



# INESEM

BUSINESS SCHOOL

## ***Curso Práctico de Elaboración de Dietas Personalizadas***

**+ Información Gratis**

titulación de formación continua bonificada expedida por el instituto europeo de estudios empresariales

# Curso Práctico de Elaboración de Dietas Personalizadas

**duración total:** 200 horas

**horas teleformación:** 100 horas

**precio:** 0 € \*

**modalidad:** Online

\* hasta 100 % bonificable para trabajadores.

## descripción

Hoy en día, las personas nos preocupamos más por llevar una vida más saludable y equilibrada, y para eso necesitamos llevar una dieta acorde con nuestro estilo de vida, nuestras características físicas y según el metabolismo. Por eso, las personas buscamos a profesionales que entiendan sobre la composición de alimentos o la dieta más adecuada según la condición de la persona, este Curso Práctico de Elaboración de Dietas Personalizadas pretende aportar los conocimientos necesarios para que pueda ser capaz de elaborar regímenes acorde con las especificaciones de cada cliente.



+ Información Gratis

## *a quién va dirigido*

Todos aquellos trabajadores y profesionales en activo que deseen adquirir o perfeccionar sus conocimientos técnicos en este área.

## *objetivos*

- Conocer el concepto de dieta, y los distintos tipos de dietas.
- Conocer las tablas de composición de alimentos.
- Realizar una valoración del estado nutricional.
- Identificar la dieta necesaria para cada estado fisiológico y estado patológico.

## *para qué te prepara*

El presente Curso Práctico en Elaboración de Dietas Personalizadas te prepara para obtener las habilidades y conocimientos necesarios para poder llevar a cabo la elaboración de dietas según los estados fisiológicos y estados patológicos de las personas, conociendo las distintas dietas y el valor nutricional de los alimentos.

## *salidas laborales*

Nutrición y Dietética, Gimnasios, Comedores Escolares, Sanidad, Consultas Dietéticas, Centros de Estética.

## titulación

Una vez finalizado el curso, el alumno recibirá por parte de INESEM vía correo postal, la Titulación Oficial que acredita el haber superado con éxito todas las pruebas de conocimientos propuestas en el mismo.

Esta titulación incluirá el nombre del curso/máster, la duración del mismo, el nombre y DNI del alumno, el nivel de aprovechamiento que acredita que el alumno superó las pruebas propuestas, las firmas del profesor y Director del centro, y los sellos de la instituciones que avalan la formación recibida (Instituto Europeo de Estudios Empresariales).



### INSTITUTO EUROPEO DE ESTUDIOS EMPRESARIALES

como centro de Formación acreditado para la impartición a nivel nacional de formación  
EXPIDE LA SIGUIENTE TITULACIÓN

#### NOMBRE DEL ALUMNO/A

con D.N.I. XXXXXXXX ha superado los estudios correspondientes de

#### Nombre de la Acción Formativa

de XXX horas, perteneciente al Plan de Formación INESEM en la convocatoria de XXXX  
Y para que surta los efectos pertinentes queda registrado con número de expediente XXXX- XXXX-XXXX-XXXXXX

Con una calificación de SOBRESALIENTE

Y para que conste expido la presente TITULACIÓN en  
Granada, a (día) de (mes) de (año)

La dirección General

MARIA MORENO HIDALGO

Firma del alumno/a

Sello

NOMBRE DEL ALUMNO/A



## forma de bonificación

- Mediante descuento directo en el TC1, a cargo de los seguros sociales que la empresa paga cada mes a la Seguridad Social.

## metodología

El alumno comienza su andadura en INESEM a través del Campus Virtual. Con nuestra metodología de aprendizaje online, el alumno debe avanzar a lo largo de las unidades didácticas del itinerario formativo, así como realizar las actividades y autoevaluaciones correspondientes. Al final del itinerario, el alumno se encontrará con el examen final, debiendo contestar correctamente un mínimo del 75% de las cuestiones planteadas para poder obtener el título.

