

Curso Universitario de Especialización en Actualización en dietoterapia y dietética



Información sobre el programa formativo

- ✔ **Horas de formación:** 250
- ✔ **Créditos ECTS:** 10
- ✔ **Duración:** El alumno dispondrá de un tiempo mínimo de 1 mes para realizar el curso universitario de especialización y un máximo de 6 meses.

El **Curso Universitario de Especialización en Actualización en dietoterapia y dietética** supone un programa de enorme interés y aplicación inmediata, considerando las claras implicaciones que tiene en el ejercicio de la profesión en el ámbito de la salud con especial orientación a individuos y colectivos específicos: neonatal, infantil, envejecimiento, deportiva, embarazo, envejecimiento y patologías nutricionales, entre otras, que asumirán y ya están asumiendo en el sistema sanitario, por partes de diversos profesionales; incluyendo dietistas nutricionistas, farmacéuticos y médicos entre otros. Es necesaria la mejora nutricional de la población, una importante herramienta sanitaria, para la prevención y control de diversas enfermedades y en la mejora del bienestar y capacidad funcional de los individuos. En el ámbito hospitalario, la Organización Mundial de la Salud estableció que todos los hospitales tendrían que contar con la presencia de dietistas y que estos deberían estar en una proporción aproximada de un dietista-nutricionista por cada 50 pacientes.

Inscribirme



Certificación: Universidad Europea Miguel de Cervantes



Los alumnos que realicen un **Máster, Experto Universitario o Curso de especialización online Título Propio de la Universidad Europea Miguel de Cervantes (UEMC)** recibirán, una vez finalizado, un certificado expedido en créditos y horas. Este documento es únicamente emitido por la universidad certificadora de las actividades formativas, es decir, por la UEMC. Los diplomas acreditados por la UEMC no llevarán categoría profesional.

Esta universidad en ningún caso expedirá el título correspondiente al programa formativo si no ha transcurrido el tiempo mínimo desde la matrícula del alumno. Una vez transcurrido el tiempo mínimo que exige la universidad y finalice la edición, se procederá a solicitar el diploma a la Universidad, la cual suele tardar en remitir los diplomas de los cursos de especialización unos cuatro meses y de seis a nueve meses cuando se trata de máster o expertos universitarios. Igualmente los alumnos una vez realizada la formación, podrán solicitar un certificado provisional expedido por ESHE a la espera de recibir el diploma de la Universidad Europea Miguel de Cervantes.

Según las bases de la **UEMC no se puede mostrar el certificado** que los alumnos recibirían al realizar las formaciones, este sería a modo de ejemplo:



Parte delantera del certificado



Parte trasera del certificado



Carpeta del certificado de Máster y expertos universitarios

¿A quién va dirigido?

El curso universitario de especialización en actualización en dietoterapia y dietética está dirigido:

- Dirigido a profesionales sanitarios que estén ejerciendo o se interesen por ejercer un papel en la prevención, diagnóstico, tratamiento de la alimentación y nutrición: Médicos especialistas en Endocrinología y Nutrición o especialidades afines, en Atención Primaria, Grado en Farmacia, en Ciencia y Tecnología de los alimentos, en Nutrición y Dietética, en Actividad física y deporte, en Psicología, en Enfermería, Profesionales de la enseñanza con implicaciones en salud, Agentes sociales relacionados con la promoción de la salud o cualquier otro Grado o licenciado universitario relacionado.
- Todo aquel personal no universitario.

Objetivos

Generales

Este curso universitario de especialización capacita al alumno además para:

- Completar la formación que se ha adquirido previamente sobre el complejo mundo de los alimentos y la alimentación, sus repercusiones en el organismo humano, y en definitiva, la dietoterapia, desde un enfoque global e integrador.
- Adquirir conocimientos teóricos y prácticos sobre las bases científicas de la nutrición en relación con los últimos desarrollos y tendencias en este campo, y conocer las herramientas necesarias para la evaluación de los hábitos alimentarios y la propuesta de técnicas, estrategias y modelos de intervención nutricional en las situaciones fisiológicas especiales y en las patologías más frecuentes o relacionadas con la alimentación.
- Completar la formación de profesionales interesados en la dietética tanto desde la perspectiva del ejercicio profesional como desde el de la investigación. Con ello se pretende que puedan desempeñar su actividad sobre una sólida base científica.

