



m064 Dietética y nutrición

Objetivos

□ Objetivo General

- Se trata de un curso que prepara para la obtención de conocimientos necesarios sobre dietética y nutrición, el valor nutricional de los distintos tipos de alimentos y las dietas adaptadas a personas y colectivos en función de sus necesidades nutricionales y en función de sus patologías específicas.

Contenidos

35 horas	m064 Dietética y nutrición
	Módulo 1
	<ul style="list-style-type: none"> □ Tema 1: Los macronutrientes <ul style="list-style-type: none"> • 1.1. Alimentación y nutrición • 1.2. Los hidratos de carbono • 1.3. Los lípidos • 1.4. Las proteínas
	<ul style="list-style-type: none"> □ Tema 2: Los micronutrientes <ul style="list-style-type: none"> • 2.1. Las vitaminas • 2.2. Los minerales • 2.3. El agua
	<ul style="list-style-type: none"> □ Tema 3: Los alimentos <ul style="list-style-type: none"> • 3.1. La leche y sus derivados • 3.2. Carnes, pescados y huevos • 3.3. Cereales y derivados • 3.4. Verduras, hortalizas y frutas. • Legumbres o leguminosas • 3.5. Alimentos grasos • 3.6. Otros alimentos de interés
	<ul style="list-style-type: none"> □ Tema 4: La dieta equilibrada <ul style="list-style-type: none"> • 4.1. ¿Qué entendemos por dieta equilibrada? • 4.2. Las raciones alimentarias • 4.3. Hábitos alimentarios
	<ul style="list-style-type: none"> □ Tema 5: Estados nutricionales especiales I <ul style="list-style-type: none"> • 5.1. La mujer gestante • 5.2. La mujer lactante • 5.3. Lactantes y primer año • 5.4. Alimentación en la niñez

	<ul style="list-style-type: none"> □ Tema 6: Estados nutricionales especiales II <ul style="list-style-type: none"> • 6.1. La adolescencia • 6.2. La alimentación en la tercera edad • 6.3. La alimentación del deportista • 6.4. Alimentación alternativa
	<ul style="list-style-type: none"> □ Tema 7: Dieta en enfermedades frecuentes I <ul style="list-style-type: none"> • 7.1. Síndromes diarreicos • 7.2. El estreñimiento • 7.3. Hepatopatías • 7.4. Hiperlipidemias • 7.5. Hipertensión arterial
	<ul style="list-style-type: none"> □ Tema 8: Dieta en enfermedades frecuentes II <ul style="list-style-type: none"> • 8.1. Patologías del estómago • 8.2. Obesidad • 8.3. La Diabetes