

LA FORMACIÓN ES LA CLAVE
DEL ÉXITO

Guía del Curso

Técnico Profesional en Dietética y Nutrición en la Tercera Edad

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

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

OBJETIVOS

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. La dieta adecuada para gozar de buena salud, es fruto de la aplicación de conocimientos básicos que demuestran los vínculos existentes entre la ingesta de ciertos alimentos con algunas patologías, como enfermedades cardiovasculares, arterioesclerosis, obesidad, diabetes etc.

CONTENIDOS

MÓDULO 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

MÓDULO 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

MÓDULO 3. DIETÉTICA Y NUTRICIÓN EN LA TERCERA EDAD

UNIDAD DIDÁCTICA 1. NUTRICIÓN EN LA TERCERA EDAD

1. Envejecimiento
2. Cómo deber ser la alimentación en esta etapa
3. Cambios psico-biológicos que aparecen con la edad y que afectan a la nutrición
4. Elementos de una dieta para mayores
5. Requerimientos energéticos

UNIDAD DIDÁCTICA 2. NUTRICIÓN EN DIABÉTICOS

1. Definición y detección
2. Recomendaciones generales
3. Modelo alimentario para diabéticos
4. Ejercicio para diabéticos

UNIDAD DIDÁCTICA 3. ENFERMEDADES CORONARIAS

1. Afecciones coronarias
2. Insuficiencia cardíaca
3. Hipertensión
4. Colesterol y triglicéridos
5. Arterioesclerosis

UNIDAD DIDÁCTICA 4. OSTEOPOROSIS Y NUTRICIÓN

1. Osteoporosis: desarrollo y prevención
2. Recomendaciones dietéticas

UNIDAD DIDÁCTICA 5. OBESIDAD Y NUTRICIÓN EN LA TERCERA EDAD

1. Introducción
2. Causas de la obesidad
3. Índice de masa corporal
4. Complicaciones de la obesidad
5. Recomendaciones para realizar una dieta saludable
6. Ejercicio físico
7. Tratamiento

UNIDAD DIDÁCTICA 6. DIETAS TERAPÉUTICAS EN PATOLOGÍAS PREVALENTES EN EL ANCIANO

1. Introducción
2. Dieta controladas en sodio
3. Dieta en la insuficiencia renal
4. Dieta en la litiasis de las vías urinarias
5. Dieta en la obesidad
6. Dieta en la hiperlipoproteinemias
7. Dieta en la diabetes
8. Dietas en las enfermedades del aparato digestivo
9. Dieta en el paciente oncológico
10. Nutrición enteral y alimentación por sondas
11. Nutrición parenteral
12. Dieta hipocalórica

UNIDAD DIDÁCTICA 7. NUTRICIÓN HUMANA EN LA MENOPAUSIA

1. La menopausia
2. Requerimientos nutricionales



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