Específicos

- Dotar al alumno de la capacidad para liderar la planificación y el diseño de modelos de intervención nutricional para fomentar la prevención en materia de salud.
- Formar a profesionales con conocimientos teóricos y prácticos sobre los efectos de la dietética en la salud y la enfermedad, para realizar una buena prescripción terapéutica de alimentos y fomentar la adquisición de hábitos saludables.
- Capacitar al alumno para evaluar las recomendaciones dietéticas de manera colectiva para un grupo de población, y de forma personalizada para un individuo, dando respuesta a patologías y a situaciones fisiológicas.

Inscribirme



Salidas profesionales

El curso universitario de especialización en actualización en dietoterapia y dietética se dirige esencialmente a desempeñar su labor clínica e investigadora en el ámbito de la prevención, diagnóstico e intervención de pacientes con patologías alimentarias y nutricionales tanto en centros públicos como privados, así como en actividades de docencia e investigación o formador de manipuladores de alimentos. Van desde ser el referente dentro de un equipo de atención primaria a formar parte de equipos multidisciplinares de ámbito hospitalario o de práctica privada. Está orientado a la industria alimentaria, empresas de alimentación, organismos relacionados con la alimentación, gabinetes de dietética y nutrición, comedores escolares e instituciones sociales, dietista y nutricionista en consultas dietéticas, franquicias de

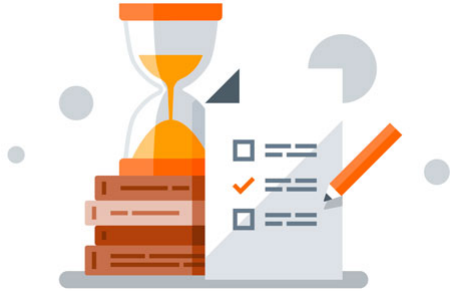
nutrición, equipos de elaboración de dietas en hospitales y en el ámbito deportivo, responsable de alimentación de empresas de catering y cualquier organización o empresa del sector de la hostelería (hoteles, restaurantes y bares)...

Requisitos para la inscripción

Copia del DNI, TIE o Pasaporte.

La inscripción en este curso online / a distancia permanecerá abierta durante todo el año.

Evaluación



La evaluación estará compuesta de **100 test** de opción alternativa (verdadera/falsa). El alumno debe finalizar el curso universitario de especialización y hacerlo con aprovechamiento de, al menos, un 60% tanto de los tests planteados en el mismo que se realizarán a través de la plataforma virtual online.

Contenidos

Módulo I: Actualización en dietoterapia y dietética

Tema I. La energía:

- Introducción.
- ¿Cómo podemos medirla?
- Necesidades energéticas.
 - Gasto energético bruto de determinadas actividades en hombres.
 - Gasto energético bruto de determinadas actividades en mujeres.
- Otras fórmulas para valorar las necesidades basales (TMB).
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema II. Los nutrientes:

- Introducción.
- Macronutrientes.
 - Las proteínas.
 - ¿Cuáles son las necesidades diarias de proteínas?
 - Los hidratos de carbono.
 - ¿Qué es el índice glucémico de los alimentos?
 - La fibra dietética.
 - Contenido en diferentes tipos de fibra de los alimentos.
 - Las dietas con escaso contenido en fibra dietética.
 - Las grasas.
 - Ácidos grasos esenciales y necesidades diarias de lípidos.
- Micronutrientes.

- Las vitaminas.
 - Vitaminas A, D, E, K, B1, B2, B6, B12.
 - Otras vitaminas.
 - Consejos.
 - Riesgo de carencia vitamínica y deficiencia de vitaminas.
- Los minerales.
 - Calcio.
 - Hierro.
 - Magnesio y Fósforo.
 - Otros minerales.
 - Los suplementos de vitaminas y de minerales.
- Los electrolitos.
- Los fitoquímicos.
- Sustancias antinutritivas.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema III. El agua:

- Introducción.
- ¿Qué pasa si no se ingiere suficiente agua?
- ¿Qué otros líquidos pueden sustituir al agua?
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema IV. Digestión, absorción y metabolismo de los nutrientes:

