



# Nutrición y dietética

**Sku:** 0468\_V2

**Horas:** 50

## OBJETIVOS

¿Cuáles son las funciones de los nutrientes esenciales? ¿Cómo se lleva a cabo el proceso digestivo? ¿Cómo se puede evaluar el estado nutricional de una persona? ¿Qué tipos de dietas existen?

## CONTENIDOS

UNIDAD DIDÁCTICA 1: NUTRICIÓN Y DIETÉTICA 1.1 La nutrición 1.2 Las funciones de los nutrientes 1.3 Los nutrientes esenciales 1.3.1 Proteínas 1.3.2 Hidratos de carbono 1.3.3 Lípidos 1.3.4 Minerales 1.3.5 Vitaminas 1.4 La dieta del adulto sano 1.5 La rueda de los alimentos UNIDAD DIDÁCTICA 2: ETAPAS DEL PROCESO DIGESTIVO 2.1 El aparato digestivo 2.1.1 Funciones del aparato digestivo 2.2 Etapas del proceso digestivo 2.2.1 Digestión en la boca 2.2.2 Digestión en el estómago 2.2.3 Digestión intestinal 2.2.4 Transporte hasta los tejidos 2.2.5 Difusión por los tejidos 2.2.6 Absorción celular UNIDAD DIDÁCTICA 3: EVALUACIÓN NUTRICIONAL 3.1 Directrices dietéticas generales recomendadas 3.2 Evaluación nutricional 3.2.1 Instrumentos utilizados en estudios antropométricos 3.2.2 Métodos de evaluación 3.3 Términos que describen el estado nutricional UNIDAD DIDÁCTICA 4: ELABORACIÓN DE DIETAS 4.1 Concepto de dieta 4.2 Dieta basal 4.3 Dieta de fácil masticación 4.4 Dieta triturada 4.5 Dieta líquida 4.6 Dieta semiblanda 4.7 Dieta blanda 4.8 Dieta personalizada 4.9 Dieta opcional UNIDAD DIDÁCTICA 5: ENFERMEDADES ASOCIADAS A LA NUTRICIÓN 5.1 Desnutrición 5.2 Obesidad 5.3 Bulimia 5.4 Anorexia nerviosa 5.5 Sobreingesta compulsiva 5.6 Alteraciones del sistema digestivo alto 5.7 Alteraciones intestinales UNIDAD DIDÁCTICA 6: NUTRICIÓN EN LAS DISTINTAS ETAPAS DE LA VIDA 6.1 Embarazo 6.2 Lactancia 6.3 Niños 6.3.1 Bebés 6.3.2 Niños de 1 a 3 años 6.3.3 Niños de 4 a 6 años 6.3.4 Preescolar y escolar 6.4 Adolescencia 6.5 Personas mayores 6.5.1 Recomendaciones para un correcto proceso nutricional