DOBLE TITULACIÓN

MAESTRÍA INTERNACIONAL EN NUTRICIÓN Y DIETÉTICA VEGETARIANA

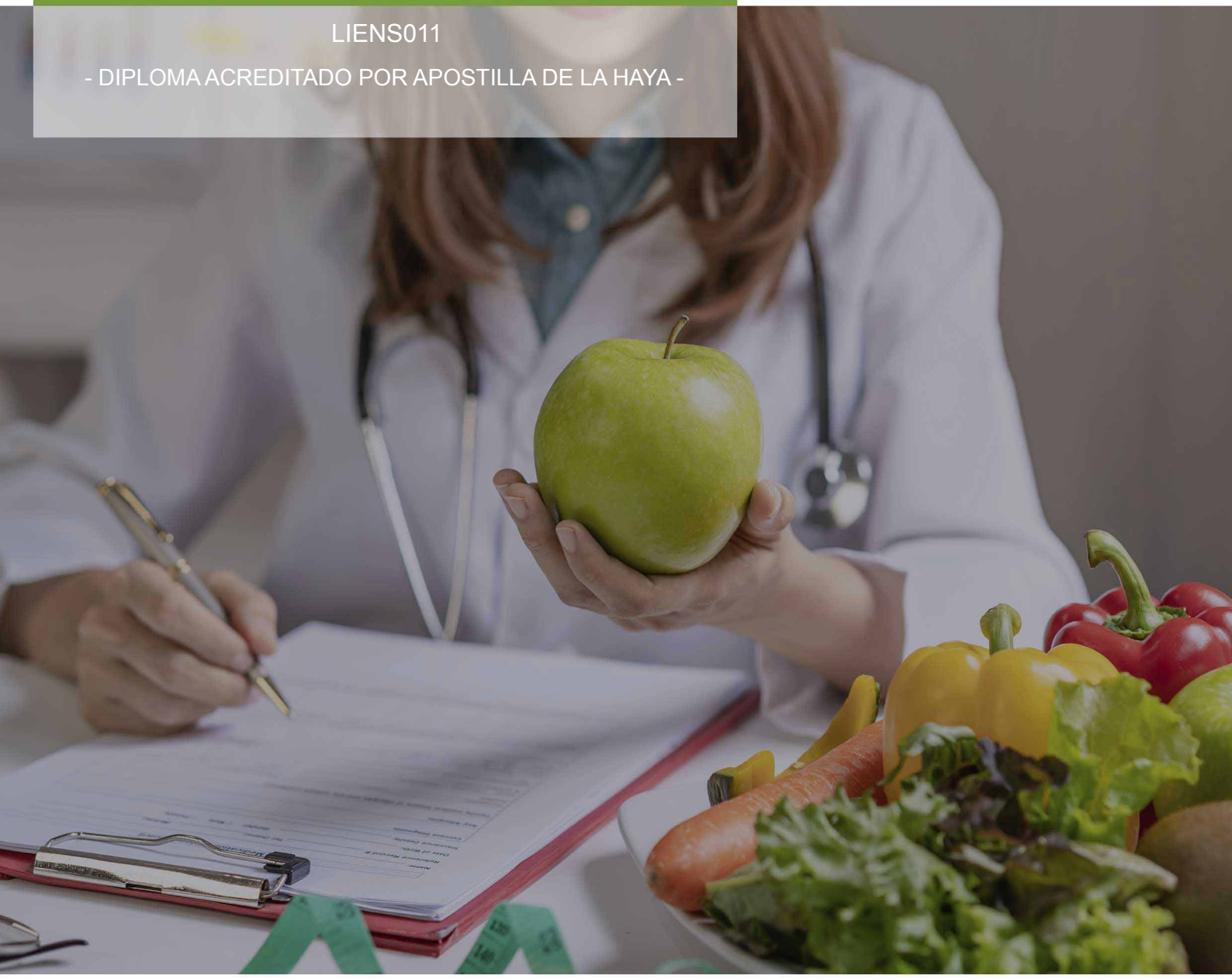
+

MAESTRÍA INTERNACIONAL EN HERBODIETÉTICA

Instituto Europeo de
NUTRICIÓN Y SALUD

LIENS011

- DIPLOMA ACREDITADO POR APOSTILLA DE LA HAYA -



CUM LAUDE

ESPAÑA
NIHIL PRIUS FIDE
NOTARIO

MAESTRÍA INTERNACIONAL EN NUTRICIÓN Y DIETÉTICA VEGETARIANA + MAESTRÍA INTERNACIONAL EN HERBODIETÉTICA

Instituto Europeo de NUTRICIÓN Y SALUD

DESTINATARIOS

El Programa está especialmente diseñado para aquellas personas que estén interesadas en adquirir conocimientos sobre **Nutrición, Dietética Vegetariana y Herbodietética** y que quieran asegurarse un recorrido ascendente en esta área, con una especial elevación y consolidación de competencias.