- Introducción.
- Las diferentes etapas de la digestión paso a paso.
 - Digestión en la boca.
 - Digestión en el estómago.
 - Digestión intestinal.
- ¿Qué hormonas controlan la digestión?
- Resumen simplificado del metabolismo de los diferentes nutrientes.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema V. Alimentación equilibrada y raciones alimentarias recomendadas a la población en general:

- Introducción.
- Los grupos de alimentos.
 - Grupo de los farináceos.
 - Grupo de las verduras y las hortalizas.
 - Grupo de las frutas.
 - Grupo de los lácteos.
 - Grupos de los proteicos.
 - Carnes y derivados.
 - Pescados.
 - Moluscos y crustáceos (mariscos).
 - Huevo.
 - Frutos secos.

- Grupo de las grasas.
- Grupo misceláneo.
 - Alimentos especiales.
 - Alimentos funcionales.
 - Alimentos transgénicos.
 - Alimentos biológicos.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema VI. Planificación de una dieta diaria equilibrada:

- Introducción.
 - La primera ingesta del día y La comida principal.
 - La merienda y la cena.
- La despensa ideal para menús saludables.
 - Alimentos que no pueden faltar en la despensa y su conservación.
 - Conservación en el frigorífico de alimentos frescos y cocinados.
 - Conservación en el congelador.
 - Consejos para hacer bien la compra.
 - ¿Qué información es obligatoria en el etiquetado de un alimento?
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema VII. Consejos dietéticos para los que comen fuera de casa:

- Introducción.
- ¿Qué come la gente fuera de casa?
 - La comida rápida o fast food.
 - Bocadillos y Pizzas.
 - Tapas y El buffet libre.
 - La comida internacional.
 - Comida de fiambra.
 - ¿Por qué las comidas precocinadas no son la opción más acertada?
 - ¿Y los que prefieren bocadillos hechos en casa?
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema VIII. Alimentación vegetariana:

- Introducción.
- ¿Qué carencias nutricionales se asocian a una dieta vegana?
- Ventajas de la dieta vegetariana.
- Consejos dietéticos para mejorar la calidad nutricional de las dietas vegetarianas.
 - Grupo de alimentos dividido por raciones.
 - Menú tipo vegetariano.
- Alimentación de los lactantes y niños vegetarianos.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema IX. La alimentación de los deportistas:

- Introducción.
- El deporte durante la gestación.
- El deporte durante la edad infantil.
- El deporte en la edad avanzada.
- La hidratación y la ingesta de alimentos en el deportista.
 - La hidratación.
 - ¿Qué bebidas deportivas son las más adecuadas?
 - La alimentación.
 - Dieta para la competición y la recuperación.
- Las ayudas ergogénicas en el deporte y doping.
- Planificación de un programa nutricional para deportistas.
 - Ejemplo de menú diario que aporta aproximadamente 2700 kcal.
 - Ejemplo de menú diario que aporta aproximadamente 2800 kcal.
 - Ejemplo de menú diario que aporta aproximadamente 2900 kcal.
 - Ejemplo de menú diario que aporta aproximadamente 3300 kcal.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema X. Alimentación en las diferentes etapas de la vida:

- Alimentación durante la gestación.
 - La importancia de una alimentación saludable antes del embarazo.
 - El peso de la mujer antes de la gestación.
 - Qué aumento de peso es el más adecuado durante el embarazo.
 - Que necesidades nutricionales tiene el feto durante la gestación.
 - Evolución del peso del bebé hasta su nacimiento.
 - Requerimientos nutricionales de la embarazada.
 - Energía, Proteínas, Lípidos y Glúcidos.
 - Minerales.
 - Vitaminas.
 - Fibra dietética y Agua.
 - Como disminuir las molestias típicas del embarazo.
 - Fatiga.
 - Náuseas y vómitos.
 - Ardores de estómago (pirosis).
 - Retención de líquidos y edemas, Calambres y Antojos.
 - Estreñimiento y hemorroides y Diarrea e infecciones intestinales.
 - Enfermedades de transmisión alimentaria peligrosas.
 - Toxoplasmosis.
 - Listeriosis.
 - Raciones diarias de alimentos recomendadas durante la gestación.
- Alimentación de la madre lactante.
 - Necesidades nutricionales de la mujer lactante.
 - Menú tipo para mujeres lactantes.
 - ¿Qué alimentación debe seguir la madre que no da el pecho?
- Alimentación del lactante y en la primera.
 - Lactancia materna.
 - Ventajas de la lactancia materna, tanto para la madre como para el recién nacido.
 - Desventajas para la madre y el recién nacido.

