

Curso Superior en Elaboración de Dietas

Curso Superior en Elaboración de Dietas

Duración: 60 horas

Precio: consultar euros.

Modalidad: e-learning

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. **MÓDULO 1. INTRODUCCIÓN A LA NUTRICIÓN HUMANA Y LA DIETÉTICA**

UNIDAD DIDÁCTICA 1. DEFINICIONES MÁS RELEVANTES EN NUTRICIÓN HUMANA Y DIETÉTICA

1. Bromatología
2. Alimentación
3. Nutrición
4. Alimento
5. Nutriente
6. Dietética
7. Dieta
8. Ración
9. Dietista-nutricionista
10. Salud
11. Enfermedad

UNIDAD DIDÁCTICA 2. ALIMENTOS Y NUTRIENTES. GUÍAS ALIMENTARIAS

1. Alimentos: Clasificación
2. Nutrientes: Clasificación
3. Herramientas para la nutrición comunitaria: pirámide de la alimentación

UNIDAD DIDÁCTICA 3. ANATOMÍA Y FISIOLOGÍA DEL SISTEMA DIGESTIVO

1. Introducción al Sistema Digestivo
2. El Sistema Digestivo
3. La digestión

UNIDAD DIDÁCTICA 4. NECESIDADES ENERGÉTICAS DEL SER HUMANO

1. El ser humano como sistema energético
2. El Julio y la Caloría
3. Necesidades energéticas del ser humano
4. Alimentos: Valor calórico

UNIDAD DIDÁCTICA 5. ESTUDIO DE LOS NUTRIENTES: HIDRATOS DE CARBONO

1. Introducción a los Hidratos de carbono
2. Clasificación de los Hidratos de carbono
3. Funciones de los Hidratos de carbono
4. Metabolismo

© icaformación2026

5. Fibra dietética

UNIDAD DIDÁCTICA 6. ESTUDIO DE LOS NUTRIENTES: LÍPIDOS

1. Introducción a los Lípidos
2. Funciones de los Lípidos
3. Distribución de los Lípidos
4. Clasificación de los Lípidos
5. Metabolismo de los Lípidos

UNIDAD DIDÁCTICA 7. ESTUDIO DE LOS NUTRIENTES: PROTEÍNAS

1. Introducción a las Proteínas
2. Definición, clasificación y funciones de los Aminoácidos
3. Definición, estructura, clasificación y funciones de las Proteínas
4. Metabolismo
5. Necesidades proteicas
6. Valor proteico
7. Enfermedades asociadas al consumo proteico

UNIDAD DIDÁCTICA 8. ESTUDIO DE LOS NUTRIENTES: VITAMINAS

1. Introducción a las Vitaminas
2. Funciones de las Vitaminas
3. Clasificación de las Vitaminas
4. Necesidades generales de Vitaminas y complejos vitamínicos

UNIDAD DIDÁCTICA 9. ESTUDIO DE LOS NUTRIENTES: MINERALES

1. Introducción a los Minerales
2. Clasificación de los Minerales
3. Peculiaridades de los Minerales
4. Estudio de los principales Minerales

UNIDAD DIDÁCTICA 10. ESTUDIO DE LOS NUTRIENTES: AGUA

1. Introducción, estructura, propiedades y funciones del Agua
2. El papel del Agua en el cuerpo humano
3. Consejos sobre la ingesta de Agua
4. Deshidratación, hiperhidratación y potomanía
5. Contenido de agua en los alimentos

6. MÓDULO 2. BROMATOLOGÍA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. ALIMENTOS: COMPOSICIÓN Y VALOR NUTRITIVO (PARTE I)

1. Los alimentos desde el punto de vista bromatológico
2. Alimentos: Clasificación según su origen
3. Bromatología de los alimentos de origen animal

UNIDAD DIDÁCTICA 2. ALIMENTOS: COMPOSICIÓN Y VALOR NUTRITIVO (PARTE II)

1. Bromatología de los alimentos de origen vegetal
2. Alimentos de origen vegetal: Cereales y derivados
3. Alimentos de origen vegetal: Verduras y Hortalizas
4. Alimentos de origen vegetal: Setas y algas
5. Alimentos de origen vegetal: Legumbres
6. Alimentos de origen vegetal: Frutas y frutos secos
7. Alimentos de origen vegetal: Grasas vegetales
8. Edulcorantes, fruitivos, estimulantes, condimentos y especias
9. Alimentos estimulantes
10. Condimentos y especias

UNIDAD DIDÁCTICA 3. TECNOLOGÍA CULINARIA (I): MANIPULACIÓN

1. Introducción a la Tecnología culinaria
2. Higiene alimentaria
3. Calidad de los alimentos

UNIDAD DIDÁCTICA 4. TECNOLOGÍA CULINARIA (II): TRATAMIENTO CULINARIO

1. Procedimientos a temperatura ambiente
2. Procedimientos de cocción

© icaformación2026

UNIDAD DIDÁCTICA 5. TECNOLOGÍA CULINARIA (III): CONSERVACIÓN

1. Introducción
2. Métodos de conservación: Clasificación
3. Métodos físicos de conservación
4. Métodos químicos de conservación
5. Tecnologías emergentes en la conservación de los alimentos
6. Decálogo del consumidor: elección de alimentos
7. Consejos para optimizar la calidad nutricional de la dieta
8. Hábitos alimentarios

UNIDAD DIDÁCTICA 6. TABLAS DE COMPOSICIÓN DE LOS ALIMENTOS. INGESTAS RECOMENDADAS. ETIQUETADO

1. Tablas de composición de los alimentos
2. Ingestas recomendadas (DRIs)
3. Etiquetado

4. MÓDULO 3. DIETÉTICA Y NUTRICIÓN HUMANA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. ASPECTOS IMPORTANTES PARA LA ELABORACIÓN DE UNA DIETA

1. La dieta
2. Concepto de dieta equilibrada
3. Perfil calórico de la dieta. recomendaciones dietéticas
4. Pasos para elaborar una dieta
5. Mitos relacionados con la dietética y la nutrición humana

UNIDAD DIDÁCTICA 2. EVALUACIÓN DEL ESTADO NUTRICIONAL

1. Introducción
2. Entrevista
3. Evaluación dietética del estado nutricional
4. Evaluación clínica del estado nutricional
5. Evaluación antropométrica del estado nutricional
6. Evaluación bioquímica del estado nutricional
7. Evaluación inmunológica del estado nutricional

UNIDAD DIDÁCTICA 3. EJEMPLO DE ELABORACIÓN DE UNA PROPUESTA DIETÉTICA

1. Guión para la elaboración de una dieta Ejemplo de elaboración de dieta

© icaformación2026