

PROGRAMA DE CONTENIDOS

TÉCNICO PROFESIONAL EN NUTRICIÓN

Duración 300 Horas

MÓDULO 1. NECESIDADES NUTRICIONALES Y ESTUDIO DE LOS NUTRIENTES

UNIDAD DIDÁCTICA 1. CONCEPTOS Y DEFINICIONES

1. Concepto de bromatología
2. Concepto de alimentación
3. Concepto de nutrición
4. Concepto de alimento
5. Concepto de nutriente
6. Concepto de dietética
7. Concepto de dieta
8. Concepto de ración
9. Concepto de dietista-nutricionista
10. Concepto de salud
11. Concepto de enfermedad

UNIDAD DIDÁCTICA 2. CLASIFICACIÓN DE ALIMENTOS Y NUTRIENTES. GUÍAS ALIMENTARIAS

1. Clasificación de los alimentos
2. Clasificación de nutrientes
3. Necesidades de nutrientes: pirámide nutricional

UNIDAD DIDÁCTICA 3. EL SISTEMA DIGESTIVO

1. Conceptos básicos
2. Anatomía y fisiología del aparato digestivo
3. Proceso de la digestión

UNIDAD DIDÁCTICA 4. NECESIDADES NUTRICIONALES

1. Transformaciones energéticas celulares
2. Unidades de medida de la energía
3. Necesidades energéticas del adulto sano
4. Valor calórico de los alimentos

UNIDAD DIDÁCTICA 5. HIDRATOS DE CARBONO

1. Definición y generalidades
2. Clasificación
3. Funciones
4. Metabolismo de los hidratos de carbono
5. La fibra dietética

UNIDAD DIDÁCTICA 6. LÍPIDOS

1. Definición y generalidades
2. Funciones
3. Distribución
4. Clasificación
5. Metabolismo lipídico

UNIDAD DIDÁCTICA 7. PROTEÍNAS

1. Definición y generalidades
2. Aminoácidos
3. Proteínas
4. Metabolismo de las proteínas
5. Necesidades de proteínas
6. Valor proteico de los alimentos
7. Enfermedades relacionadas con las proteínas

UNIDAD DIDÁCTICA 8. VITAMINAS

1. Introducción
2. Funciones
3. Clasificación
4. Necesidades reales y complejos vitamínicos

UNIDAD DIDÁCTICA 9. MINERALES

1. Introducción
2. Clasificación
3. Características generales de los minerales
4. Funciones generales de los minerales

UNIDAD DIDÁCTICA 10. IMPORTANCIA NUTRICIONAL DEL AGUA

1. Introducción y características del agua
2. El agua en el cuerpo humano
3. Recomendaciones sobre el consumo de agua
4. Trastornos relacionados con el consumo de agua
5. Contenido de agua en los alimentos

MÓDULO 2. ESTUDIO DE LOS ALIMENTOS

UNIDAD DIDÁCTICA 1. VALOR NUTRITIVO Y COMPOSICIÓN DE LOS ALIMENTOS (I)

1. Valor nutritivo de los alimentos
2. Clasificación de los alimentos
3. Alimentos de origen animal

UNIDAD DIDÁCTICA 2. VALOR NUTRITIVO Y COMPOSICIÓN DE LOS ALIMENTOS (II)

1. Alimentos de origen vegetal
2. Cereales y derivados
3. Verduras y Hortalizas
4. Setas y algas
5. Legumbres

6. Frutas y frutos secos
7. Grasas vegetales
8. Otros alimentos
9. Alimentos estimulantes
10. Condimentos y especias

UNIDAD DIDÁCTICA 3. MANIPULACIÓN DE LOS ALIMENTOS

1. Introducción
2. Higiene de los alimentos
3. Calidad alimentaria

UNIDAD DIDÁCTICA 4. TRATAMIENTO CULINARIO DE LOS ALIMENTOS

1. Operaciones a temperatura ambiente
2. Operaciones de cocción

UNIDAD DIDÁCTICA 5. CONSERVACIÓN DE LOS ALIMENTOS

1. Conservación de los alimentos
2. Clasificación de los métodos de conservación de los alimentos
3. Métodos físicos
4. Métodos químicos
5. Tecnologías emergentes
6. Consejos en la adquisición de alimentos
7. Consumo responsable
8. Los hábitos alimenticios: origen y cambio