Permite conocer las bases biológicas de la nutrición, la composición de los alimentos, el valor energético de los alimentos, las necesidades nutricionales en las distintas etapas de la vida, las patologías vinculadas a una mala alimentación, las dietas, la dieta vegetariana, los alimentos propios de la dieta vegetariana y la dieta vegetariana y salud, entre otros conceptos relacionados con el tema. Además, al final de cada unidad didáctica el alumno/a encontrará ejercicios de autoevaluación que le permitirá hacer un seguimiento del curso de forma autónoma, basándose en los resultados obtenidos en los ejercicios.

El alumno recibirá acceso a un curso inicial donde encontrará información sobre la metodología de aprendizaje, la titulación que recibirá, el funcionamiento del Campus Virtual, qué hacer una vez el alumno haya finalizado e información sobre Grupo Esneca Formación. Además, el alumno dispondrá de un servicio de **clases en directo**.

FICHA TÉCNICA

CARGA HORARIA
600H

MODALIDAD
ONLINE
*La modalidad incluye módulos con clases en directo

CURSO INICIAL
ONLINE

TUTORIAS
PERSONALIZADAS

IDIOMA
CASTELLANO

DURACIÓN
HASTA UN AÑO
*Prorrogable

IMPORTE

VALOR ORIGINAL: ~~3500$~~
VALOR ACTUAL: 1750$
*Importe expresado en Dólares Americanos

CERTIFICACIÓN OBTENIDA

Una vez finalizados los estudios y superadas las pruebas de evaluación, el alumno recibirá un diploma que certifica el "**MAESTRÍA INTERNACIONAL EN NUTRICIÓN Y DIETÉTICA VEGETARIANA + MAESTRÍA INTERNACIONAL EN HERBODIETÉTICA**", del INSTITUTO EUROPEO DE NUTRICIÓN Y SALUD.

Los diplomas llevan el sello de **Notario Europeo** que da fe de la validez, contenidos y autenticidad del título a nivel nacional e internacional. Además, dispone del reconocimiento **Cum Laude**. Este distintivo lo otorga Emagister a los centros educativos y escuelas de negocios, que hayan recibido la mejor valoración de los servicios formativos prestados por los estudiantes.

Los diplomas llevan la Apostilla de la Haya, mediante la que se reconoce y garantiza la autenticidad y validez del Diploma en cualquier país firmante del convenio.

CONTENIDO FORMATIVO

PARTE 1. NUTRICIÓN VEGETARIANA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. BASES BIOLÓGICAS DE LA NUTRICIÓN

1. Conceptos básicos
2. Fisiología y anatomía del aparato digestivo
    - Boca
    - Faringe
    - Esófago
    - Estómago
    - Intestino delgado
    - Intestino grueso
    - Páncreas
    - Hígado
    - Vesícula biliar
3. El proceso de digestión
    - Hiperpermeabilidad

UNIDAD DIDÁCTICA 2. LA COMPOSICIÓN DE LOS ALIMENTOS

1. Hidratos de carbono o glúcidos
    - Monosacáridos
    - Disacáridos
    - Polisacáridos
2. Lípidos
    - Funciones
3. Proteínas
    - Aminoácidos
4. Vitaminas
5. Minerales
    - Micronutrientes mayoritarios
    - Micronutrientes minoritarios
6. Agua

UNIDAD DIDÁCTICA 3. TABLAS DE COMPOSICIÓN DE LOS ALIMENTOS

1. Tablas de composición de alimentos
    - Información de las tablas de composición de alimentos
    - Utilidad de las tablas de composición de los alimentos
2. Ejemplos de tablas de composición de los alimentos

