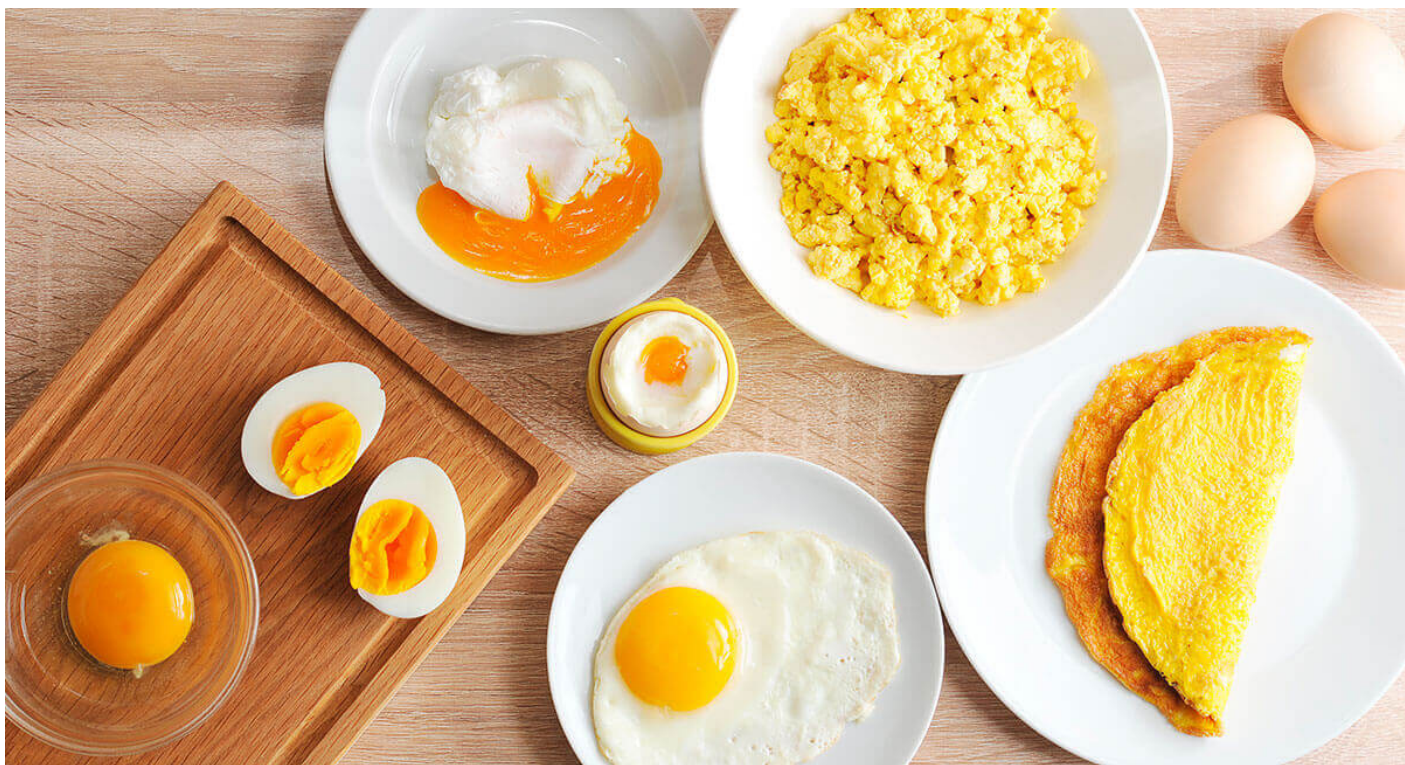


Perfeccionamiento alimentario en huevos y derivados



Información sobre el programa formativo

✔ **Horas de formación:** 75

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

El huevo es un alimento muy práctico y altamente nutritivo que debe formar parte de la dieta habitual, excepto que bajo alguna condición de salud o prescripción médica deba o haya sido excluido. Los huevos resultan fáciles de preparar, combinar y consumir ya sea como parte principal o como ingrediente de todo tipo de platos como desayunos, ensaladas, pastas y postres.