UNIDAD DIDÁCTICA 6. TCA Y BDN, INGESTAS RECOMENDADAS Y ETIQUETADO DE ALIMENTOS

1. Tablas de composición de los alimentos y Bases de datos nutricionales
2. Ingestas recomendadas
3. Etiquetado de los alimentos

MÓDULO 3. NUTRICIÓN INFANTIL

UNIDAD DIDÁCTICA 1. CONCEPTO Y CLASIFICACIÓN DE LOS ALIMENTOS

1. Conceptos relacionados con la alimentación, salud y nutrición
2. - Conceptos relacionados con la alimentación
3. - Conceptos relacionados con la salud y nutrición
4. Clasificación de los alimentos
5. - Según su función
6. - Según su descripción
7. Clasificación de los nutrientes
8. - Nutrientes energéticos (combustible)
9. - Nutrientes plásticos (constructivos)
10. - Nutrientes reguladores (biocatalizadores)
11. Necesidades de nutrientes: pirámide nutricional

UNIDAD DIDÁCTICA 2. EL SISTEMA GASTROINTESTINAL Y LA DIGESTIÓN

1. Fisiología y anatomía del aparato digestivo
2. - Cavidad bucal
3. - Faringe y esófago
4. - Estómago
5. - Intestino delgado y grueso
6. - Páncreas, hígado y vesícula
7. La Digestión
8. Hipermeabilidad

UNIDAD DIDÁCTICA 3. NECESIDADES NUTRICIONALES

1. Transformaciones energéticas celulares
2. Unidades de medida de la energía
3. Valor energético de los alimentos
4. Tabla de composición de los alimentos
5. Ley de Isodinamia y Ley de Mínimos

UNIDAD DIDÁCTICA 4. LACTANCIA INFANTIL

1. El puerperio
2. Necesidades nutricionales en la lactancia
3. La lactancia
4. Tipos de lactancia
5. - Lactancia natural
6. - Lactancia artificial
7. - Lactancia mixta
8. Dificultades con la lactancia
9. Posición para la lactancia
10. Duración y frecuencia en las tomas
11. Lactancia materna a demanda
12. Relactancia
13. Medicamentos

UNIDAD DIDÁCTICA 5. NUTRICIÓN DEL BEBÉ DURANTE EL PRIMER AÑO DE VIDA

1. Evolución de la alimentación
2. - De los 0 a los 6 meses
3. - De los 6 a los 12 meses
4. Novedades en alimentación: BLW
5. Consejos para la alimentación del bebé
6. Alimentos que conviene evitar en la alimentación del bebé
7. Comparación de la leche materna con la leche vaca
8. El calostro
9. Horario

UNIDAD DIDÁCTICA 6. NECESIDADES NUTRICIONALES DE LOS NIÑOS

1. La energía
2. Proteínas
3. Hidratos de carbono
4. La fibra dietética
5. Las grasas
6. Vitaminas
7. Minerales
8. - Calcio
9. - Cobre
10. - Cinc
11. - Flúor
12. - Fósforo
13. - Hierro
14. - Magnesio
15. - Manganeseo
16. - Potasio
17. - Yodo
18. Requerimientos nutricionales en energía, macronutrientes y micronutrientes

UNIDAD DIDÁCTICA 7. NUTRICIÓN HUMANA EN LA INFANCIA

1. Introducción a la nutrición humana en la infancia
2. Alimentación tras el primer año de vida
3. - Alimentación en el segundo y tercer año
4. Importancia de una buena nutrición en la edad infantil
5. - Crecimiento
6. - Peso adecuado
7. - El ejercicio físico
8. - Consumo en la población infantil y adolescente. Estudio ENALIA
9. Alimentación en la infancia

10. - Niño preescolar de 1- 3 años de edad
11. - Niño de 4 - 6 años de edad
12. - Niño de 7- 12 años de edad
13. Ritmos alimentarios durante el día
14. - Decálogo para fomentar en los niños hábitos saludables en la alimentación
15. Plan semanal de comidas
16. Alimentos desaconsejados
17. Alergias alimentarias
18. - Sintomatología
19. - Actuaciones a seguir
20. - Intolerancia a la lactosa
21. Alimentación e higiene bucodental
22. - Afecciones bucodentales
23. - Cuidar los dientes durante toda la vida

