

SALUD, NUTRICION Y DIETÉTICA

Duración: 50 horas

OBJETIVOS

Describir el sistema digestivo y sus patologías.

Describir el sistema endocrino y sus patologías.

Analizar los macronutrientes y micronutrientes que necesita el organismo.

Describir el proceso de la nutrición.

Analizar la rueda de los alimentos.

Conocer en qué consisten los alimentos de servicio, los alimentos nuevos y los aditivos alimentarios.

Identificar las características principales de cada uno de los grupos de alimentos.

Analizar las relaciones entre energía y nutrientes.

Conocer el concepto de alimentación equilibrada.

Mostrar la importancia de la alimentación y su relación con la salud.

Conocer las recomendaciones dietéticas a seguir en cada una de las diferentes etapas de la vida.

Analizar que es la dietoterapia.

Conocer los distintos tipos de dietas.

Saber que es la nutrición enteral y parenteral.

CONTENIDOS

Anatomía y fisiopatología de los aparatos digestivos y endocrino

El sistema digestivo

Introducción

Tubo digestivo

Glándulas anexas

Fisiología del aparato digestivo



Patologías digestivas

Síntomas esofágicos

Síntomas gastrointestinales

Síntomas hepáticos y pancreáticos

El sistema endocrino

Patologías endocrinas

Diabetes mellitus

Enanismo, gigantismo, acromegalia, cretinismo y mixedema

Hipertiroidismo e hipotiroidismo

El bocio

La diabetes insípida, la tetania y cálculos renales y descalcificación ósea

Hirsutismo

Enfermedad de Addison

Síndrome de Cushing

Alimentación y nutrición

Principios de nutrición

Carbohidratos y fibra dietética

Lípidos

Proteínas

Vitaminas

Minerales

El agua

Proceso de la nutrición

Grupos de alimentos

Los alimentos y su composición

Clasificación de los alimentos

Alimentos de servicio

Alimentos nuevos

Aditivos alimentarios

Leche y productos lácteos

Carnes, huevos y pescados

Legumbres, tubérculos y frutos secos

Hortalizas y frutas

Hortalizas y verduras

Frutas

Grasas y aceites

Alimentación y salud

Alimentación saludable

Normas que rigen el equilibrio nutritivo

Características del equilibrio nutritivo

Principales relaciones entre energía y nutrientes

Equilibrio alimentario

Equilibrio cualitativo

Equilibrio cuantitativo

Guías alimentarias o dietéticas

Dieta mediterránea

Importancia de la alimentación y su relación con la salud

Mitos y errores sobre la alimentación

Dietas en las diferentes etapas de la vida

Alimentación en la mujer adulta

Alimentación durante el embarazo

Cambios metabólicos durante el embarazo

Recomendaciones nutricionales durante el embarazo

Alimentación durante la lactancia

Características en la lactancia

Recomendaciones nutricionales



Alimentación y menopausia

Características de la menopausia

Recomendaciones nutricionales durante la menopausia

Alimentación infantil

Alimentación en el primer año de vida

Parámetros antropométricos

Requerimientos nutricionales

Pautas nutricionales

Alimentación en la primera infancia (1-3 años)

Características de la etapa

Composición corporal y requisitos energéticos

Recomendaciones nutricionales durante la primera infancia (1-3 años)

Alimentación en la etapa escolar (4-11 años)

Características de la etapa

Composición corporal y requerimientos energéticos

Recomendaciones nutricionales en la etapa escolar (4-11 años)

Alimentación en la adolescencia

Características de la etapa

Composición corporal y requerimientos energéticos

Recomendaciones nutricionales en la adolescencia

Alimentación en la tercera edad

Cambios corporales, funcionales, fisiológicos y metabólicos

Recomendaciones nutricionales en la tercera edad

Dietas terapéuticas

Dietoterapia

Dieta de protección gástrica

Dieta astringente

Dieta para pacientes diabéticos insulino dependientes o con hipoglucemias orales



Objetivos de la dieta para la diabetes

Bases de la dieta del diabético

Modificaciones de la dieta de la diabetes según el estado nutricional

Ejemplo de dietas para diabéticos

Dieta hipocalórica

Ideas generales, contraindicaciones y pautas a seguir para su correcta aplicación

Ejemplo de dieta hipocalórica

Dieta para la insuficiencia renal crónica

Dieta de protección biliar

Dieta para dislipemias

Dieta baja en sodio

Nutrición enteral y parenteral

Nutrición enteral

Nutrición parental