13. - Polisacáridos
14. - Funciones de los hidratos de carbono
15. Vitaminas
16. Minerales
17. - Micronutrientes mayoritarios
18. - Micronutrientes minoritarios
19. Agua

UNIDAD DIDÁCTICA 2. EL VALOR ENERGÉTICO DE LOS ALIMENTOS

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

UNIDAD DIDÁCTICA 3. VALORACIÓN DEL ESTADO NUTRICIONAL

1. Entrevista con el paciente
2. Evaluación dietética
3. - Pasos para realizar una evaluación dietética
4. - Técnicas para evaluar el consumo de alimentos
5. Evaluación clínica
6. - Historia clínica
7. - Indicadores clínicos
8. Evaluación antropométrica
9. - Indicadores antropométricos

10. - Instrumental utilizado para realizar las medidas antropométricas
11. - Medidas antropométricas
12. Evaluación bioquímica
13. - Ventajas de los indicadores bioquímicos
14. - Inconvenientes de los indicadores bioquímicos
15. - Parámetros a valorar
16. Evaluación inmunológica

UNIDAD DIDÁCTICA 4. LA DIETA EQUILIBRADA

1. Aportes dietéticos recomendados
2. - El equilibrio en las raciones diarias
3. Dieta equilibrada
4. La pirámide alimentaria
5. Comer fuera de casa y la dieta equilibrada
6. La dieta mediterránea
7. Mitos en nutrición y dietética

UNIDAD DIDÁCTICA 5. DIETAS EN ESTADOS FISIOLÓGICOS

1. Necesidades nutricionales durante el embarazo
2. Necesidades nutricionales durante la lactancia
3. Necesidades nutricionales en el lactante
4. Necesidades nutricionales en la infancia
5. - Niños de 1 a 3 años
6. - Niños de 4 a 6 años
7. - Niños de 7 a 12 años
8. Necesidades nutricionales en la adolescencia
9. Necesidades nutricionales en el envejecimiento

UNIDAD DIDÁCTICA 6. DIETAS EN ESTADOS PATOLÓGICOS

1. Dieta hiposódica
2. Dieta hipocalórica

3. - Ejemplos de dietas hipocalóricas
4. Dieta hipercalórica
5. Dieta baja en azúcar
6. - Dieta para la diabetes mellitus
7. - Dieta para la diabetes gestacional
8. Dieta para la osteoporosis
9. Dieta astringente
10. Dieta de protección gástrica. Antiulcerosa común
11. Dieta pobre en grasa. Protección Biliar

UNIDAD DIDÁCTICA 7. INFLUENCIA DE LOS NUTRIENTES SOBRE LA SALUD

1. Las grasas
2. - Las grasas presentes en los alimentos
3. - Las grasas presentes en la sangre
4. - Interacción de los tipos de grasas
5. Ácidos grasos trans
6. El colesterol
7. - El colesterol presente en los alimentos
8. - El colesterol presente en la sangre
9. Proteínas
10. Hidratos de carbono
11. Fibra vegetal
12. Antioxidantes

UNIDAD DIDÁCTICA 8. DISLIPEMIAS

1. Introducción a las dislipemias
2. - Clasificación
3. - Síntomas y diagnóstico
4. - Dislipemia y riesgo de enfermedades
5. Tratamiento de las dislipemias
6. - Tratamiento dietético

7. - Tratamiento farmacológico
8. Alimentos recomendables y no recomendables para las dislipemias

UNIDAD DIDÁCTICA 9. DIABETES

1. Características generales de la diabetes
2. - La diabetes como factor de riesgo de las enfermedades cardiovasculares
3. Resistencia a la insulina y síndrome metabólico
4. - El síndrome metabólico
5. Alimentación adecuada en la diabetes para prevenir enfermedades
6. - Recomendaciones generales
7. - Planes de alimentación por raciones
8. Ejercicio físico y diabetes

UNIDAD DIDÁCTICA 10. OBESIDAD

1. Generalidades de la obesidad
2. Epidemiología de la obesidad
3. Causas del sobrepeso y la obesidad
4. Fisiopatología de la obesidad
5. - Fisiología del apetito y de la saciedad
6. - Bases neurofisiológicas de la conducta de la ingesta
7. Tipos de sobrepeso y obesidad
8. Tratamiento de la obesidad
9. - Dietas hipocalóricas
10. - Planificación de la dieta
11. - Sustitutivos de comidas
12. - Intervención quirúrgica



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