

Curso Universitario de Especialización en Fundamentos prácticos en alimentación y nutrición



Información sobre el programa formativo

✓ **Horas de formación:** 150

✓ **Créditos ECTS:** 6

✓ **Duración:** El alumno dispondrá de un tiempo mínimo de 1 mes para realizar el curso universitario de especialización y un máximo de 6 meses.

La alimentación se presenta como uno de los aspectos más importantes en la prevención y el tratamiento de la mayoría de las enfermedades crónicas de alta prevalencia en nuestra sociedad. Cualquier profesional de salud necesita conocimientos sobre los aspectos más importantes que influyen en la salud y el bienestar, como la alimentación, la dietética y la nutrición. Dado que los temas relacionados con el mundo de la alimentación y la nutrición son cuestiones de permanente actualidad en los ámbitos científicos, tecnológicos, sanitarios y sociales, requieren un conocimiento cada vez más profundo de todos los componentes de los alimentos y sus acciones sobre el organismo. Además, la nutrición es una ciencia en permanente evolución y la evidencia científica puede ser modificada como consecuencia de los continuos hallazgos o la reevaluación de estudios y observaciones ya hechas, estos acontecimientos obligan a la necesidad de formación continua por parte de los profesionales sanitarios relacionados con este interesante mundo.

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.

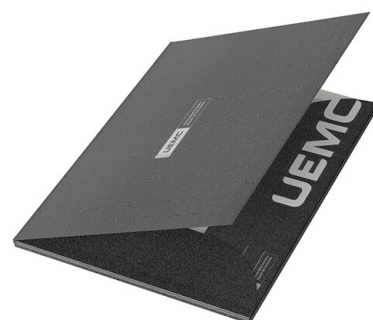
Según las bases de la **UEMC no se puede mostrar el certificado** que los alumnos recibirían al realizar las formaciones, este sería a modo de ejemplo:



Parte delantera del certificado



Parte trasera del certificado



Carpeta del certificado de Máster y expertos universitarios

¿A quién va dirigido?

- 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.
- Otros profesionales no universitarios.

Objetivos

Generales

Este curso universitario de especialización capacita al alumno además para:

- Acercarse al conocimiento de las diferentes patologías derivadas de una incorrecta nutrición y unos hábitos de vida poco saludables.
- 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.
- Mejorar las competencias básicas en el manejo de alimentos y en los aspectos nutricionales del ser humano, que le permitan desenvolverse adecuadamente en entornos relacionados con la alimentación y la nutrición.
- 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 nutrición, desde un enfoque global e integrador.
- Conocer cómo afecta la nutrición y los hábitos de vida en la salud de la persona.
- Desarrollar técnicas de elaboración de dietas basadas en el equilibrio y en la prevención de enfermedades.
- Establecer un tratamiento que permita prevenir, evitar o tratar trastornos derivados de la nutrición.
- Realizar un análisis de las necesidades nutricionales que posee cada individuo atendiendo a especificidades de origen genético y biológico.

Específicos

Nuestra vida depende en gran medida de que nuestra alimentación sea la adecuada para responder a las necesidades de nuestro organismo. La alimentación proporciona energía para el movimiento y materia para la construcción del organismo y para ello son indispensables los nutrientes. Es importante tener en cuenta que no todo lo que comemos tiene valor nutricional (lo comestible no es necesariamente un alimento). Una vida saludable incluye, entre otros, una buena alimentación. Una alimentación equilibrada o saludable es aquella que permite al individuo el mantenimiento de un óptimo estado de salud, a la vez que le permite el ejercicio de las diferentes actividades que conlleva cada tipo de trabajo. Por ello, todas las formas de comer son buenas si responden a una elección de alimentos hecha de tal forma que sea capaz de aportar las sustancias nutritivas necesarias al ser humano en cada momento de su vida. En estos días, la nutrición es verdaderamente importante. La mitad de las muertes en países occidentales provienen de cáncer, problemas cardíacos y diabetes. Todas estas enfermedades están relacionadas con nuestros hábitos alimenticios. Uno de los fundamentos de una buena salud es por lo tanto, una buena alimentación. Las claves para obtener una buena nutrición son: balance, variedad y moderación.

