



Formación online
Certificada en Calidad ISO 9001



EXPERTO EN ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN



Descripción del curso:

Curso dividido en 5 módulos donde el alumno aprenderá:

-Nutrición y dietética fisiopatológica: Este curso trata de dotar al alumno de los conocimientos generales de nutrición y dietoterapia para diseñar una alimentación adecuada a distintas patologías.

-Antrobromatología: Dotar al alumno de herramientas para conocer los principios de la bromatología, identificar química, física y tecnológicamente los distintos alimentos y conocer los fundamentos de la higiene de los alimentos.

-Nutrición patológica en restauración: A medida que se perfeccionan los métodos de diagnóstico cada vez se incrementa el porcentaje de población aquejado por los Errores Congénitos de metabolismo. Esta nueva capacidad diagnóstica revela también un incremento en la población de adultos en los que se detectan enfermedades de la alimentación como la celiaquía o la intolerancia a la lactosa, población que entra en conflicto con servicios de restauración colectiva no preparada para la atención de estos comensales. Comedores de empresa, de residencias universitarias, de internados y colegios; de penitenciarías, de hospitales y de geriátricos, así como servicios de catering y restaurantes, carecen en el mayor de los casos de formación e información para dotar del oportuno servicio que garantice la seguridad de aquellos sujetos que han de hacer uso de él. Del mismo modo, los malos hábitos sanitarios y alimentarios modernos; la mecanización de las labores, los medios de transporte y el exceso de actividades sedentarias, ha tenido como consecuencia la aparición de patologías inéditas en la población general que ya prácticamente no excluye ningún grupo ni segmento poblacional, por lo que se hace necesario establecer un patrón de actuación ante todas estas contingencias en el comedor escolar.

-Legislación alimentaria: En este curso se estudia lo relativo a la normativa básica en materia de Legislación alimentaria. Tratando temas como son los aditivos y conservantes alimentarios, o alimentos para regímenes especiales. Con el estudio de la materia se dota del conocimiento necesario al estudiante y al profesional de la regulación y las bases legales de distintos aspectos de la alimentación y que abarcan los contenidos en el índice.

-Coaching: Un experto en nutrición, se convierte en el Coach de sus clientes, en este modulo, el alumno adquirirá los conocimientos necesarios para establecer objetivos, indicar los pasos que debe seguir su cliente para conseguirlo e incluso incentivar con métodos tan eficaces como la visualización del éxito, el hecho de ser capaz de llegar a alcanzarlo. Además, tendrá en su poder herramientas de modelado que le ayuden a modificar estados de ánimo, crear nuevas perspectivas sobre modos de actuar, reestructurar ciertos hábitos o hacer que su cliente descubra ciertas cualidades que desconocida, que ni siquiera han sido desarrolladas al no conocer su existencia. Con unos completos tests y ejercicios prácticos, conseguirá controlar situaciones en las que un coacher eficaz puede establecer soluciones inmediatas.



Duración: 130 horas

Metodología: Online

- **FÁCIL DE UTILIZAR:** No se necesitan conocimientos específicos de informática para realizar los cursos. Nuestro sistema guía “Paso a paso” en todo el proceso de formación.
- **FORMACIÓN PRÁCTICA:** Al propio ritmo de aprendizaje, sin condicionantes de grupo y atendido personalmente por un profesorado especializado.
- **DESDE CUALQUIER PC:** En el trabajo, en el domicilio, sin desplazamientos, sin gastos adicionales,... con las claves de acceso que facilitamos se podrá entrar en los cursos desde cualquier PC.
- **DISPONIBLE 24 HORAS:** Una formación adaptada a cualquier horario y que permite conectarse en cualquier momento del día.
- **TUTOR PERSONAL:** Las dudas, consultas ¡SE RESUELVEN CON TU PROPIO TUTOR! mediante correo electrónico y otras herramientas de comunicación.

Titulación:

A la finalización del curso el alumno recibe el título de “**Experto en Nutrición y Dietética**”, de Aula 10, centro homologado para Formación Profesional Ocupacional por el SERVEF y organizador de Formación Profesional Continua de la Fundación Tripartita Certificados acreditados con carácter privado en base al cumplimiento del Real Decreto 1004/1991, de 14 de Junio, de carácter profesional y Real Decreto 395/2007.



