

Alimentación y dietética

Alimentación y dietética

Duración: 60 horas

Precio: 420 euros.

Modalidad: e-learning

Objetivos:

OBJETIVOS: Este curso pretende ser una herramienta de trabajo para el personal sanitario, de forma que le sea de utilidad para desempeñar su trabajo diario en la consulta. Al mismo tiempo, tiene un modelo con el que crear hojas informativas sobre las dietas y entregarlas de forma escrita, clara y sencilla al paciente. Todos los temas contienen una información básica para el sanitario, una información básica para el usuario, ejemplos de dietas y unos anexos que pueden ser útiles para el sanitario, para el usuario o bien para ambos.

Metodología:

El Curso será desarrollado con una metodología a Distancia/on line. El sistema de enseñanza a distancia está organizado de tal forma que el alumno pueda compatibilizar el estudio con sus ocupaciones laborales o profesionales, también se realiza en esta modalidad para permitir el acceso al curso a aquellos alumnos que viven en zonas rurales lejos de los lugares habituales donde suelen realizarse los cursos y que tienen interés en continuar formándose. En este sistema de enseñanza el alumno tiene que seguir un aprendizaje sistemático y un ritmo de estudio, adaptado a sus circunstancias personales de tiempo

El alumno dispondrá de un extenso material sobre los aspectos teóricos del Curso que deberá estudiar para la realización de pruebas objetivas tipo test. Para el aprobado se exigirá un mínimo de 75% del total de las respuestas acertadas.

El Alumno tendrá siempre que quiera a su disposición la atención de los profesionales tutores del curso. Así como consultas telefónicas y a través de la plataforma de teleformación si el curso es on line. Entre el material entregado en este curso se adjunta un documento llamado Guía del Alumno dónde aparece un horario de tutorías telefónicas y una dirección de e-mail dónde podrá enviar sus consultas, dudas y ejercicios El alumno cuenta con un período máximo de tiempo para la finalización del curso, que dependerá del tipo de curso elegido y de las horas del mismo.

© icaformación2026

Profesorado:

Nuestro Centro fundado en 1996 dispone de 1000 m2 dedicados a formación y de 7 campus virtuales.

Tenemos una extensa plantilla de profesores especializados en las diferentes áreas formativas con amplia experiencia docentes: Médicos, Diplomados/as en enfermería, Licenciados/as en psicología, Licencidos/as en odontología, Licenciados/as en Veterinaria, Especialistas en Administración de empresas, Economistas, Ingenieros en informática, Educadodores/as sociales etc…

El alumno podrá contactar con los profesores y formular todo tipo de dudas y consultas de las siguientes formas:

-Por el aula virtual, si su curso es on line
-Por e-mail
-Por teléfono

Medios y materiales docentes

-Temario desarrollado.

-Pruebas objetivas de autoevaluación y evaluación.

-Consultas y Tutorías personalizadas a través de teléfono, correo, fax, Internet y de la Plataforma propia de Teleformación de la que dispone el Centro.



© icaformación2026

Titulación:

Una vez finalizado el curso, el alumno recibirá por correo o mensajería la titulación que acredita el haber superado con éxito todas las pruebas de conocimientos propuestas en el mismo.

Programa del curso:

1 Introducción
1.1 Introducción

2 OBJETIVOS NUTRICIONALES EN ATENCIÓN PRIMARIA
2.1 La importancia de la nutrición en atención primaria
2.2 Prevalencia de las enfermedades crónicas en atención primaria
2.3 La intervención nutricional desde la Atención Primaria
2.4 Funciones del profesional sociosanitario en el trabajo de programas
2.5 El consejo nutricional en la práctica diaria

3 ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN LOS NUTRIENTES
3.1 Los hidratos de carbono
3.2 Los lípidos
3.3 Las proteínas
3.4 Las vitaminas
3.5 Las sales minerales y oligoelementos
3.6 El agua

4 LOS GRUPOS DE ALIMENTOS
4.1 Grupo de los lácteos y derivados
4.2 Grupo de la carne, el pescado, el marisco y los huevos
4.3 Grupo de los cereales y las legumbres
4.4 Los grupos de las frutas, las verduras y las hortalizas
4.5 Grupo de los alimentos grasos
4.6 Grupo miscelánea
4.7 Grupo de bebidas estimulantes y alcohólicas

5 ALIMENTACIÓN DE LA MUJER EMBARAZADA
5.1 Objetivos sobre la dieta de la embarazada
5.2 Indicaciones para la embarazada
5.3 Anexo 1
5.4 Anexo 2

© icaformación2026

6 ALIMENTACIÓN DEL RECIÉN NACIDO Y EN LA PRIMERA INFANCIA

6.1 Objetivos de la nutrición infantil
6.2 Recomendaciones para el sanitario
6.3 Recomendaciones para los padres
6.4 Anexo 1
6.5 Anexo 2
6.6 Anexo 3
6.7 Anexo 4
6.8 Anexo 5
6.9 Anexo 6
6.10 Anexo 7