UNIDAD DIDÁCTICA 4. EL VALOR ENERGÉTICO DE LOS ALIMENTOS

1. Introducción al valor energético de los alimentos
2. Las necesidades energéticas del ser humano adulto
    - Metabolismo basal
    - La actividad física
    - Acción dinámica específica (ADE)
3. Las necesidades energéticas totales según la FAO
    - Correcciones

UNIDAD DIDÁCTICA 5. NECESIDADES NUTRICIONALES EN LAS DISTINTAS ETAPAS DE LA VIDA

1. Necesidades nutricionales durante el embarazo
    - Energía
    - Proteínas
    - Lípidos
    - Vitaminas
    - Minerales
2. Necesidades nutricionales durante la lactancia
    - El vegetarianismo en mujeres embarazadas y lactantes
3. Necesidades nutricionales en el lactante
    - Los bebés vegetarianos
4. 4. Necesidades nutricionales en la infancia
    - Niños de 1 a 3 años
    - Niños de 4 a 6 años
    - Niños de 7 a 12 años
    - El vegetarianismo en niños
5. Necesidades nutricionales en la adolescencia
    - El vegetarianismo en adolescentes
6. Necesidades nutricionales en el envejecimiento
    - Las personas mayores vegetarianas

UNIDAD DIDÁCTICA 6. PATOLOGÍAS VINCULADAS A UNA MALA ALIMENTACIÓN

1. Introducción a las patologías
2. Obesidad
    - Recomendaciones de la OMS para la prevención de la obesidad
3. Diabetes Mellitus tipo II
    - Recomendaciones específicas de la OMS para la enfermedad
4. Enfermedades cardiovasculares
    - Recomendaciones de la OMS para la prevención de enfermedades cardiovasculares
5. Neoplasias
    - Neoplasia de mama
    - Neoplasia de endometrio
    - Neoplasia de hígado
    - Recomendaciones de la OMS para la prevención del cáncer
6. Osteoporosis
    - Recomendaciones de la OMS para la prevención de la osteoporosis

UNIDAD DIDÁCTICA 7. LAS DIETAS

1. Introducción a las dietas
2. La pirámide alimentaria
3. Dieta equilibrada
    - Características de la dieta equilibrada
4. La dieta mediterránea
    - Decálogo de la dieta mediterránea
    - ¿Qué características tiene la dieta mediterránea?
    - ¿Qué alimentos constituyen la dieta mediterránea?
5. Las dietas milagro
    - Clasificación de las dietas milagro

- Efectos secundarios causados por la reducción energética drástica

6. Mitos en nutrición y dietética

UNIDAD DIDÁCTICA 8. LA DIETA VEGETARIANA

1. Introducción al vegetarianismo
2. Pirámide alimentaria vegetariana
3. Ventajas y desventajas de la dieta vegetariana
4. Consejos de alimentación sana para los vegetarianos
5. Ejemplos de menús vegetarianos
   - Menú vegetariano I
   - Menú vegetariano II

UNIDAD DIDÁCTICA 9. ALIMENTOS PROPIOS DE LA DIETA VEGETARIANA

1. Legumbres
   - Composición química de las legumbres
   - Valor nutritivo de las leguminosas
   - Componentes con actividad funcional de la soja
2. Cereales y derivados
   - Trigo
   - Otros cereales. Composición y valor nutritivo
   - Derivados de los cereales
3. Verduras y hortalizas
   - Clasificación de verduras y hortalizas
   - Composición de verduras y hortalizas
   - Valor nutritivo de verduras y hortalizas
4. Frutas y frutos secos
   - Clasificación
   - Frutas carnosas
   - Frutos secos
5. Grasas vegetales
   - Aceite de oliva
   - Grasas y aceites de frutos y semillas oleaginosas
6. Huevo
   - Estructura del huevo
   - Composición del huevo
   - Valor nutritivo del huevo
7. Leche y derivados lácteos
   - Valor nutritivo de la leche
   - Derivados lácteos
8. Setas y algas
9. Alimentos fundamentales de las dietas vegetarianas

UNIDAD DIDÁCTICA 10. DIETA VEGETARIANA Y SALUD

1. El vegetarianismo y la salud
2. Consideraciones nutricionales para vegetarianos
3. Beneficios de la dieta vegetariana para la salud
4. Los profesionales en dietética vegetariana

