

## Nutrición y dietética. On Line

Código: 4080

Estos **Cursos** están compuestos por un pack de formación ideados para desarrollar **Formación Continua** en las modalidades “**a distancia**” y/u “**on line**”. Los contenidos de nuestros cursos, ajustados a los certificados de Profesionalidad, dan cobertura a un gran número de cualificaciones profesionales. Cada pack de formación se compone de: manual ó temario del alumno, cuaderno de anotaciones, prueba de evaluación y cuestionario de calidad y en su caso CD o DVD o claves para el acceso al aula virtual basada en la plataforma libre más conocida Moodle. Ofrecemos un servicio especializado de tutorías en las modalidades “**a distancia**” y “**on-line**”, por el que más de 100 profesionales cualificados gestionarán su curso formativo, tanto a nivel administrativo y docente, encargándose de:

1. **Tutor personal** por alumno.
2. **Gestión del envío** del temario o manual formativo.
3. **Seguimiento permanente del aprendizaje.**
4. **Resolución de dudas.**
5. Emisión de un **diploma acreditativo.**

➤ **Modalidad: On Line.**

➤ **Duración: Tipo A - de 76 a 85 horas**

➤ **Objetivos:**

- Conocer la composición química de los alimentos, así como los principales órganos que interfieren en la alimentación.
- Conocer la alimentación en las diferentes etapas de la vida.
- Identificar los diferentes tipos de dieta, según las necesidades fisiológica de cada individuo.

➤ **Contenidos:**

Nutrición y dietética y alimentación: principios básicos.

Introducción a la teoría y técnica de la nutrición. Nutrición normal, cálculo de valores calóricos.

El sistema digestivo

Anatomía del sistema digestivo. Anatomía del sistema digestivo.

Principios inmediatos o nutrientes

Composición de los alimentos: nutriente. Glúcidos. Lípidos. Proteínas. Vitaminas. Sales minerales.

Los grupos de alimentos

Introducción. Legumbres. Frutos secos. Cereales. Verduras y hortalizas. Frutas. Carnes. Pescados y mariscos. Leche y queso. Huevos.

La nutrición en las diferentes etapas de la vida

Introducción. Dieta equilibrada. Alimentación en gestación y lactancia. Alimentación en lactantes y primera infancia. Alimentación en edad escolar y adolescencia. Alimentación en edad avanzada. Alimentación para el deporte.

## Dietas

Dietas especiales. El aceite de oliva.