

DIETÉTICA Y NUTRICIÓN

ÁREA FORMATIVA
SANIDAD

NIVEL
Curso Monográfico

DURACIÓN
50 h

MODALIDAD FORMATIVA
Semipresencial, Distancia.

DESTINATARIOS

- Personas que sientan un gran interés por el aprendizaje y práctica de la dietética, tanto en el ámbito personal como el comunitario.
- Cuidadores de personas dependientes, auxiliares de Geriátrica, trabajadores familiares.

OBJETIVOS

- El objetivo de este curso es adquirir conocimientos básicos, habilidades en el uso de técnicas y actitudes positivas en alimentación y nutrición.

TITULACIÓN

Los participantes que hayan realizado con aprovechamiento el Curso, recibirán el correspondiente **Diploma de Dietética y Nutrición** expedido por Isonor Quality.

TEMARIO

MÓDULO 1: Dietética y Nutrición

TEMA 1. ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN

Introducción
Definición y Función de los Alimentos
Lo que hemos aprendido

TEMA 2. SALUD Y HÁBITOS ALIMENTARIOS

Salud y Hábitos Alimentarios

TEMA 3. CLASIFICACIÓN Y ESTUDIO DE LOS ALIMENTOS

Introducción
Grupos de Alimentos: Leche y Derivados Lácteos
Grupos de Alimentos: Carnes, Pescados y Huevos
Grupos de Alimentos: las Grasas
Grupos de Alimentos: Legumbres, Cereales y Tubérculos
Grupos de Alimentos: Frutas, Verduras y Hortalizas

TEMA 4. ALMACENAMIENTO Y CONSERVACIÓN DE LOS ALIMENTOS

Almacenamiento y Conservación
Tratamientos Conservadores
Tiempos Máximos Recomendables de Conservación

TEMA 5. ELABORACIÓN DE DIETAS

Alimentación Equilibrada
Normas Básicas para una Alimentación Equilibrada
Equilibrio Alimentario Cualitativo
Equilibrio Alimentario Cuantitativo
Dietoterapia
Introducción a la Dieta Mediterránea
Composición de la Dieta Mediterránea

TEMA 6. ELABORACIÓN DE DIETAS ESPECÍFICAS PARA PERSONAS MAYORES

Introducción
Factores que Influyen en la Alimentación del Anciano
Necesidades Nutricionales de los Ancianos
Normas Para una Correcta Alimentación de los Ancianos
Consejos para la Correcta Manipulación de los Alimentos
Consejos Prácticos a la Hora de Preparar los Alimentos
Equilibrio de la Dieta del Anciano
Nutrición Hospitalaria en el Anciano
Funciones del Personal Sanitario ante el Anciano Hospitalizado
Cuidados Especiales en la Administración de los Alimentos al Anciano Hospitalizado
Clasificación de Dietas según Patologías

TEMA 7. CONCEPTOS DE SEGURIDAD E HIGIENE ALIMENTARIA

¿Qué es la Seguridad Alimentaria?
El Codex Alimentarius
La Cadena Alimentaria

TEMA 8. INTOXICACIONES ALIMENTARIAS

Intoxicaciones Alimentarias
Enfermedades Más Frecuentes Producidas por el Consumo de Alimentos Contaminados

TEMA 9. LA ALIMENTACIÓN COMO ELEMENTO EDUCATIVO

Introducción
Edad Escolar y Preescolar
Adolescentes
Alimentación y Prevención de Enfermedades
Prevención de Trastornos de la Conducta Alimentaria
Nutrición y Mensajes Publicitarios
Higiene y Manipulación de Alimentos: "Reglas de Oro"

TEMA 10. NORMAS GENERALES EN LA MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS

Higiene
Adquisición de los Alimentos
Transporte Adecuado de los Alimentos
Eliminación de Basuras

TEMA 11. TEMPERATURAS

Uso de Termómetros para Medir la Temperatura Interna de los Alimentos
Temperaturas Reglamentarias de Conservación de los Diferentes Grupos de Alimentos

TEMA 12. PRÁCTICAS CORRECTAS DE HIGIENE

Introducción
Recepción de Materias Primas
Almacenamiento de Alimentos
Preparación de Materias Primas
Cocción
Conservación en Caliente
Enfriamiento
Recalentamiento
Montaje de Platos con Alimentos Destinados al Autoservicio o Buffet Frío
Servicio de Comidas

TEMA 13. EL SISTEMA DE ANÁLISIS DE PELIGROS Y PUNTOS DE CONTROL CRÍTICO (APPCC)

¿Qué es el APPCC?
Principios del APPCC
¿Cómo Llevar a la Práctica un Autocontrol Basado en el APPCC?
Ejemplo de Diseño de un Sistema APPCC
Documentación que Conformaría un Sistema de Autocontrol

TEMA 14. EL ETIQUETADO DE LOS ALIMENTOS

El Etiquetado
Cómo Interpretar la Etiqueta
Reglas de Oro de la OMS para la Preparación Higiénica de los Alimentos
Lo que hemos aprendido

TEMA 15. ANOREXIA Y BULIMIA. TABACO Y ALCOHOL

La Anorexia y la Bulimia. Presiones para Adelgazar
Actuaciones Desde el Ministerio de Sanidad y Consumo y Desde las Consejerías
Tabaco y Alcohol

DOCENTES

Profesorado con acreditada experiencia en la materia.