PARTE 2. HERBODIETÉTICA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. CONCEPTOS Y DEFINICIONES

1. Concepto de bromatología
2. Concepto de alimentación
3. Concepto de nutrición
4. Concepto de alimento
5. Concepto de nutriente
6. Concepto de dietética
7. Concepto de dieta
8. Concepto de ración
9. Concepto de dietista-nutricionista
10. Concepto de salud
11. Concepto de enfermedad

UNIDAD DIDÁCTICA 2. CLASIFICACIÓN DE ALIMENTOS Y NUTRIENTES. GUÍAS ALIMENTARIAS

1. Clasificación de los alimentos
2. Clasificación de nutrientes
3. Necesidades de nutrientes: pirámide nutricional

UNIDAD DIDÁCTICA 3. EL SISTEMA DIGESTIVO

1. Conceptos básicos
2. Anatomía y fisiología del aparato digestivo
3. Proceso de la digestión

UNIDAD DIDÁCTICA 4. NECESIDADES NUTRICIONALES

1. Transformaciones energéticas celulares
2. Unidades de medida de la energía
3. Necesidades energéticas del adulto sano
4. Valor calórico de los alimentos

UNIDAD DIDÁCTICA 5. HIDRATOS DE CARBONO

1. Definición y generalidades
2. Clasificación
3. Funciones
4. Metabolismo de los hidratos de carbono
5. La fibra dietética

UNIDAD DIDÁCTICA 6. LÍPIDOS

1. Definición y generalidades
2. Funciones
3. Distribución
4. Clasificación
5. Metabolismo lipídico

UNIDAD DIDÁCTICA 7. PROTEÍNAS

1. Definición y generalidades
2. Aminoácidos
3. Proteínas

4. Metabolismo de las proteínas
5. Necesidades de proteínas
6. Valor proteico de los alimentos
7. Enfermedades relacionadas con las proteínas

UNIDAD DIDÁCTICA 8. VITAMINAS

1. Introducción
2. Funciones
3. Clasificación
4. Necesidades reales y complejos vitamínicos

UNIDAD DIDÁCTICA 9. MINERALES

1. Introducción
2. Clasificación
3. Características generales de los minerales
4. Funciones generales de los minerales

UNIDAD DIDÁCTICA 10. IMPORTANCIA NUTRICIONAL DEL AGUA

1. Introducción y características del agua
2. El agua en el cuerpo humano
3. Recomendaciones sobre el consumo de agua
4. Trastornos relacionados con el consumo de agua
5. Contenido de agua en los alimentos

MÓDULO 2. ESTUDIO DE LOS ALIMENTOS

UNIDAD DIDÁCTICA 1. VALOR NUTRITIVO Y COMPOSICIÓN DE LOS ALIMENTOS (I)

1. Valor nutritivo de los alimentos
2. Clasificación de los alimentos
3. Alimentos de origen animal

UNIDAD DIDÁCTICA 2. VALOR NUTRITIVO Y COMPOSICIÓN DE LOS ALIMENTOS (II)

1. Alimentos de origen vegetal
2. Otros alimentos

UNIDAD DIDÁCTICA 3. MANIPULACIÓN DE LOS ALIMENTOS

1. Introducción
2. Higiene de los alimentos

UNIDAD DIDÁCTICA 4. TRATAMIENTO CULINARIO DE LOS ALIMENTOS

1. Operaciones a temperatura ambiente
2. Operaciones de cocción

UNIDAD DIDÁCTICA 5. CONSERVACIÓN DE LOS ALIMENTOS

1. Conservación de los alimentos
1. Clasificación de los métodos de conservación de los alimentos
2. Métodos físicos
3. Métodos químicos

4. Tecnologías emergentes
5. Consejos en la adquisición de alimentos
6. Consumo responsable
7. Los hábitos alimenticios: origen y cambio

UNIDAD DIDÁCTICA 6. TCA Y BDN, INGESTAS RECOMENDADAS Y ETIQUETADO DE ALIMENTOS

1. Tablas de composición de los alimentos y Bases de datos nutricionales
2. Ingestas recomendadas
3. Etiquetado de los alimentos

MÓDULO 3. ELABORACIÓN DE DIETAS. DIETOTERAPIA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. LA DIETA

1. Introducción
2. Dieta equilibrada
3. Principales relaciones entre energía y nutrientes
4. Aportes dietéticos recomendados
5. La dieta mediterránea
6. Dieta equilibrada comiendo fuera de casa
7. Mitos en nutrición y dietética

