



SANP0007. Salud, nutrición y dietética

Sku: PD_SANP0007

Horas: 50

OBJETIVOS

- Conocer los aspectos fundamentales de la nutrición de una persona y las propiedades de aquellos alimentos que la componen en las distintas etapas de su vida.
- Comprender la estructura y el funcionamiento de los aparatos digestivo y endocrino.
- Identificar las principales patologías que afectan a ambos sistemas y sus manifestaciones clínicas.
- Analizar la relación entre los sistemas digestivo y endocrino en el mantenimiento de la homeostasis.
- Desarrollar la capacidad de reconocer los mecanismos fisiopatológicos subyacentes a las disfunciones de estos aparatos.
- Comprender los conceptos básicos relacionados con la alimentación y la nutrición.
- Identificar los diferentes tipos de nutrientes y sus funciones en el organismo.
- Reconocer la importancia de los hábitos alimentarios saludables en la prevención de enfermedades.
- Analizar el proceso de nutrición y los factores que influyen en el bienestar físico.
- Comprender la composición de los diferentes grupos de alimentos y su impacto en la salud.
- Identificar los nutrientes esenciales presentes en cada tipo de alimento y su función en el organismo.
- Analizar los métodos de conservación de alimentos y sus efectos sobre la calidad nutricional.
- Evaluar críticamente la información nutricional para tomar decisiones alimentarias informadas.
- Comprender la relación entre alimentación y salud, identificando cómo una dieta equilibrada influye en el bienestar general.
- Reconocer los principios del equilibrio nutritivo y cómo aplicarlos en la vida cotidiana.
- Identificar los nutrientes esenciales y su valor energético, así como su impacto en la dieta diaria.
- Desarrollar la capacidad de evaluar la veracidad de información relacionada con mitos y errores comunes sobre la alimentación.
- Aplicar los conocimientos adquiridos para elaborar guías dietéticas o alimentarias que promuevan una alimentación saludable y balanceada.
- Comprender los principios fundamentales de la dietoterapia aplicada a diversas patologías y etapas de la vida.

- Identificar las distintas dietas terapéuticas y sus aplicaciones específicas según el estado de salud de cada persona.
- Analizar cómo adaptar planes nutricionales a las necesidades individuales de las personas con condiciones de salud particulares.
- Desarrollar habilidades para diseñar intervenciones dietéticas personalizadas que contribuyan al tratamiento y prevención de enfermedades.

CONTENIDOS

Unidad 1. Fundamentos de anatomía, fisiopatología y patologías digestivas y endocrinas

- 1 Introducción a la anatomía y fisiopatología de los aparatos digestivo y endocrino
- 2 Conocimiento del sistema digestivo
 - 2.1 Funcionamiento del aparato digestivo
- 3 Conocimiento acerca de las patologías digestivas
 - 3.1 Patologías con síntomas gastrointestinales
- 4 Conocimiento acerca del sistema endocrino
 - 4.1 Funcionamiento del sistema endocrino
- 5 Conocimiento acerca de las patologías endocrinas
 - 5.1 Diabetes mellitus
 - 5.2 Hipertiroidismo e hipotiroidismo
 - 5.3 Enfermedad de Addison
 - 5.4 Enfermedades de las glándulas suprarrenales (insuficiencia suprarrenal)
 - 5.5 Enfermedad de Cushing: concepto, causas, diagnóstico y tratamiento
- 6 Relación entre el sistema digestivo y endocrino en el mantenimiento de la homeostasis

Unidad 2. Alimentación y nutrición

- 1 Conocimiento básico sobre alimentación y nutrición
- 2 Identificación de los principios de nutrición
 - 2.1 Los nutrientes micronutrientes y macronutrientes
- 3 Conocimiento acerca de carbohidratos y fibra dietética
 - 3.1 Fibra dietética
- 4 Conocimiento acerca de los lípidos, proteínas, vitaminas y minerales
 - 4.1 Lípidos
 - 4.2 Proteínas
 - 4.3 Vitaminas
 - 4.4 Minerales
- 5 Conocimiento de la importancia del agua
- 6 Identificación del proceso de nutrición
- 7 Importancia de los hábitos alimentarios en la prevención de enfermedades

Unidad 3. Composición de los elementos

- 1 Categorización de los diferentes grupos de alimentos
- 2 Conocimiento acerca de los alimentos y su composición

- 3 Clasificación de los alimentos
- 4 Identificación de los alimentos de servicio
- 5 Identificación de alimentos nuevos
- 6 Identificación de los aditivos alimentarios
- 7 Conocimiento acerca de la leche y productos lácteos
- 8 Conocimiento acerca de las carnes, huevos y pescados Carnes
 - 8.1 Conocimiento acerca de las carnes, huevos y pescados Huevos
 - 8.2 Conocimiento acerca de las carnes, huevos y pescados Pescados
- 9 Conocimiento acerca de legumbres, tubérculos y frutos secos
- 10 Conocimiento de las hortalizas y frutas Hortalizas
 - 10.1 Conocimiento de las hortalizas y frutas Frutas
- 11 Conocimiento de las grasas y aceites
- 12 Conocimiento sobre alimentos funcionales y su impacto en la salud I
 - 12.1 Conocimiento sobre alimentos funcionales y su impacto en la salud II
- 13 Alimentos ultraprocesados y su repercusión en la salud
- 14 Conservación de alimentos métodos naturales y técnicas industriales

Unidad 4. Equilibrio nutritivo y alimentación saludable

- 1 Relación entre alimentación y salud
- 2 Aplicación de una alimentación saludable
 - 2.1 Plato de Harvard descripción y composición
- 3 Conocimiento de las normas que rigen el equilibrio nutritivo
- 4 Identificación de características del equilibrio nutritivo
- 5 Identificación de las principales relaciones entre energía y nutrientes
 - 5.1 Valor energético de los diferentes nutrientes
- 6 Consecución de un equilibrio alimentario
- 7 Elaboración de guías alimentarias o dietéticas
- 8 Conocimiento de la dieta mediterránea
- 9 Comprensión de la importancia de la alimentación y su relación con la salud
- 10 Identificación de los mitos y errores sobre la alimentación
- 11 Capacidad de identificación de alimentos adecuados para una alimentación saludable

Unidad 5. Dietoterapia y nutrición en diferentes patologías y etapas de la vida

- 1 Relación entre alimentación y salud
- 2 Conocimiento de dietas terapéuticas
- 3 Conocimiento de dietoterapia
- 4 Conocimiento de dieta de protección gástrica
- 5 Conocimiento de dieta astringente
- 6 Conocimiento de dieta para pacientes diabéticos insulín dependientes o con hipoglucemias orales
- 7 Conocimiento de dieta hipocalórica
- 8 Conocimiento de dieta para la insuficiencia renal crónica
- 9 Conocimiento de dieta de protección biliar
- 10 Conocimiento de dieta para dislipemias
- 11 Conocimiento de dieta baja en sodio
- 12 Nutrición enteral y parenteral

- 13 Valoración de los principios básicos de la nutrición en cada grupo de población
- 14 Recomendaciones dietéticas para personas con trastornos alimentarios
- 15 Dietas personalizadas y su importancia en el tratamiento de enfermedades crónicas