- ¿Cuándo se aconseja la interrupción de la lactancia materna?
 - Tomas del lactante.
 - Diferencias en la composición de la leche materna y de la leche de vaca.
 - Diferencias entre la leche materna y la leche de vaca (sin modificar).
- Lactancia con biberón.
- Alimentación combinada.
- Alimentación del niño de los 4 a los 5 meses.
- Alimentación del niño de los 6 a los 9 meses.
- Alimentación del niño de los 10 a los 12 meses.
- Alimentación del niño de los 12 a los 18 meses.
- Alimentación del niño de los 18 a los 24 meses.
- Alimentación del niño de los 24 a los 36 meses.
- Evolución de la talla y del peso de los niños de los 0 meses a los 3 años.
- Alimentación de los escolares y de los adolescentes.
 - Evolución de la talla y del peso de los niños de 3 a 6 años.
 - Datos antropométricos de niños y adolescentes.
 - Resumen de las raciones de alimentos recomendadas en función de la edad.
 - Los adolescentes.
 - Necesidades nutricionales de las gestantes adolescentes.
- Alimentación de las personas de edad avanzada.
 - Cambios que tienen lugar en el proceso de envejecimiento.
 - Cambios biológicos.
 - Cambios psicológicos.
 - Cambios sociales.
 - Requerimientos nutricionales en la vejez.
 - Importancia de una alimentación saludable en la vejez.
 - Raciones dietéticas de los diferentes grupos de alimentos recomendadas en la población de edad avanzada.
 - La desnutrición en el anciano.
 - Tratamiento para la desnutrición.
 - Alimentación en algunas de las patologías y de los trastornos más frecuentes en la vejez.
 - ¿Qué alimentos se deben descartar?
 - Anorexia o hiporexia y Pérdida de autonomía física.
 - La enfermedad de Alzheimer.
 - Los suplementos nutricionales en la vejez.
- Alimentación y menopausia.
 - ¿Qué síntomas aparecen en el climaterio?
 - ¿Cómo debe ser la dieta?
 - Situaciones en las que se requieren modificaciones dietéticas.
 - Osteoporosis.
 - ¿Qué alimentos están aconsejados en caso de osteoporosis y de fracturas óseas?
 - Arteriosclerosis, Hipercolesterolemia, Hipertensión arterial y Obesidad.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema XI. Enfermedades transmitidas por los alimentos:

- Introducción.
- Contaminación de los alimentos.
 - Salmonelosis.
 - Gastroenteritis por *Clostridium perfringens* y por *Staphylococcus aureus*.

- Infección por Escherichia coli y por Shigella.
- Botulismo, Triquinosis y Anisakidosis.
- Consejos para prevenir intoxicaciones alimentarias.
- Consejos en la manipulación de alimentos para prevenir enfermedades transmitidas por los alimentos.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema XII. La conservación de los alimentos:

- Introducción.
- ¿Qué factores son fundamentales para la conservación de los alimentos?
- Sistemas de conservación de los alimentos.
- Conservación en frío.
- La conservación en calor.
- El uso de aditivos alimentarios.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema XIII. Técnicas culinarias:

- Introducción.
- ¿Qué grasas debemos utilizar?
- Uso del horno microondas.
- Resumen.

Tema XIV. Interacción medicamentos-alimentos:

- Introducción.
- Interacciones farmacológicas de los medicamentos con la alimentación.
- Interacciones farmacológicas de los medicamentos con nutrientes específicos.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema XV. Valoración nutricional:

- Introducción.
- Historia clínica y dietética.
- Exploración física.
- Parámetros antropométricos.
- La bioimpedancia como método de evaluación del estado nutricional.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema XVI. Los aditivos alimentarios:

- Introducción.
- Lista de los aditivos alimentarios permitidos actualmente.
 - Colorantes.
 - Conservantes.
 - Antioxidantes y Edulcorantes.
 - Emulgentes, estabilizadores, espesantes y gelificantes.