Los huevos que habitualmente consumimos son de gallina, pero también sabemos que podrían ser de pava, pata, codorniz, avestruz, etc. Nos referiremos a los huevos de gallina de forma genérica. Una unidad pesa aproximadamente 35 a 60 g y está formado por dos partes consumibles, la clara y la yema, y una no apta para el consumo humano, la cáscara.

Con esta capacitación online descubriremos beneficios del huevo como pueden ser: que es considerado como patrón de proteína, ayuda al crecimiento de los huesos, contiene grasa buena, contribuye al crecimiento muscular, contiene vitamina A, B2, B12, D y E, contiene fósforo, selenio, yodo, hierro y zinc, es de fácil digestión o descubrirás que el colesterol del huevo no tiene impacto en la sangre.

Inscribirme



Certificación: ESHE + SEVENGUE

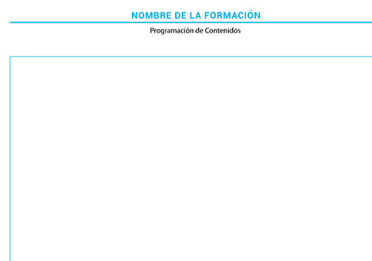


Estos cursos, diplomados y MBA corresponden a formación acreditada directamente por "European School Health Education" además de ir respaldado por el sello de **Asociación SEVENGUE**, inscrita en el **Ministerio del Interior con el número nacional 588.260**, con el objetivo de que, como alumno, pueda utilizarlo para actualizar y mejorar sus competencias profesionales y completar su curriculum, además de utilizar esta formación "No Acreditada" en los distintos baremos públicos que incluyen este apartado. No se otorga con estos programas ningún título acreditado por Universidad u otro organismo oficial.

Este sería un ejemplo del diploma emitido únicamente por **ESHE** en colaboración con la **Asociación SEVENGUE** de las actividades formativas:



Parte delantera del diploma



Parte trasera del diploma

¿A quién va dirigido?

Esta formación online está dirigida a todo aquel **personal universitario** con categorías profesionales como pueden ser:

- Grado en Enfermería.
- Grado en Medicina.
- Grado en Fisioterapia.
- Grado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.
- Grado en Farmacia.
- Grado en Psicología.
- Grado en Genética.
- Grado en Bioinformática.

- Grado en Biología Humana.
- Grado en Biología Sanitaria.
- Grado en Biomedicina.
- Grado en Biomedicina Básica y Experimental.
- Grado en Ciencias Biomédicas.
- Grado en Logopedia.
- Grado en Odontología.

- Grado en Nutrición Humana y Dietética.
- Grado en Ciencia y Tecnología de los Alimentos.
- Grado en Óptica y Optometría.
- Grado en Óptica, Optometría y Audiología.
- Grado en Podología.
- Grado en Terapia Ocupacional.

De la misma forma este programa formativo a distancia también está dirigido a todos aquellos **auxiliares o técnicos superiores** con categorías profesionales como pueden ser:

- Técnico Superior en Anatomía Patológica Y Citología.
- Técnico Superior en Higiene Bucodental.
- Técnico Superior en Laboratorio de Diagnóstico Clínico.

- Técnico Superior en Medicina Nuclear.
- Técnico Superior en Radiodiagnóstico.
- Técnico Superior en Radioterapia.

- Técnico en Cuidados Auxiliares Enfermería.
- Técnico Auxiliar de Farmacia.

Objetivos

Generales

¿Cuál es la función que cumple el huevo?

El huevo protege tu corazón gracias a una proteína que contiene en especial en la yema que bloquea la agregación

de plaquetas (células responsables de la coagulación de la sangre), disminuye la posibilidad de un ataque cardíaco. Consumir huevo en el embarazo es muy importante, ayuda a prevenir defectos de nacimiento.

