



**LA FORMACIÓN ES LA CLAVE
DEL ÉXITO**

Guía del Curso

Alimentación y Dietética

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

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

OBJETIVOS

Este curso pretende ser una herramienta de trabajo para el personal sanitario, de forma que le sea de utilidad para desempeñar su trabajo diario en la consulta. Al mismo tiempo, tiene un modelo con el que crear hojas informativas sobre las dietas y entregarlas de forma escrita, clara y sencilla al paciente. Todos los temas contienen una información básica para el sanitario, una información básica para el usuario, ejemplos de dietas y unos anexos que pueden ser útiles para el sanitario, para el usuario o bien para ambos.

CONTENIDOS

UNIDAD DIDÁCTICA 1. INTRODUCCIÓN

1. Introducción

UNIDAD DIDÁCTICA 2. OBJETIVOS NUTRICIONALES EN LA ATENCIÓN PRIMARIA

1. La importancia de la nutrición en atención primaria
2. Prevalencia de las enfermedades crónicas en atención primaria
3. La intervención nutricional desde la Atención Primaria
4. Funciones del profesional sociosanitario en el trabajo de programas

5. El consejo nutricional en la práctica diaria

UNIDAD DIDÁCTICA 3. ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN LOS NUTRIENTES

1. Los hidratos de carbono
2. Los lípidos
3. Las proteínas
4. Las vitaminas
5. Las sales minerales y oligoelementos
6. El agua

UNIDAD DIDÁCTICA 4. LOS GRUPOS DE ALIMENTOS

1. Grupo de los lácteos y derivados
2. Grupo de la carne, el pescado, el marisco y los huevos
3. Grupo de los cereales y las legumbres
4. Los grupos de las frutas, las verduras y las hortalizas
5. Grupo de los alimentos grasos
6. Grupo miscelánea
7. Grupo de bebidas estimulantes y alcohólicas

UNIDAD DIDÁCTICA 5. ALIMENTACIÓN DE LA MUJER EMBARAZADA

1. Objetivos sobre la dieta de la embarazada
2. Indicaciones para la embarazada
3. Anexo 1
4. Anexo 2

UNIDAD DIDÁCTICA 6. ALIMENTACIÓN DEL RECIÉN NACIDO Y EN LA PRIMERA INFANCIA

1. Objetivos de la nutrición infantil
2. Recomendaciones para el sanitario

3. Recomendaciones para los padres
4. Anexo 1
5. Anexo 2
6. Anexo 3
7. Anexo 4
8. Anexo 5
9. Anexo 6
10. Anexo 7

UNIDAD DIDÁCTICA 7. ALIMENTACIÓN EN LA EDAD PREESCOLAR Y ESCOLAR

1. Indicaciones para el sanitario
2. Recomendaciones para los usuarios (padres, abuelos y tutores)
3. Recomendaciones dietéticas para niños de 4-12 años
4. Recomendaciones complementarias para los padres
5. Recomendaciones para cocinar
6. Ejemplo de menú
7. Alguna de las alteraciones más comunes en los niños
8. Anexo 1
9. Anexo 2
10. Anexo 3

UNIDAD DIDÁCTICA 8. ALIMENTACIÓN EN LA ADOLESCENCIA

1. Indicaciones para el sanitario
2. Indicaciones para el usuario

UNIDAD DIDÁCTICA 9. ALIMENTACIÓN EN LA MENOPAUSIA

1. Objetivos de la nutrición en la menopausia
2. Indicaciones para el sanitario
3. Recomendaciones para la usuaria
4. Anexo 1

5. Anexo 2
6. Anexo 3

UNIDAD DIDÁCTICA 10. ALIMENTACIÓN EN LA VEJEZ

1. Objetivos
2. Indicaciones para el sanitario
3. Factores de riesgo de desnutrición
4. Requerimientos nutricionales generales en los ancianos
5. Educación nutricional en el anciano
6. Indicaciones dietéticas para la tercera edad
7. Ejemplos de menús
8. Anexo 1
9. Anexo 2
10. Anexo 3
11. Anexo 4

