



Salud, nutrición y dietética

Formación online • 50 horas de duración

2 créditos ECTS

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

CENTRO COLABORADOR



UNIVERSIDAD
NEBRIJA

CARACTERÍSTICAS

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.



50 horas • 2 créditos ECTS

Válidos en concursos-oposición, traslados, bolsas de contratación, oposiciones y plazas interinas.



Doble titulación:

- Diploma de Aprovechamiento de Femxa.
- Título certificado por la Universidad Nebrija*.



Formación de calidad:

Metodología 100% online y tutor especializado.



X X X X X X X

Formación online (bonificable hasta el 100%)

X X X X X X

* Enseñanzas que no conducen a la obtención de un título con valor oficial.



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 tú, como alumno, adquieras un nivel de conocimiento adecuado a tu ocupación profesional. Te ofrecemos un nivel alto de interactividad que sirve de refuerzo al aprendizaje y a la asimilación de la información.

Una vez confirmado el pago, formalizaremos tu matrícula en el curso y, el día del inicio (miércoles o viernes), recibirás un correo electrónico con tus claves de acceso al **Campus Virtual**.

Además, el ritmo y el itinerario didáctico del curso están diseñados para ser conciliados con tus responsabilidades personales y laborales. ¡Tú organizas tu tiempo!

¿Qué te vas a encontrar?

Una vez dentro del Campus, podrás descargar y estudiar el material didáctico, ver videotutoriales explicativos, participar en foros de debate, plantear tus dudas a tu tutor personal, leer documentación complementaria, realizar las actividades o interactuar con otros alumnos.



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



Tutor personal: resuelve todas tus dudas en directo en horario de tutorías o consulta con tu tutor personal a través de email.



Desde cualquier dispositivo: sin desplazamientos. Estés donde estés, con tus claves de acceso podrás hacer el curso desde cualquier ordenador.



Vídeos 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: Contarás con el apoyo de un equipo de soporte informático para cualquier necesidad que te pueda surgir.



Tutorías telefónicas: podrás contactar con tu tutor telefónicamente.