¿Qué tipo de nutriente es el huevo?

Minerales: es una excelente fuente de hierro, su mayor concentración está en la yema que contiene además fósforo, potasio y magnesio. Vitaminas: se considera al huevo una gran fuente de vitamina A, B12, B1, B2, B3, D, E y ácido fólico. Además de la colina, luteína y zeaxantina.

¿Qué vitaminas tiene el huevo y para qué sirve?

La calidad de la proteína del huevo es la mayor de cualquier alimento integral. Vitaminas como la A, B2, B12, D y E podemos encontrarlas en el huevo y nos proporcionará gran parte de las cantidades diarias recomendadas. Lo mismo sucede con los minerales: Fósforo, Selenio, Hierro, Yodo y Zinc.

¿Qué beneficios tiene la yema de huevo?

La yema posee gran parte de las vitaminas y minerales que convierten el huevo en un alimento de una calidad excepcional. Destaca el calcio, el sodio, el hierro, el potasio, la vitamina B, B12, D y K, entre otras. Sin embargo, existe un compuesto que llama la atención frente al resto: la colina.

¿Cuántas veces se puede comer huevo a la semana?

Los investigadores de dicho estudio recomiendan comer un máximo de 4 o 5 huevos a la semana. Aun así, hay que puntualizar que este límite depende, más que del alimento en sí, de cómo se cocine. No es lo mismo comer un huevo cocido que hacerlo frito en mucho aceite.

¿Qué es lo que más engorda del huevo?

La mayor parte de la grasa del huevo se encuentra en la yema, si eliminas la yema del huevo duro estarás eliminando alrededor de un 75% de calorías del alimento. La clara del huevo contienen aún aproximadamente la mitad de proteínas de los 6 gramos total de un huevo cocido.

¿Cuántas calorías se deben consumir al día?

Si haces ejercicio diario, suma 250 calorías. Y esas son las calorías aproximadas que debes comer al día. TIP: 7.000 calorías equivalen a 1 kg de grasa corporal. Así que si restas 500 kcal al día o quemas 500, puedes bajar medio kg de grasa por semana.

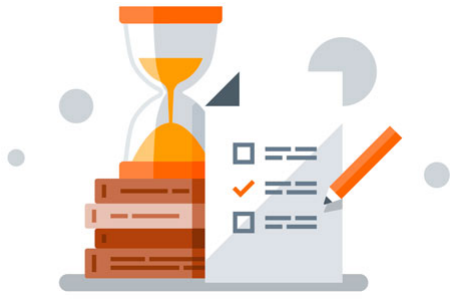
Inscribirme



Requisitos para la inscripción

- DNI, TIE o Pasaporte.
- Documento de pago de tasas de matrícula.

Evaluación



La evaluación estará compuesta de **54 test** de opción alternativa (A/B/C).

El alumno debe finalizar el curso y hacerlo con aprovechamiento de al menos un 50% de los tests planteados en el mismo, que se realizarán a través de la plataforma virtual online.

En caso de no superar el total de las evaluaciones conjuntamente, el alumno dispone de una segunda oportunidad sin coste adicional.

Contenidos

Módulo I: Manipulación de alimentos básica

Tema I. Justificación. Manipuladores de alimentos:

- Justificación. Manipuladores de alimentos.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema II. Peligros alimentarios:

- Peligros alimentarios.

Tema III. Contaminación microbiana de los alimentos:

- Contaminación microbiana de los alimentos.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema IV. Higiene personal:

- Higiene personal.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema V. Salud de los manipuladores:

- Salud de los manipuladores.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema VI. Prácticas higiénicas para la manipulación de alimentos:

- Temperatura y tiempo en los procedimientos culinarios y Contaminación cruzada.