- Otros.
- ¿Quién regula el uso de los aditivos alimentarios?
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema XVII. Valoración de análisis de sangre:

- Hemograma o análisis de células.
- Bioquímica o análisis químicos.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema XVIII. Sobrepeso y obesidad:

- Introducción.
- Definición, causas y tipos de obesidad.
- El impacto del peso sobre la salud: complicaciones asociadas a la obesidad.
- El IMC como indicador del sobrepeso y de la obesidad.
- Obesidad infantil.
- Cómo eliminar grasa corporal y relación entre sedentarismo y obesidad.
- ¿Cómo debe ser la dieta para perder peso?
 - Uso de edulcorantes artificiales, consejos, recomendaciones y ejemplo de pauta para 1 día.
- Dietas poco recomendables.
- Tratamiento quirúrgico y farmacológico para la obesidad.
 - Cómo debe ser la dieta tras la intervención y complicaciones.
- El uso de complementos dietéticos para la pérdida de peso.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema XIX. Trastornos de la conducta alimentaria (TCA):

- Introducción.
- Anorexia nerviosa.
 - Repercusiones y tratamiento de la anorexia nerviosa.
- Bulimia nerviosa.
 - Manifestaciones clínicas y tratamiento de la bulimia nerviosa.
- Binge eating disorders (BED: Trastornos de la ingesta compulsiva).
- Ortorexia.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema XX. Diabetes:

- Introducción.
- Tipos de diabetes, diagnóstico y manifestaciones clínicas.
- Complicaciones.
- Consejos dietéticos para los diabéticos.
 - Propuesta de unificación de criterios en la educación dietética de pacientes diabéticos.
 - Plan de alimentación por raciones en diferentes tipos de dietas.
- Consejos para comer fuera de casa siendo diabético.
- Dieta del diabético en situaciones de emergencia y del diabético hospitalizado.

- Tratamiento farmacológico de la diabetes.
- Relación entre el ejercicio y la salud del diabético.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema XXI. Hipertensión arterial:

- Introducción.
- Efecto de la alimentación sobre los valores de la tensión arterial.
- Efecto del ejercicio físico sobre los valores de la tensión arterial.
- Tratamiento farmacológico.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema XXII. Hipercolesterolemia:

- ¿Qué es el colesterol?
- ¿Qué es la hipercolesterolemia?
- ¿Qué alimentos están desaconsejados en caso de hipercolesterolemia?
- ¿Qué beneficios aporta la práctica de ejercicio físico sobre el colesterol?
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema XXIII. Hipertrigliceridemia:

- ¿Qué son los triglicéridos?
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema XXIV. Intolerancias y alergias alimentarias:

- Intolerancias alimentarias.
- Enfermedad celíaca.
 - Más sobre las enfermedades celíacas.
- Intolerancia a la lactosa.
- Alergias alimentarias.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema XXV. Trastornos digestivos:

- Introducción.
- Úlceras.
 - Intervención nutricional.
 - La dieta en el brote ulceroso.
- Gastritis.
- Reflujo gastroesofágico (RGE).
- Hernia de hiato.
- Estreñimiento.
 - ¿Cómo se puede mejorar el ritmo intestinal?
 - Trastornos diverticulares.

- Diarrea.
- Síndrome de Crohn.
 - Tratamiento.
 - La dieta para los pacientes con enfermedad de Crohn.
- Síndrome de colon irritable (SII).
- Cálculos biliares.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema XXVI. Enfermedades renales:

- Introducción.
- Trastornos más comunes de la insuficiencia renal.
- Normas dietéticas para el paciente con insuficiencia renal en prediálisis.
- Recomendaciones nutricionales.
- Normas dietéticas y recomendaciones nutricionales para el paciente en diálisis.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema XXVII. Litiasis de las vías urinarias:

- Introducción.
- Tratamiento dietético en la litiasis oxálica.
- Tratamiento dietético de la litiasis úrica.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema XXVIII. Dietas hospitalarias:

- Dieta absoluta y líquida.
- Dieta semilíquida.
- Dieta blanda.
- Alimentación básica adaptada.
- Dieta de fácil digestión y dieta basal.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema XXIX. Nutrición artificial:

- Introducción.
- Nutrición enteral por sonda.
 - Alimentos especiales, alimentos convencionales y vías de acceso.
 - Sistemas de infusión, administración de medicamentos y tipos de sondas.
 - Complicaciones de la nutrición enteral y nutrición enteral domiciliaria.
- Nutrición parenteral.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema XXX. Dietas de exploración:

- Dietas de exploración.

- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema XXXI. Dietas en cirugía:

- Introducción.
- Recomendaciones nutricionales para el paciente en el preoperatorio de cirugía mayor.
- Recomendaciones nutricionales para el paciente de cirugía maxilofacial.
- Recomendaciones nutricionales para el paciente de cirugía maxilofacial y otorrinolaringológica.
- Recomendaciones nutricionales para el paciente postesófago-gastrectomía.
- Recomendaciones nutricionales para el paciente poscirugía colónica.
- Resumen.
- Autoevaluación.

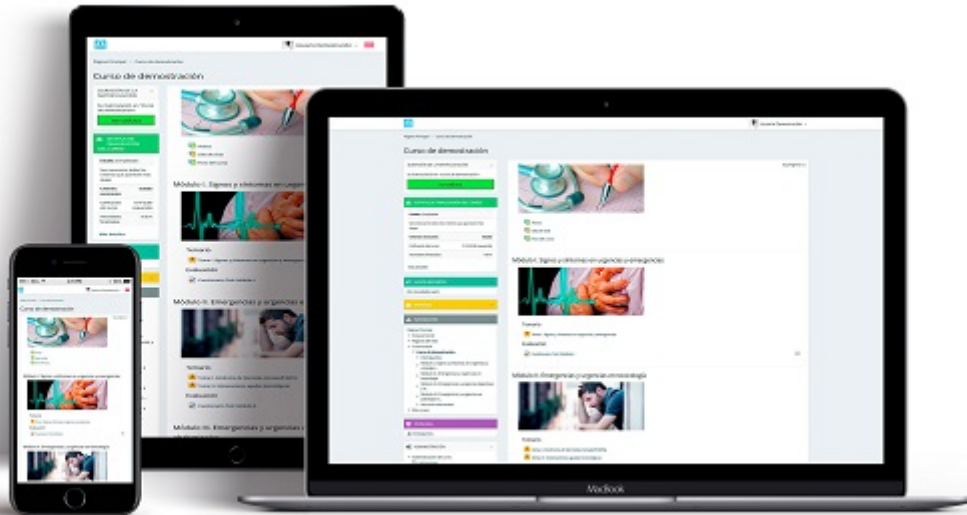
Tema XXXII. Recomendaciones nutricionales para el paciente oncológico:

- Introducción.
- La desnutrición en enfermos de cáncer.
- Soluciones dietéticas a las náuseas, vómitos y odinofagia.
- Soluciones dietéticas a la mucositis, a las alteraciones del gusto y del olfato, las disgeusias y a la xerostomía.
- Soluciones dietéticas a la anorexia, diarrea, estreñimiento y pérdida o ausencia de dientes.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema XXXIII. Recomendaciones nutricionales para el enfermo de VIH:

- Introducción.
- ¿Cómo se puede prevenir la aparición de la infección por VIH?
- Necesidades nutricionales del enfermo de SIDA.
- Recomendaciones para prevenir las infecciones de origen alimentario.
- Recomendaciones nutricionales según los medicamentos que toma el paciente.
- Malnutrición.
 - Más soluciones y recomendaciones sobre la malnutrición.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Metodología



El desarrollo del programa formativo se realiza a distancia, el alumno dispondrá de los contenidos en formato PDF y realizará la evaluación en la plataforma online, esta plataforma está operativa 24x7x365 y además está adaptada a cualquier dispositivo móvil. El alumno en todo momento contará con el apoyo del departamento tutorial. Las tutorías se realizan mediante email (atenciontutorial@eshe.es) o través del sistema de mensajería que incorpora la plataforma online. Dentro de la plataforma encontrarás:

- Guía de la plataforma.
- Foros y chats para contactar con los tutores.
- Temario.
- Resúmenes.
- Vídeos.
- Guías y protocolos adicionales.
- Evaluaciones.
- Seguimiento del proceso formativo.

Inscribirme