Inscribirme



Salidas profesionales

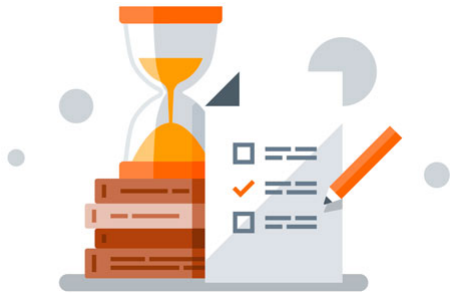
El curso universitario de especialización en fundamentos prácticos en alimentación y nutrición se dirige esencialmente a desempeñar su labor clínica e investigadora en el ámbito de la prevención, diagnóstico e intervención de pacientes con patologías alimentarias y nutricionales tanto en centros públicos 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 **162 test** de opción alternativa (verdadero/falso). 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: Fundamentos prácticos en alimentación y nutrición

Tema I. Conceptos sobre alimentación y nutrición:

- Introducción.
- Aspectos sociales de la alimentación.
- Composición y clasificación de los alimentos.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Tema II. Digestión, absorción y metabolismo de los alimentos:

- Introducción.
- Aspectos generales de la digestión de nutrientes.
- Excreción.
- Resumen.
- Autoevaluación.

- Bibliografía.

Tema III. Dieta equilibrada:

- Necesidades nutritivas humanas y dieta equilibrada.
- Necesidades energéticas del hombre.
- Ingestas diarias recomendadas.
- Estado nutricional normal.
- Dieta mediterránea como ejemplo de alimentación equilibrada.
- Ejemplo de dietas.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Tema IV. Tablas de composición de los alimentos:

- Introducción.
- Grupo 1: Leche y derivados.
- Grupo 2: Carnes y huevos.
 - Grupo 2: Pescados y mariscos.
- Grupo 3: Legumbres, tubérculos y frutos secos.
- Grupo 4: Verduras y hortalizas.
- Grupo 5: Frutas y derivados.
- Grupo 6: Cereales, azúcar y bebidas.
- Grupo 7: Grasas y varios.
- Bibliografía.

Tema V. Macronutrientes: Principios inmediatos:

- Introducción.
- Proteínas.
- Hidratos de carbono.
- Lípidos o grasas.
- Agua.
- Fibra.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Tema VI. Micronutrientes: Vitaminas y minerales:

- Vitaminas.
 - Vitaminas liposolubles.
 - Vitaminas hidrosolubles.
 - Más vitaminas hidrosolubles.
- Minerales.
 - Otros datos de interés de los minerales.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Tema VII. Leche y derivados lácteos:

- Leche y derivados lácteos.
- Bibliografía.

Tema VIII. Carnes, pescados y huevos:

- Carnes.
- Pescados.
- Huevos.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Tema IX. Las grasas:

- Grasas.
- Bibliografía.

Tema X. Legumbres, cereales y tubérculos:

- Legumbres.
- Cereales.
- Tubérculos.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Tema XI. Frutas, verduras y hortalizas:

- Frutas.
- Verduras y hortalizas.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Tema XII. Dulces, bebidas y otros alimentos:

- Dulces, bebidas y otros alimentos.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Tema XIII. Nutrición y embarazo:

- Introducción.
- Características fisiológicas de la gestación.
- Requerimientos nutricionales y suplementación.
- Tratamiento de problemas frecuentes en el embarazo.
- Pauta dietética en el embarazo.
- Resumen.

- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Tema XIV. Nutrición y lactancia:

- Introducción.
- Características fisiológicas de la lactancia.
- Ventajas nutricionales de la lactancia materna.
- Protección inmunológica de la leche humana.
- Requerimientos nutricionales y suplementación.
- Otros componentes dietéticos y pauta dietética en la lactación.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Tema XV. Alimentación en la infancia:

- Lactancia materna.
 - Técnica de la lactancia, contraindicaciones y precauciones.
 - Lactancia artificial y composición.
 - Técnica y fórmulas especiales.
 - Alimentación complementaria, calendario de los alimentos y recomendaciones para la introducción del beikost.
 - Cereales, frutas y verduras.
 - Carne, pescado, legumbres, huevos, azúcar y yogur.
 - Peligros de la alimentación complementaria.
- Alimentación del preescolar y escolar.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Tema XVI. Alimentación en la adolescencia:

- Alimentación en la adolescencia.
 - Desarrollo cognoscitivo y social, recomendaciones nutricionales y energía.
 - Proteínas, micronutrientes, minerales y vitaminas.
- Factores a tener en cuenta a la hora de crear una dieta adecuada para el adolescente.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Tema XVII. Alimentación en el anciano:

- Introducción.
- Factores que influyen en la alimentación del anciano.
- Necesidades nutricionales de los ancianos.
- Normas para una correcta alimentación de los ancianos.
- Equilibrio de la dieta del anciano.
- Nutrición hospitalaria en el anciano.
- Funciones del personal sanitario y cuidados especiales en la administración de los alimentos.
- Clasificación de dietas según patologías.

- Propiedades y gasto calórico de los alimentos.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Tema XVIII. Nutrición y deporte:

- Introducción.
- Dieta equilibrada en el deportista.
 - Dieta de entrenamiento.
 - Dieta de competición.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Tema XIX. Consejos dietéticos en síntomas menores y algunas enfermedades frecuentes:

- Introducción.
- Enfermedades del esófago.
- Enfermedades del estómago.
- Enfermedades intestinales.
 - Enfermedades intestinales en adultos y lactantes en niños.
 - Más enfermedades intestinales.
- Enfermedades hepatobiliares.
 - Problemas en la alimentación y enfermedades de la vesícula biliar.
- Enfermedades pancreáticas.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Tema XX. Enfermedades más frecuentes relacionadas con el exceso y déficit de alimentación:

- Obesidad.
 - Cómo se produce la obesidad y factores.
 - Tipos, prevención y complicaciones de la obesidad.
 - Tratamiento de la obesidad.
- Desnutrición.
- Consideración final.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Tema XXI. Dieta y enfermedades cardiovasculares:

- Terapéutica dietética de la enfermedad y enfermedades cardiovasculares.
- Cardiopatías y prevención primaria.
- Enseñanza sobre los factores de riesgo.
 - Modificaciones en la dieta.
 - Otros factores de riesgo.
- Problemas del paciente, dieta con restricción de sodio y métodos de preparación.
- Resumen.

- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Tema XXII. Dietas alimentarias. Peligros y errores:

- Introducción.
- Dieta hídrica, dietas muy bajas en calorías y dieta Atkins.
- Dietas Montañac, disociada, de la Clínica Mayo y de Shelton.
- Más tipos de dietas.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Tema XXIII. Alimentación y trastornos psicológicos: anorexia, bulimia:

- Introducción.
- Anorexia nerviosa.
 - Características clínicas.
 - Complicaciones médicas.
- Bulimia nerviosa.
 - Características clínicas.
- Datos epidemiológicos de los trastornos y complicaciones médicas.
- Etiología de los trastornos alimentarios.
- Prevención de los trastornos alimentarios.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Tema XXIV. Higiene alimentaria:

- Introducción.
 - Lavado de frutas y verduras.
- Adquisición de los alimentos.
 - Normas básicas para comprobar la calidad de los alimentos.
- Transporte adecuado de los alimentos.
- Eliminación de basuras.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Tema XXV. Conservación de los alimentos:

- Introducción.
- Tratamientos.
 - Métodos tradicionales.
 - Métodos físicos.
 - Calor.
 - Frío.
 - Radiaciones.
 - Métodos químicos.
- Tiempos máximos recomendables de conservación de productos.

- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Tema XXVI. Aditivos y sustancias tóxicas:

- Introducción.
- Aditivos.
 - Designación de los aditivos y clasificación.
 - Colorantes, conservantes y antioxidantes.
 - Estabilizantes, acidulantes y reguladores del pH.
 - Potenciadores del sabor, edulcorantes y otros.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Tema XXVII. Toxiinfecciones alimentarias:

- Introducción.
- Enfermedades más frecuentes producidas por el consumo de alimentos contaminados.
 - Toxiinfecciones debidas a Salmonellas.
 - Toxiinfecciones debidas a estafilococos, a Clostridium perfringens y por Bacillus cereus.
 - Intoxicación por Clostridium botulinum.
 - Otras enfermedades originadas por alimentos contaminados.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Tema XXVIII. Manipulación de alimentos:

- Introducción.
- Actitudes del manipulador.
- Higiene de la cocina y locales de trabajo.
- Utensilios y menaje.
- Preparación de los alimentos.
 - Manipulación de los alimentos crudos.
 - Cocinado de alimentos.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Tema XXIX. Importancia de la lectura de las etiquetas en los productos envasados:

- Introducción.
- Casos especiales.
- Etiquetado nutricional.
- Presentación de la información.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Tema XXX. Dieta mediterránea:

- Introducción.
- Composición de la dieta mediterránea.
 - Pescados.
 - Verduras, frutas y alimentos feculentos.
 - Aceite de oliva.
 - Carnes y huevos.
 - Leche, derivados lácteos, bebidas alcohólicas y frutos secos.
 - Dieta mediterránea como dieta recomendable.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Tema XXXI. Mitos y errores sobre alimentación:

- Mitos y errores sobre alimentación.
- Mitos sobre lácteos, frutas y verduras.
- Mitos de las carnes, pescados y huevos.
- Otros mitos y leyendas de los alimentos.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Tema XXXII. Importancia de la educación nutricional:

- Concepto y contexto.
- Programa de educación nutricional.
- Método.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Tema XXXIII. Evolución del consumo de alimentos en España:

- Evolución del consumo de alimentos en España: Parte I.
- Evolución del consumo de alimentos en España: Parte II.
- Evolución del consumo de alimentos en España: Parte III.
- Evolución del consumo de alimentos en España: Parte IV.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Tema XXXIV. Distribución de riqueza: Desajustes multifactoriales. El hambre en el mundo:

- Introducción.
- Alimentación y hábitos de consumo.
- La realidad de la pobreza.
 - Multifactorialidad y multidimensionalidad.
- Distintos enfoques de la pobreza.
- Cuarto mundo o mundo de los/as pobres en los países avanzados.

- Testimonios de personas que han padecido hambre.
- Comentarios de cara a la acción.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Anexo I. Fibra dietética:

- Introducción.
- Características y componentes de la fibra dietética.
- Clasificación.
- Propiedades de la fibra dietética.
- Propiedades de los componentes de la fibra dietética.
- Digestión de la fibra y fisiología de la fibra dietética.
- Fuentes de fibra dietética y trastornos relacionados con el déficit de fibra.
- Aumento de la presión intraluminal, intraabdominal, de la cantidad y de la actividad de carcinógenos fecales.
- Estreñimiento, obesidad, colesterol, diabetes, regulación de tránsito fecal y riesgos.
- Contenido en fibra de algunos alimentos y recomendaciones.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Anexo II. Trastornos por déficit de fibra:

- Efectos fisiológicos de la fibra y sus posibles aplicaciones clínicas.
 - Fibra alimentaria y tracto gastrointestinal.
 - Control del peso corporal, fibra y neoplasias.
 - Fibra en diabetes mellitus y enfermedades cardiovasculares.
- Uso de la fibra en la nutrición enteral.
- Efectos indeseables y contraindicaciones de la ingesta alta en fibra.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Anexo III. Requerimientos energéticos:

