



# Salud, nutrición y dietética

---

Formación online • 50 horas de duración

x x x x x x x x x x  
x x x x x x x x x x  
x x x x x x x x x x

**femxa**

# CARACTERÍSTICAS

X X X X X X X X X X X X



## Objetivo principal del curso

Con este curso online de salud, nutrición y dietética, aprenderás a diseñar dietas específicas para cada situación, en cuanto a estado de salud y etapa de la vida, en base a las necesidades del organismo y aspectos nutricionales.



Modalidad  
**100% online**



**Diploma de Aprovechamiento**



**Apoyo y asesoramiento continuo**



**Formación online (bonificable hasta el 100%)**



# TEMARIO

x x x x x

¿Qué **aprenderás**  
con nosotros?

1

## ANATOMÍA Y FISIOPATOLOGÍA DE LOS APARATOS DIGESTIVO Y ENDOCRINO

- 1.1. El sistema digestivo
- 1.2. Patologías digestivas
- 1.3. El sistema endocrino
- 1.4. Patologías endocrinas

2

## ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN

- 2.1. Principios de nutrición
- 2.2. Carbohidratos y fibra dietética
- 2.3. Lípidos
- 2.4. Proteínas
- 2.5. Vitaminas
- 2.6. Minerales
- 2.7. El agua
- 2.8. Proceso de la nutrición

3

## GRUPOS DE ALIMENTOS

- 3.1. Los alimentos y su composición
- 3.2. Clasificación de los alimentos
- 3.3. Alimentos de servicio
- 3.4. Alimentos nuevos
- 3.5. Aditivos alimentarios
- 3.6. Leche y productos lácteos
- 3.7. Carnes, huevos y pescados
- 3.8. Legumbres, tubérculos y frutos secos
- 3.9. Hortalizas y frutas
- 3.10. Grasas y aceites

4

## ALIMENTACIÓN Y SALUD

- 4.1. Alimentación saludable
- 4.2. Normas que rigen el equilibrio nutritivo

- 4.3. Características del equilibrio nutritivo
- 4.4. Principales relaciones entre energía y nutrientes
- 4.5. Equilibrio alimentario
- 4.6. Guías alimentarias o dietéticas
- 4.7. Dieta mediterránea
- 4.8. Importancia de la alimentación y su relación con la salud
- 4.9. Mitos y errores sobre la limitación

5

#### **DIETAS EN LAS DIFERENTES ETAPAS DE LA VIDA**

- 5.1. Alimentación en la mujer adulta
- 5.2. Alimentación infantil
- 5.3. Alimentación en la adolescencia
- 5.4. Alimentación en la tercera edad

6

#### **DIETAS TERAPÉUTICAS**

- 6.1. Dietoterapia
- 6.2. Dieta de protección gástrica
- 6.3. Dieta astringente
- 6.4. Dieta para pacientes diabéticos insulino dependientes o con hipoglucemias orales
- 6.5. Dieta hipocalórica
- 6.6. Dieta para la insuficiencia renal crónica
- 6.7. Dieta de protección biliar
- 6.8. Dieta para dislipemias
- 6.9. Dieta baja en sodio
- 6.10. Nutrición enteral y parenteral"





## 100% ONLINE. FLEXIBILIDAD

Nuestra **metodología online** está pensada para que los alumnos adquieran un nivel de conocimiento adecuado a su ocupación profesional. Ofrecemos un nivel alto de interactividad, siguiendo un plan de trabajo totalmente **individualizado**, con un **seguimiento y evaluación, acceso a contenidos 24 horas y ejercicios** que facilitan y amenizan el aprendizaje.

Una vez matriculado, el alumno recibirá las claves de acceso al **Campus Virtual** del curso para que, desde ese momento, pueda acceder cuando quiera (24 horas al día) en función de su disponibilidad horaria, y desde cualquier PC. Solo necesita conexión a Internet.

Además, el ritmo y el itinerario didáctico del curso están diseñados para ser conciliados con responsabilidades personales y laborales de los estudiantes.

## ¿Qué ventajas tiene la formación online?:



**Fácil de utilizar:** no se necesitan conocimientos específicos de informática para realizar el curso. Nuestra plataforma online orienta paso a paso en todo el proceso de formación.



**Tutor personal:** se pueden resolver las dudas en directo en horario de tutorías o consultar con un tutor personal a través de e-mail.



**Desde cualquier dispositivo:** sin desplazamientos. Con las claves de acceso se puede acceder al curso desde cualquier dispositivo.



**Videos y herramientas multimedia:** Foros, chats, casos prácticos y múltiples vídeos que harán que tu aprendizaje sea mucho más ameno.



**Disponible las 24 horas:** se puede acceder al curso en cualquier momento del día.



**Contenido descargable:** el contenido del curso y todo el material complementario está disponible para su descarga.



**Soporte técnico:** un equipo de soporte informático estará disponible para cualquier incidencia.



**Tutorías telefónicas:** el tutor estará disponible telefónicamente.



X X X X X X X X X X X  
X X X X X X X X X X X  
X X X X X X X X X X X  
X X X X X X X X X X X  
X X X X X X X X X X X  
X X X X X X X X X X X  
X X X X X X X X X X X  
X X X X X X X X X X X  
X X X X X X X X X X X  
X X X X X X X X X X X

# femxa



T. 986 493 464 | [info@grupofemxa.es](mailto:info@grupofemxa.es) | [www.grupofemxa.es](http://www.grupofemxa.es)

Grupo Femxa es una marca registrada por Grupo Femxa Formación y Empleo S.L.. Asimismo, es una marca usada bajo licencia por Femxa Formación S.L.U., Adquiere Servicios Integrados S.L., Centro de Estudios Activa Formación S.L.U., Nred Soluciones Formativas S.L.U., Learning and Support Services S.L.U. y FollowUp & Control S.L.U.