Módulo 1: Dietética y Nutrición Fisiopatológica

1. Nutrientes

- 1.1 Fundamentos de nutrición
- 1.2 Fundamentos de dietética
- 1.3 Biodisponibilidad
- 1.4 Clasificación de los nutrientes
- 1.5 Nutrientes esenciales y no esenciales
- 1.6 Macronutrientes
- 1.7 Monosacáridos
- 1.8 Disacáridos
- 1.9 Oligosacáridos y polisacáridos
- 1.10 Proteínas
- 1.11 Lípidos

2. Micronutrientes

- 2.1 Vitaminas hidrosolubles - B1
- 2.2 Vitaminas hidrosolubles - B2
- 2.3 Vitaminas hidrosolubles - B3
- 2.4 Vitaminas hidrosolubles - B5
- 2.5 Vitaminas hidrosolubles - B6
- 2.6 Vitaminas hidrosolubles - B8
- 2.7 Vitaminas hidrosolubles - B9
- 2.8 Vitaminas hidrosolubles - B12
- 2.9 Vitaminas hidrosolubles - C
- 2.10 Vitaminas liposolubles - A
- 2.11 Vitaminas liposolubles - D
- 2.12 Vitaminas liposolubles - E
- 2.13 Vitaminas liposolubles - K
- 2.14 Cuestionario: Micronutrientes

3. Macroelementos

- 3.1 Calcio
- 3.2 Magnesio
- 3.3 Potasio
- 3.4 Sodio
- 3.5 Cloro
- 3.6 Fósforo
- 3.7 Azufre
- 3.8 Cuestionario: Macroelementos

4. Microelementos

- 4.1 Hierro
- 4.2 Cobre
- 4.3 Zinc
- 4.4 Manganeseo
- 4.5 Yodo
- 4.6 Cobalto
- 4.7 Molibdeno
- 4.8 Fluor

- 4.9 Vanadio
- 4.10 Selenio
- 4.11 Cromo
- 4.12 Cuestionario: Microelementos

5. Aminoácidos

- 5.1 Valina
- 5.2 Leucina
- 5.3 Treonina
- 5.4 Lisina
- 5.5 Triptófano
- 5.6 Histidina
- 5.7 Felinalanina
- 5.8 Isoleucina
- 5.9 Arginina
- 5.10 Metionina
- 5.11 Alanina
- 5.12 Prolina
- 5.13 Glicina
- 5.14 Serina
- 5.15 Cisteína
- 5.16 Asparagina
- 5.17 Glutamina
- 5.18 Tirosina
- 5.19 Ácido aspártico
- 5.20 Ácido glutámico
- 5.21 Nutrimentos
- 5.22 Cuestionario: Aminoácidos

6. Necesidades energéticas del organismo

- 6.1 Componentes del gasto energético total
- 6.2 Metabolismo basal, actividad física y efecto térmico de los alimentos
- 6.3 Cuantificación de los gastos energéticos - la calorimetría
- 6.4 La dieta equilibrada
- 6.5 Requerimientos nutricionales
- 6.6 Metabolismo
- 6.7 Fases del metabolismo
- 6.8 Objetivos nutricionales para la población española
- 6.9 Cuestionario: Necesidades energéticas del organismo

7. Bromatología

- 7.1 Bromatología
- 7.2 Huevos y derivados
- 7.3 Grasas y aceites
- 7.4 Leche y derivados
- 7.5 Carne y derivados
- 7.6 Pescado y derivados
- 7.7 Cereales, leguminosas y tubérculos
- 7.8 Verduras, hortalizas y frutas
- 7.9 Edulcorantes, condimentos y especias
- 7.10 Bebidas
- 7.11 Cuestionario: Bromatología

8. Nutrición fisiológica

- 8.1 Nutrición en la infancia
- 8.2 Nutrición en la adolescencia
- 8.3 Nutrición en edad adulta
- 8.4 Nutrición en la vejez
- 8.5 Nutrición y gestación
- 8.6 Nutrición y menopausia
- 8.7 Nutrición y deporte
- 8.8 Cuestionario: Nutrición fisiológica