UNIDAD DIDÁCTICA 11. DIETA EN EL SÍNDROME DIARREICO

1. Indicaciones para el sanitario
2. Puntos importantes a recordar
3. Dieta astrigente o antidiarréica
4. Ejemplo de dieta astrigente moderada

UNIDAD DIDÁCTICA 12. DIETA EN EL ESTREÑIMIENTO

1. Indicaciones para el sanitario
2. Puntos importantes a recordar
3. Estreñimiento en el adulto
4. Dieta de 1500 Kcal
5. Dieta de 2000 Kcal
6. Indicaciones para el seguimiento de la dieta
7. Técnicas culinarias
8. Aclaraciones acerca de la dieta

9. Anexo 1
10. Anexo 2

UNIDAD DIDÁCTICA 13. DIETA EN LA INTOLERANCIA A LA LACTOSA

1. Indicaciones para el sanitario
2. Indicaciones para el usuario
3. Anexo 1
4. Dieta de ejemplo

UNIDAD DIDÁCTICA 14. DIETA EN LA HIPERURICEMIA Y GOTA

1. Indicaciones para el sanitario
2. Indicaciones para el usuario
3. Anexo 1

UNIDAD DIDÁCTICA 15. DIETA EN LAS OSTOMÍAS

1. Colostomías
2. Ileostomías
3. Urostomías
4. Dieta equilibrada
5. Dieta rica en residuos
6. Dieta controlada en residuos

UNIDAD DIDÁCTICA 16. DIETA EN LA OBESIDAD

1. Indicaciones para el sanitario
2. Ejemplo de dieta
3. Indicaciones para el usuario
4. Anexo 1

UNIDAD DIDÁCTICA 17. DIETA EN LA DIABETES MELLITUS

1. Indicaciones para el sanitario
2. Objetivos de la dieta
3. Puntos importantes a recordar sobre la dieta
4. Diabetes tipo I (tratamiento con insulina)
5. Diabetes tipo II
6. Diabetes tipo 1
7. Diabetes tipo 2
8. Recomendaciones generales
9. Situaciones especiales
10. Anexo 1
11. Anexo 2
12. Anexo 3

UNIDAD DIDÁCTICA 18. DIETA EN LA DIABETES GESTACIONAL

1. Indicaciones para el sanitario
2. Indicaciones para la usuaria
3. Anexo 1

UNIDAD DIDÁCTICA 19. DIETA EN LAS HIPERDISLIPEMIAS

1. Indicaciones para el sanitario
2. Objetivos
3. Tratamiento
4. Indicaciones para el usuario
5. Recomendaciones dietéticas generales
6. Anexo 1

UNIDAD DIDÁCTICA 20. DIETA EN LA HIPERTENSIÓN ARTERIAL

1. Indicaciones para el sanitario
2. Indicaciones para el usuario
3. Ejemplo de almuerzos o cenas bajas en sodio

4. Anexo 1

UNIDAD DIDÁCTICA 21. DIETA EN PACIENTES CON VIH

1. Indicaciones para el sanitario
2. Indicaciones para el usuario
3. Modelo de dieta
4. Higiene en la preparación y manipulación de alimentos
5. Anexo 1
6. Anexo 2
7. Anexo 3

UNIDAD DIDÁCTICA 22. DIETA PREVENTIVA DEL CÁNCER

1. Indicaciones para el sanitario
2. Indicaciones para el usuario
3. Ejemplo de dieta anticancerígena

UNIDAD DIDÁCTICA 23. DIETA EN EL PACIENTE ONCOLÓGICO

1. Indicaciones para el sanitario
2. Indicaciones para el usuario
3. Anexo 1
4. Anexo 2
5. Ejemplo de una dieta normal

UNIDAD DIDÁCTICA 24. DIETA EN PACIENTES CON LA ENFERMEDAD CELÍACA

1. Indicaciones para el sanitario
2. Indicaciones para el celíaco
3. Recomendaciones
4. Ejemplo de dieta para un celíaco

UNIDAD DIDÁCTICA 25. GLOSARIO

1. Glosario



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