

## NUTRICIÓN Y DIETÉTICA



**Área:** Sin clasificar  
**Modalidad:** Teleformación  
**Duración:** 110 h  
**Precio:** Consultar

[Curso Bonificable](#)  
[Contactar](#)  
[Recomendar](#)  
[Matricularme](#)

### OBJETIVOS

Elaborar menús en un comedor escolar, basándose en conceptos fundamentales para una correcta alimentación.

### CONTENIDOS

1. INTRODUCCIÓN: DIETÉTICA Y NUTRICIÓN 1.1. Presentación del curso. 1.2. Explicación de los materiales didácticos entregados, bibliografía específica y recursos complementarios. 1.3. Conceptos fundamentales: alimentación, alimento, nutrición, nutrientes, digestión, caloría y dieta... 2. LOS HABITOS ALIMENTARIOS 2.1. Los hábitos de la alimentación. 3. LA DIETA 3.1. Necesidades nutrientes de los niños y adolescentes. 3.2. Componentes esenciales de una dieta: los nutrientes. 3.3. La dieta equilibrada. 4. LA ALIMENTACIÓN EN LOS CENTROS ESCOLARES 4.1. Alimentación: necesidades por edad y raciones. 4.2. Los menús en la escuela: planificación de menús. 4.3. El tratamiento de la diversidad de la alimentación. 4.4. Alteraciones de la salud relacionadas con la alimentación. 4.5. Dietas especiales. 4.4. Conclusiones y evaluación de la acción formativa. 5. TRASTORNOS DE CONDUCTA ALIMENTARIA 5.1. Anorexia nerviosa. 5.2. Bulímica nerviosa. 5.3. Otros trastornos relacionados con la conducta alimentaria

### METODOLOGIA

- **Total libertad de horarios** para realizar el curso desde cualquier ordenador con conexión a Internet, **sin importar el sitio desde el que lo haga**. Puede comenzar la sesión en el momento del día que le sea más conveniente y dedicar el tiempo de estudio que estime más oportuno.
- En todo momento contará con un el **asesoramiento de un tutor personalizado** que le guiará en su proceso de aprendizaje, ayudándole a conseguir los objetivos establecidos.
- **Hacer para aprender**, el alumno no debe ser pasivo respecto al material suministrado sino que debe participar, elaborando soluciones para los ejercicios propuestos e interactuando, de forma controlada, con el resto de usuarios.
- **El aprendizaje se realiza de una manera amena y distendida**. Para ello el tutor se comunica con su alumno y lo motiva a participar activamente en su proceso formativo. Le facilita resúmenes teóricos de los contenidos y, va controlando su progreso a través de diversos ejercicios como por ejemplo: test de autoevaluación, casos prácticos, búsqueda de información en Internet o participación en debates junto al resto de compañeros.
- **Los contenidos del curso se actualizan para que siempre respondan a las necesidades reales del mercado**. El departamento multimedia incorpora gráficos, imágenes, videos, sonidos y elementos interactivos que complementan el aprendizaje del alumno ayudándole a finalizar el curso con éxito.

### REQUISITOS



Los requisitos técnicos mínimos son:

- Navegador Microsoft Internet Explorer 5.5 o superior, con plugin de Flash, cookies y JavaScript habilitados.  
No se garantiza su óptimo funcionamiento en otros navegadores como Firefox, Netscape, Mozilla, etc.
- Resolución de pantalla de 800x600 y 16 bits de color o superior.
- Procesador Pentium II a 300 Mhz o superior.
- 32 Mbytes de RAM o superior.