- Aprovisionamiento de agua y Almacenamiento de los alimentos.
- Limpieza, desinfección de las instalaciones, equipos y utensilios y Transporte y distribución de los alimentos.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema VII. Preparación culinaria de los alimentos:

- Preparación culinaria de los alimentos.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema VIII. Reglas de oro de la OMS para la preparación higiénica de los alimentos:

- Reglas de oro de la OMS para la preparación higiénica de los alimentos.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema IX. Sistema de análisis de peligros y puntos de control crítico (APPCC):

- Introducción, Objetivo del sistema APPCC y Beneficios.
- Definiciones.
 - Más definiciones.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema X. Ejemplos de la implantación de un sistema de análisis de peligros y puntos de control crítico en empresas hortofrutícolas (APPCC):

- Introducción.
- Guía práctica de aplicación.
 - Productos hortofrutícolas.
 - Instalaciones.
 - Superficies y utensilios en contacto directo con el producto, el material de envasado y/o el agua potable.
 - Equipos.
 - Personal manipulador y agua en contacto directo con el producto.
 - Tratamientos químicos postcosecha de productos hortofrutícolas.
 - Envases y materiales de envasado de producto final.
 - Carga y transporte del producto final.
- Documentación del sistema APPCC.
- Verificación del sistema APPCC y Legislación.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Módulo II: Huevos y derivados

Tema I. El huevo y la alimentación:

- El huevo y la alimentación.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema II. Partes que forman el huevo:

- Partes que forman el huevo.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema III. Microbiología de los huevos:

- Microbiología de los huevos.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema IV. Procesos higiénicos:

- Introducción.
- Pretratamientos.
- Pasteurización.
- Pasteurización HTST.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema V. Los ovoproductos. Derivados del huevo:

- Introducción.
- Ventajas, tipos, aplicaciones y clasificación.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema VI. Alteraciones de los huevos:

- Alteraciones de los huevos.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema VII. Tratamiento de huevos:

- Tratamiento de huevos.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema VIII. Aspectos higiénico-sanitarios:

- El huevo y la salmonella.
- Envasado y etiquetado.
- Métodos de diagnóstico y los huevos comercializados.

- Resumen.
- Autoevaluación.

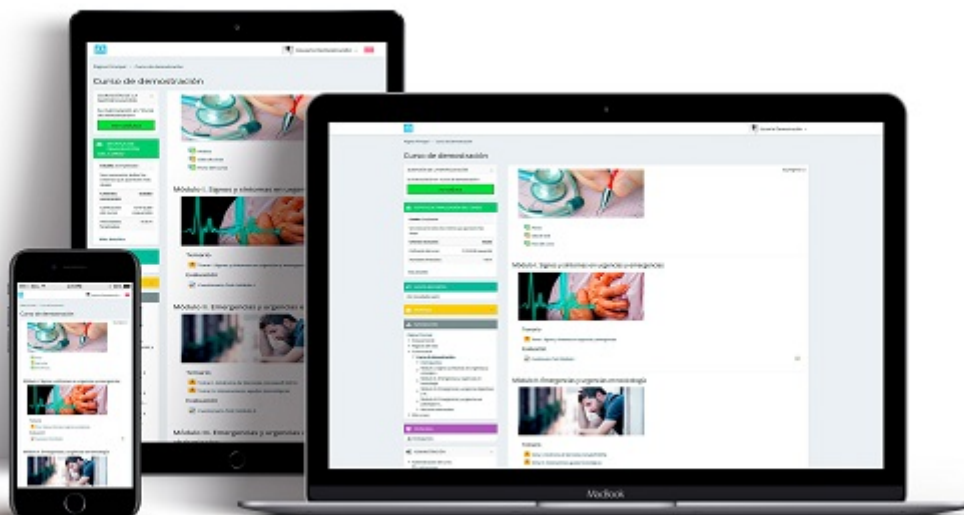
Tema IX. Garantías de la inocuidad y calidad del huevo:

- Garantías de la inocuidad y calidad del huevo.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema X. Control de calidad:

- Control de calidad.
- 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