7 ALIMENTACIÓN EN LA EDAD PREESCOLAR Y ESCOLAR

7.1 Indicaciones para el sanitario
7.2 Recomendaciones para los usuarios (padres, abuelos y tutores)
7.3 Recomendaciones dietéticas para niños de 4-12 años
7.4 Recomendaciones complementarias para los padres
7.5 Recomendaciones para cocinar
7.6 Ejemplo de menú
7.7 Alguna de las alteraciones más comunes en los niños
7.8 Anexo 1
7.9 Anexo 2
7.10 Anexo 3

8 ALIMENTACIÓN EN LA ADOLESCENCIA

8.1 Indicaciones para el sanitario
8.2 Indicaciones para el usuario

9 ALIMENTACIÓN EN LA MENOPAUSIA

9.1 Objetivos de la nutrición en la menopausia
9.2 Indicaciones para el sanitario
9.3 Recomendaciones para la usuaria
9.4 Anexo 1
9.5 Anexo 2
9.6 Anexo 3

10 ALIMENTACIÓN EN LA VEJEZ

10.1 Objetivos
10.2 Indicaciones para el sanitario
10.3 Factores de riesgo de desnutrición
10.4 Requerimientos nutricionales generales en los ancianos
10.5 Educación nutricional en el anciano
10.6 Indicaciones dietéticas para la tercera edad
10.7 Ejemplos de menús
10.8 Anexo 1
10.9 Anexo 2
10.10 Anexo 3
10.11 Anexo 4

11 DIETA EN EL SÍNDROME DIARREICO

11.1 Indicaciones para el sanitario
11.2 Puntos importantes a recordar
11.3 Dieta astrigente o antidiarréica
11.4 Ejemplo de dieta astringente moderada

© icaformación2026

12 DIETA EN EL ESTREÑIMIENTO
12.1 Indicaciones para el sanitario
12.2 Puntos Importantes a recordar
12.3 Estreñimiento en el adulto
12.4 Dieta de 1500 Kcal
12.5 Dieta de 2000 Kcal
12.6 Indicaciones para el seguimiento de la dieta
12.7 Técnicas culinarias
12.8 Aclaraciones acerca de la dieta
12.9 Anexo 1
12.10 Anexo 2

13 DIETA EN LA INTOLERANCIA A LA LACTOSA
13.1 Indicaciones para el sanitario
13.2 Indicaciones para el usuario
13.3 Anexo 1
13.4 Dieta de ejemplo

14 DIETA EN LA HIPERURICEMIA Y GOTA
14.1 Indicaciones para el sanitario
14.2 Indicaciones para el usuario
14.3 Anexo 1

15 DIETA EN LAS OSTOMÍAS
15.1 Colostomías
15.2 Ileostomías
15.3 Urostomías
15.4 Dieta equilibrada
15.5 Dieta rica en residuos
15.6 Dieta controlada en residuos

16 DIETA EN LA OBESIDAD
16.1 Indicaciones para el sanitario
16.2 Ejemplo de dieta
16.3 Indicaciones para el usuario
16.4 Anexo 1

17 DIETA EN LA DIABETES MELLITUS
17.1 Indicaciones para el sanitario
17.2 Objetivos de la dieta
17.3 Puntos importantes a recordar sobre la dieta
17.4 Diabetes tipo I (tratamiento con insulina)
17.5 Diabetes tipo II
17.6 Diabetes tipo 1
17.7 Diabetes tipo 2
17.8 Recomendaciones generales
17.9 Situaciones especiales
17.10 Anexo 1
17.11 Anexo 2
17.12 Anexo 3

18 DIETA EN LA DIABETES GESTACIONAL
18.1 Indicaciones para el sanitario
18.2 Indicaciones para la usuaria
18.3 Anexo 1

© icaformación2026

19 DIETA EN LAS HIPERDISLIPEMIAS

19.1 Indicaciones para el sanitario
19.2 Objetivos
19.3 Tratamiento
19.4 Indicaciones para el usuario
19.5 Recomendaciones dietéticas generales
19.6 Anexo 1

20 DIETA EN LA HIPERTENSIÓN ARTERIAL

20.1 Indicaciones para el sanitario
20.2 Indicaciones para el usuario
20.3 Ejemplo de almuerzos o cenas bajas en sodio
20.4 Anexo 1

21 DIETA EN PACIENTES CON VIH

21.1 Indicaciones para el sanitario
21.2 Indicaciones para el usuario
21.3 Modelo de dieta
21.4 Higiene en la preparación y manipulación de alimentos
21.5 Anexo 1
21.6 Anexo 2
21.7 Anexo 3

22 DIETA PREVENTIVA DEL CÁNCER

22.1 Indicaciones para el sanitario
22.2 Indicaciones para el usuario
22.3 Ejemplo de dieta anticancerígena

23 DIETA EN EL PACIENTE ONCOLÓGICO

23.1 Indicaciones para el sanitario
23.2 Indicaciones para el usuario
23.3 Anexo 1
23.4 Anexo 2
23.5 Ejemplo de una dieta normal

24 DIETA EN PACIENTES CON LA ENFERMEDAD CELÍACA

24.1 Indicaciones para el sanitario
24.2 Indicaciones para el celíaco
24.3 Recomendaciones
24.4 Ejemplo de dieta para un celíaco

25 Glosario

25.1 Glosario
25.2 Cuestionario: Cuestionario final 1
25.3 Cuestionario: Cuestionario final 2

© icaformación2026