9. Nutrición patológica

- 9.1 Nutrición en situaciones de pequeña y gran prevalencia
- 9.2 Obesidad
- 9.3 Hipertensión arterial
- 9.4 Diabetes
- 9.5 Colesterol y triglicéridos
- 9.6 Patología hepatopancreática y vesicular
- 9.7 Patología digestiva
- 9.8 Estreñimiento
- 9.9 Cáncer
- 9.10 Patología renal
- 9.11 Cuestionario: Nutrición patológica
- 9.12 Cuestionario: Cuestionario final



Módulo 2: Antrobromatología

1. Bromatología

- 1.1 Definición
- 1.2 Acciones y usos
- 1.3 Análisis y trazabilidad
- 1.4 Destinatarios
- 1.5 Funciones
- 1.6 Clasificación
- 1.7 Cuestionario: Bromatología

2. Alimentos

- 2.1 Huevos y derivados
- 2.2 Grasas y aceites
- 2.3 Leche y derivados
- 2.4 Carne y derivados
- 2.5 Pescado y derivados
- 2.6 Cereales, leguminosas y tubérculos
- 2.7 Verduras, hortalizas y frutas
- 2.8 Edulcorantes, condimentos y especias
- 2.9 Bebidas
- 2.10 Cuestionario: Alimentos

3. Tablas de composición de los alimentos

- 3.1 Historia y justificación
- 3.2 Utilidades
- 3.3 Variabilidad y error
- 3.4 Errores frecuentes en el uso de las tablas
- 3.5 Cuestionario: Tablas de composición de los alimentos

4. Seguridad e higiene de los alimentos

- 4.1 Introducción
- 4.2 Contaminación cruzada
- 4.3 Legislación
- 4.4 Cuestionario: Seguridad e higiene de los alimentos
- 4.5 Cuestionario: Cuestionario final



Módulo 3: Nutrición Patológica en Restauración

1. Nutrición en situaciones Patológicas de gran prevalencia

- 1.1 Introducción
- 1.2 Dieta y diabetes
- 1.3 Dieta y dislipemia - colesterol y triglicéridos
- 1.4 Dieta y estreñimiento
- 1.5 Dieta e hipertensión arterial
- 1.6 Dieta y obesidad
- 1.7 Peso ideal y grados de la obesidad
- 1.8 Tipos de obesidad
- 1.9 Causas de la obesidad
- 1.10 Balance energético y recomendaciones nutricionales
- 1.11 Cuestionario: Nutrición en situaciones Patológicas de gran prevalencia

2. Enfermedades Alimentarias

- 2.1 Dieta e intolerancia a los estabilizantes
- 2.2 Dieta y enfermedad celíaca
- 2.3 Tratamiento nutricional
- 2.4 Normas de aplicación para celíacos en restauración colectiva
- 2.5 Cuestionario: Enfermedades Alimentarias

3. Los errores Congénitos del Metabolismo

- 3.1 Introducción
- 3.2 Acidemias orgánicas
- 3.3 Adrenoleucodistrofia ligada al cromosoma X
- 3.4 Dislipemia genética
- 3.5 Fenilcetonuria
- 3.6 Galactosemia
- 3.7 Glucogenosis
- 3.8 Hiperamonemia
- 3.9 Hiperoxiluria
- 3.10 Homocistinuria
- 3.11 Intolerancia a la fructosa
- 3.12 Leucenosis
- 3.13 Tirosinosis
- 3.14 Cuestionario: Los errores Congénitos del Metabolismo

4. Educación para la salud en Nutrición

- 4.1 Epidemiología
- 4.2 Propuestas prácticas para la difusión de hábitos saludables
- 4.3 Cómo introducir el pescado en la dieta diaria
- 4.4 Cómo introducir la fibra alimentaria en los comedores sociales
- 4.5 El control de la sal en la restauración colectiva
- 4.6 Cómo introducir las verduras en la restauración colectiva
- 4.7 Cómo introducir las frutas en el comedor escolar
- 4.8 La Hidratación
- 4.9 Actividades cruzadas - alimentos y medicamentos
- 4.10 Cuestionario: Educación para la salud en Nutrición
- 4.11 Cuestionario: Cuestionario final