UNIDAD DIDÁCTICA 8. LA HIGIENE BUCAL

1. El cuidado de los dientes
2. - Cuidado de los dientes en los niños
3. - El cuidado de los dientes en adultos
4. Cómo lavarse los dientes
5. - Instrumentos
6. - Técnicas
7. Enfermedades que afectan a los dientes
8. - La placa
9. - El sarro
10. - La caries
11. - Gingivitis
12. - Úlceras bucales
13. - Encías inflamadas
14. - Encías que sangran con facilidad

15. - Periodontitis

16. - Mal aliento (Halitosis)

UNIDAD DIDÁCTICA 9. INTOLERANCIAS Y ALERGIAS A LOS ALIMENTOS

1. Definiciones

2. Intolerancia a los alimentos

3. - Tipos de intolerancia a los alimentos

4. Intolerancia a la lactosa

5. - Intolerancia al gluten

6. - Condiciones clínicas relacionadas con la intolerancia alimentaría

7. Alergias alimentarias

8. - Datos generales

9. - Síntomas

10. - Diagnóstico de la alergia a los alimentos

11. - Situaciones de riesgo

12. - Tratamiento de alergia a los alimentos

13. - Alimentos alergénicos

14. Anafilaxia y shock anafiláctico

15. - Manejo de la anafilaxia

Metodología:

La formación es totalmente ONLINE te facilitamos algunas claves de acceso, y podrás acceder las 24 horas a la plataforma **Asociacion.aulaempleate.es** En ella están colgados los temas y los exámenes. Tú eres quien lleva el ritmo de aprendizaje. Dispones de tutor para cualquier duda. Puedes ver las calificaciones de tus exámenes en cualquier momento en tu área personal en el apartado de calificaciones. En cuanto a las prácticas: El alumno elige donde quiere hacer prácticas y nosotros contactamos con el centro o empresa para formalizar convenio

Para matricularte debe hacerlo o bien haciendo click sobre el formulario de la web: www.empleatetalavera.es o bien en el whatsapp de dirección 665 67 34 16

PUEDES ACOGERTE A OFERTA DE PACK FORMATIVOS SI SALEN AL MES

(no siempre hay ofertas)

Formas de Pago:

Para personas de las **Islas Canarias la única forma de pago es transferencia** bancaria, por motivos del IVA. El resto de comunidades cualquier opción es válida.

Te remitimos número de cuenta:

LIBERBANK: ES63 2048 3059 5734 0001 5084

Con Tarjeta de crédito a través de la tienda online:

<http://www.empleatetalavera.es/tienda/>

INFORMACIÓN GENERAL:

Todos los cursos de Empléate Talavera tienen tiempo ilimitado por lo que no os va a caducar la matrícula.

Para dudas de temario solo deben de dirigirse al tutor en el whatsapp: 665 67 3416

Cuando acaben de realizar la parte teórica del curso si tienen derecho a prácticas deberán de realizarlas antes de pedir el diploma, que si le solicitan antes, ya no podrán hacer las prácticas.

Para pedir las prácticas deberán escribir al whatsapp: 634 80 81 21

Por último cuando ya todo este aprobado deberá solicitar el diploma en diplomaseempleate@gmail.com los títulos se envían mediante correo electrónico por lo que se envían el mismo día como mucho dos, deberán especificar el DNI para la correctarecepción.

Las personas que lo quieran en formato papel deberán abonar 10 euros, indicando además su dirección postal en el correo.

Para personas de nuestra misma ciudad podrán venir a por ellos personalmente en C/ marqués de Mirasol nº 19 , Talavera de la Reina

Nota importante: dirigirse a cada departamento correspondiente para lo que necesiten no escriban a todos los departamentos.

Teléfono del centro: 925 71 29 87

Empléate Talavera no hace devoluciones de matrícula en ningún caso, ni cambio de cursos pasados 15 días de recibir formación.