UNIDAD DIDÁCTICA 2. TABLA DE COMPOSICIÓN DE ALIMENTOS I

1. Qué son las tablas de composición de alimentos
2. Tablas de composición de alimentos
    - Tablas de composición de alimentos. Cereales
    - Tablas de composición de alimentos. Leguminosas
    - Tablas de composición de alimentos. Tubérculos y hortalizas
    - Tablas de composición de alimentos. Frutas
    - Tablas de composición de alimentos. Frutos secos
    - Tablas de composición de alimentos. Leche y derivados.
    - Tablas de composición de alimentos. Huevos

UNIDAD DIDÁCTICA 3. TABLA DE COMPOSICIÓN DE ALIMENTOS II

1. Tablas de composición de alimentos
    - Tablas de composición de alimentos. Azúcares y dulces varios
    - Tablas de composición de alimentos. Aceites y grasas
    - Tablas de composición de alimentos. Pescados
    - Tablas de composición de alimentos. Carne

UNIDAD DIDÁCTICA 4. VALORACIÓN DEL ESTADO NUTRICIONAL

2. Entrevista con el paciente
3. Evaluación dietética
4. Evaluación clínica
5. Evaluación antropométrica
6. Evaluación bioquímica
7. Evaluación inmunológica

UNIDAD DIDÁCTICA 5. DIETAS EN ESTADOS FISIOLÓGICOS

1. La mujer embarazada
2. La mujer en el momento de lactancia
3. La infancia
4. Necesidades nutricionales en el primer año de vida
5. Niño preescolar de 1 3 años de edad
6. Niños de 4 - 6 años de edad
7. Niño escolar de 7 - 12 años de edad
8. La adolescencia
9. Necesidades y recomendaciones nutricionales
10. El adulto sano
11. La mujer con menopausia
12. El anciano

UNIDAD DIDÁCTICA 6. DIETAS EN DIFERENTES ESTADOS PATOLÓGICOS

1. Dieta hiposódica
2. Dieta hipocalórica
3. Dieta hipercalórica
4. Dieta y anemia
5. Dieta baja en azúcar
6. Dieta para la osteoporosis
7. Dieta astringente
8. Dieta de protección gástrica. Antiulcerosa común
9. Dieta pobre en grasa. Protección Biliar
10. Dieta laxante
11. Dieta para reducir el ácido úrico. Hiperuricemia

ANEXOS

1. Dieta hiposódica
2. Dieta hipocalórica
3. Dieta hipocalórica I
4. Dieta hipocalórica II
5. Ejemplo de dieta hipocalórica III
6. Dieta baja en azúcar
7. Dieta astringente moderada
8. Dieta pobre en grasa
9. Dieta laxante
10. Dieta vegetariana
11. Dieta proteica
12. Dieta ayurvédica
13. Dieta durante el embarazo

PARTE 2. HERBODIETÉTICA Y FITOTERAPIA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. INTRODUCCIÓN A LA FITOTERAPIA

1. Definición de conceptos
2. Evolución histórica de la Fitoterapia
3. Conceptos básicos actuales en Fitoterapia
4. Medicamentos de síntesis química y plantas medicinales
5. La utilización de las plantas medicinales
6. Legislación

UNIDAD DIDÁCTICA 2. CONSTITUYENTES DE LAS PLANTAS MEDICINALES

1. Principios activos
2. Partes de las plantas medicinales que se pueden utilizar
3. Clasificación de las plantas medicinales

UNIDAD DIDÁCTICA 3. ADMINISTRACIÓN DE LAS PLANTAS MEDICINALES

1. Cultivo, recolección y conservación de las plantas medicinales
2. Técnicas de preparación de las plantas medicinales
3. Dosificación de las plantas medicinales
4. Calidad, eficacia y seguridad en la utilización de plantas medicinales
5. Otros usos de las plantas medicinales

UNIDAD DIDÁCTICA 4. HERBODIETÉTICA (I)

1. Introducción
2. Plantas medicinales de la letra A a la letra F

UNIDAD DIDÁCTICA 5. HERBODIETÉTICA (II)

1. Introducción
2. Plantas medicinales de la letra G a la letra Z