- Introducción.
- Concepto energía.
- Funciones de la energía. Unidades de medida.
- Necesidades energéticas del hombre.
 - Factores psicológicos y termorregulación.
- Requerimientos energéticos y nutricionales.
- Determinación de los requerimientos nutricionales.
- Factores que modifican las recomendaciones.
- Tablas de recomendaciones.
- Requerimientos según segmentos poblacionales.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Anexo IV. Alteraciones del patrón alimentario en adolescentes:

- Introducción.
- Anorexia.
- Bulimia nerviosa.
- Obesidad en el adolescente.
- Otras alteraciones nutricionales.
- Nutrición en la adolescente embarazada.
- Nutrición y deporte en el adolescente.
- Educación nutricional en el adolescente.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Anexo V. Vitaminas y oligoelementos en nutrición enteral:

- Concepto de nutrición parenteral.
- Indicaciones de la nutrición parenteral.
- Complicaciones de la nutrición parenteral.
- Atenciones de enfermería.
 - Vitaminas y NP.
 - Electrolitos, oligoelementos y NP.
- Necesidades de vitaminas y oligoelementos según la patología y la NP como medida terapéutica.
 - Cáncer.
 - Insuficiencia cardíaca.
 - Insuficiencia renal.
 - Interacciones fármaco-nutriente.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Anexo VI. Aporte nitrogenado en nutrición enteral:

- Aporte nitrogenado en nutrición enteral.
 - Introducción.
 - Requerimientos de nitrógeno y aporte proteico parenteral.
 - Mezclas de aminoácidos.
 - Mezclas órgano-específicas.
 - Soluciones de aminoácidos esenciales.
 - Aminoácidos para formulaciones sistema-específicos.
 - Complicaciones metabólicas.
 - Resumen.
 - Autoevaluación.
 - Bibliografía.

Anexo VII. Nutrición enteral en la enfermedad inflamatoria intestinal:

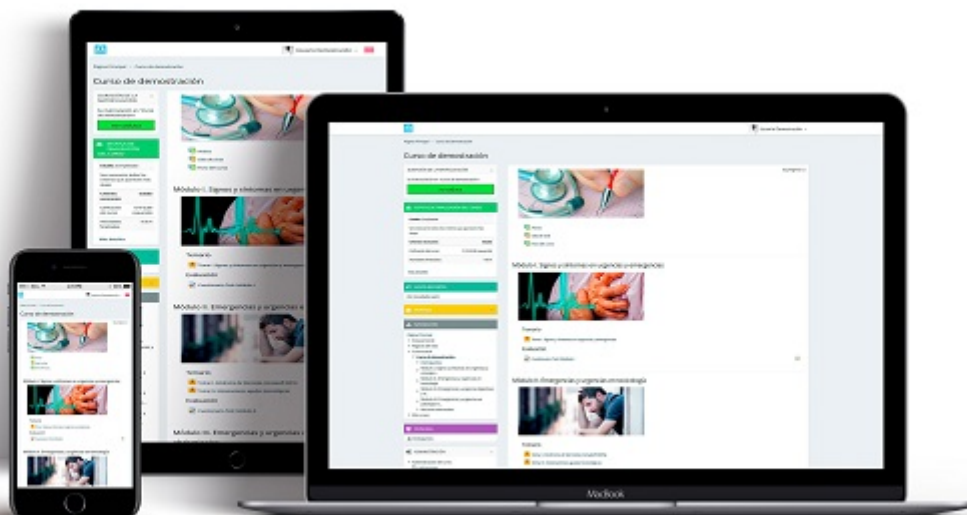
- Concepto e introducción.
- Evaluación global subjetiva del estado nutricional en pacientes con EII.
 - Anamnesis.
 - Exploración física.

- Fisiopatología de la desnutrición en la EII.
- Consecuencias de la desnutrición en la EII.
- Alimentación enteral como apoyo nutricional en EII.
- Alimentación enteral como tratamiento primario de la EII.
- El futuro.
- Cuadros.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Anexo VIII. Nutrición enteral en la encefalopatía hepática:

- Fallo hepático.
- Encefalopatía hepática.
- Nutrición en la encefalopatía hepática.
- 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