Módulo 4: Legislación Alimentaria

1 Legislación alimentaria

1.1 Normativa básica

2 Normas generales de etiquetado

2.1 Introducción

2.2 Requisitos obligatorios

3 Denominaciones de origen

3.1 Introducción

3.2 Características

3.3 Criterios

3.4 Normativa básica

3.5 Cuestionario: Denominaciones de origen

4 Aditivos alimentarios

4.1 Introducción

4.2 Función

4.3 Clasificación

4.4 Colorantes

4.5 Antioxidantes

4.6 Emulgentes

4.7 Estabilizantes, espesantes y gelatificantes

4.8 Edulcorantes

4.9 Potenciadores de sabor

4.10 Cuestionario: Aditivos alimentarios

5 Conservantes

5.1 Introducción

5.2 Otros conservantes

5.3 Otros antibióticos

5.4 Códigos de la UE - código E

5.5 Numero de identificación de los aditivos alimentarios

5.6 Normativa básica

5.7 Cuestionario: Conservantes

6 Irradiación de los alimentos

6.1 Introducción

6.2 Definición

6.3 Antecedentes

6.4 Proceso de irradiación

6.5 Utilización en alimentos

6.6 Legislación

6.7 Cuestionario: Irradiación de los alimentos

7 Alimentos para regímenes especiales

7.1 Definición

7.2 Productos de alimentación especial con legislación específica

7.3 Productos dietéticos carentes de legislación específica

7.4 Composición

7.5 Etiquetado

7.6 Legislación

7.7 Alimentos para celíacos

7.8 Alimentos para regímenes dietéticos

7.9 Alimentos para nutrición infantil

7.10 Complementos alimenticios

7.11 Información de comercialización

7.12 Legislación

7.13 Cuestionario: Alimentos para regímenes especiales

7.14 Cuestionario: Cuestionario final



Módulo 5: Coaching

1. Introducción

- 1.1 Coaching
- 1.2 Coacher
- 1.3 Áreas de coaching
- 1.4 PNL
- 1.5 El bucle coaching-modelado
- 1.6 Factores principales coaching-modelado
- 1.7 Cuestionario: Introducción

2. Guiar y cuidar

- 2.1 Cuidado y guía
- 2.2 El entorno
- 2.3 Psico-geografía
- 2.4 Ámbito psico-geográfico
- 2.5 Cuestionario: Guiar y cuidar

3. Comportamientos

- 3.1 Introducción
- 3.2 Afirmaciones de un coacher
- 3.3 Herramientas
- 3.4 Cuestionario: Comportamientos

4. Instrucción

- 4.1 Capacidades cognitivas
- 4.2 Ensayo mental
- 4.3 Aceptar la colaboración
- 4.4 Nivel de respuesta
- 4.5 Meta-cartografía
- 4.6 Imaginación
- 4.7 Práctica - Vista, oído y movimiento
- 4.8 Cuestionario: Instrucción

5. El mentor

- 5.1 Introducción
- 5.2 La figura del mentor
- 5.3 Jerarquía de valores
- 5.4 Confianza
- 5.5 Práctica - Jerarquía de valores
- 5.6 Cuestionario: El mentor

6. Patrocinador

- 6.1 Introducción
- 6.2 Mensajes de patrocinio
- 6.3 Rendimiento
- 6.4 Saber escuchar
- 6.5 Patrocinio grupal
- 6.6 Afirmaciones constructoras
- 6.7 Cuestionario: Patrocinador

7. Modificar situaciones

7.1 Introducción

7.2 No saber

7.3 Dobles lazos

7.4 Niveles de aprendizaje

7.5 Supervivencia

7.6 Cuestionario: Modificar situaciones

7.7 Cuestionario: Cuestionario final





Teléfono: 96 642 48 90
Fax: 96 578 72 36
info@aula10formacion.com
www.aula10formacion.com



Formación online
Certificada en Calidad ISO 9001