Nuestro equipo docente y un tutor especializado harán un seguimiento exhaustivo, evaluando todos los progresos del alumno así como estableciendo una línea abierta para la resolución de consultas.

El alumno dispone de un espacio donde gestionar todos sus trámites administrativos, la Secretaría Virtual, y de un lugar de encuentro, Comunidad INESEM, donde fomentar su proceso de aprendizaje que enriquecerá su desarrollo profesional.

## materiales didácticos

- Manual teórico 'Elaboración de Dietas. Dietoterapia'



## profesorado y servicio de tutorías

Nuestro equipo docente estará a su disposición para resolver cualquier consulta o ampliación de contenido que pueda necesitar relacionado con el curso. Podrá ponerse en contacto con nosotros a través de la propia plataforma o Chat, Email o Teléfono, en el horario que aparece en un documento denominado “Guía del Alumno” entregado junto al resto de materiales de estudio. Contamos con una extensa plantilla de profesores especializados en las distintas áreas formativas, con una amplia experiencia en el ámbito docente.

El alumno podrá contactar con los profesores y formular todo tipo de dudas y consultas, así como solicitar información complementaria, fuentes bibliográficas y asesoramiento profesional. Podrá hacerlo de las siguientes formas:

- **Por e-mail:** El alumno podrá enviar sus dudas y consultas a cualquier hora y obtendrá respuesta en un plazo máximo de 48 horas.

- **Por teléfono:** Existe un horario para las tutorías telefónicas, dentro del cual el alumno podrá hablar directamente con su tutor.

- **A través del Campus Virtual:** El alumno/a puede contactar y enviar sus consultas a través del mismo, pudiendo tener acceso a Secretaría, agilizando cualquier proceso administrativo así como disponer de toda su documentación



### *plazo de finalización*

El alumno cuenta con un período máximo de tiempo para la finalización del curso, que dependerá de la misma duración del curso. Existe por tanto un calendario formativo con una fecha de inicio y una fecha de fin.

### *campus virtual online*

especialmente dirigido a los alumnos matriculados en cursos de modalidad online, el campus virtual de ineseem ofrece contenidos multimedia de alta calidad y ejercicios interactivos.

### *comunidad*

servicio gratuito que permitirá al alumno formar parte de una extensa comunidad virtual que ya disfruta de múltiples ventajas: becas, descuentos y promociones en formación, viajes al extranjero para aprender idiomas...

### *revista digital*

el alumno podrá descargar artículos sobre e-learning, publicaciones sobre formación a distancia, artículos de opinión, noticias sobre convocatorias de oposiciones, concursos públicos de la administración, ferias sobre formación, etc.

### *secretaría*

Este sistema comunica al alumno directamente con nuestros asistentes, agilizando todo el proceso de matriculación, envío de documentación y solución de cualquier incidencia.

Además, a través de nuestro gestor documental, el alumno puede disponer de todos sus documentos, controlar las fechas de envío, finalización de sus acciones formativas y todo lo relacionado con la parte administrativa de sus cursos, teniendo la posibilidad de realizar un seguimiento personal de todos sus trámites con INESEM

## programa formativo

### 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
  - 1.- Tablas de composición de alimentos. Cereales
  - 2.- Tablas de composición de alimentos. Leguminosas
  - 3.- Tablas de composición de alimentos. Tubérculos y hortalizas
  - 4.- Tablas de composición de alimentos. Frutas
  - 5.- Tablas de composición de alimentos. Frutos secos
  - 6.- Tablas de composición de alimentos. Leche y derivados.
  - 7.- Tablas de composición de alimentos. Huevos

### UNIDAD DIDÁCTICA 3. TABLA DE COMPOSICIÓN DE ALIMENTOS II

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

### UNIDAD DIDÁCTICA 4. VALORACIÓN DEL ESTADO NUTRICIONAL

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

### UNIDAD DIDÁCTICA 5. DIETAS EN ESTADOS FISIOLÓGICOS

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