



INESEM

BUSINESS SCHOOL

***Especialista en Nutrición en las Enfermedades
Cardiovasculares***

+ Información Gratis

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

Especialista en Nutrición en las Enfermedades Cardiovasculares

duración total: 200 horas

horas teleformación: 100 horas

precio: 0 € *

modalidad: Online

* hasta 100 % bonificable para trabajadores.

descripción

La enfermedad cardiovascular engloba una serie de dolencias que afectan al corazón y a los vasos sanguíneos. Son varios los procesos, dentro de la alimentación, que influyen de manera decisiva en esta patología cardíaca. Así, con el presente Curso en Especialista en Nutrición en las Enfermedades Cardiovasculares se pretende aportar los conocimientos necesarios acerca de la importancia de cuidar la dieta para mantener un corazón sano. Especialmente en lo que se refiere a la elección adecuada de los alimentos que tienen la capacidad de prevenir, frenar y revertir algunos síntomas, o por el contrario, de rechazar aquellos cuyos componentes puedan ser nocivos para esta patología.



+ 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 los síntomas de las enfermedades cardiovasculares.
- Aprender los aspectos nutricionales de las enfermedades cardiovasculares.
- Describir las recomendaciones dietéticas a seguir para el cuidado del sistema cardiovascular.

para qué te prepara

Resulta de gran importancia conocer los procesos, dentro de la alimentación, que influyen de manera decisiva en las enfermedades cardiovasculares. Este Curso en Especialista en Nutrición en las Enfermedades Cardiovasculares proporciona los conocimientos necesarios para conocer las pautas de alimentación que se deben llevar a cabo para prevenir, frenar y revertir algunos síntomas de esta patología.

salidas laborales

Sanidad.

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 'Nutrición en las Enfermedades Cardiovasculares'



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



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 inesem 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. INTRODUCCIÓN A LAS ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES

- 1.Aspectos generales de las enfermedades cardiovasculares
 - 1.- Principales factores de riesgo
- 2.Tipos de enfermedades cardiovasculares
 - 1.- Cardiopatía isquémica
 - 2.- Cardiopatía coronaria
 - 3.- Accidente cerebrovascular
 - 4.- Aterosclerosis
 - 5.- Infarto de miocardio
 - 6.- Angina de pecho
 - 7.- Muerte súbita

UNIDAD DIDÁCTICA 2. LA INFLUENCIA DE LAS GRASAS QUE FORMAN LA DIETA SOBRE LA SALUD CARDIOVASCULAR

- 1.Las grasas
 - 1.- Las grasas presentes en los alimentos
 - 2.- Las grasas presentes en la sangre
 - 3.- Interacción de los tipos de grasas
- 2.Ácidos grasos trans
- 3.El colesterol
 - 1.- El colesterol presente en los alimentos
 - 2.- El colesterol presente en la sangre

UNIDAD DIDÁCTICA 3. LA INFLUENCIA DE OTROS NUTRIENTES SOBRE LA SALUD CARDIOVASCULAR

- 1.Proteínas
- 2.Hidratos de carbono
- 3.Fibra vegetal
- 4.Antioxidantes

UNIDAD DIDÁCTICA 4. DISLIPEMIAS

- 1.Introducción a la dislipemia
 - 1.- Clasificación
 - 2.- Síntomas y diagnóstico
 - 3.- Dislipemia y riesgo de enfermedades cardiovasculares
- 2.Tratamiento de las dislipemias
 - 1.- Tratamiento dietético
 - 2.- Tratamiento farmacológico
- 3.Alimentos recomendables y no recomendable para las dislipemias

UNIDAD DIDÁCTICA 5. HIPERTENSIÓN ARTERIAL

- 1.La hipertensión arterial como factor de riesgo de las enfermedades cardiovasculares
 - 1.- Causas de la hipertensión arterial
- 2.Nutrición e hipertensión arterial
 - 1.- Factores dietéticos implicados
 - 2.- Dietas efectivas
- 3.El ejercicio físico para combatir la hipertensión arterial
- 4.Tratamiento farmacológico de la hipertensión

UNIDAD DIDÁCTICA 6. OBESIDAD

- 1.Aspectos generales de la obesidad
- 2.Riesgo cardiovascular y otras complicaciones de la obesidad
- 3.Alimentación equilibrada para reducir la obesidad

- 1.- Requisitos para lograr alimentación equilibrada
 - 2.- Pirámide nutricional
 - 3.- Óvalo nutricional
 - 4.- La dieta mediterránea
- 4.Tratamiento dietético de la obesidad
- 1.- Recomendaciones dietéticas
 - 2.- Dietas hipocalóricas
 - 3.- Sustitutivos de comidas

UNIDAD DIDÁCTICA 7. DIABETES Y COMPLICACIONES CRÓNICAS

- 1.Características generales de la diabetes
 - 1.- La diabetes como factor de riesgo de las enfermedades cardiovasculares
- 2.Resistencia a la insulina y síndrome metabólico
- 3.Alimentación adecuada en la diabetes para prevenir las enfermedades cardiovasculares
 - 1.- Recomendaciones generales
 - 2.- Planes de alimentación por raciones
- 4.Ejercicio físico y diabetes

UNIDAD DIDÁCTICA 8. INFLUENCIA DE LOS GRUPOS DE ALIMENTOS EN EL RIESGO CARDIOVASCULAR

- 1.Carnes y pescados
- 2.Huevos y lácteos
- 3.Cereales, harinas, pastas y legumbres
- 4.Frutas, verduras y hortalizas
- 5.Frutos secos
- 6.Alcohol y café

UNIDAD DIDÁCTICA 9. RECOMENDACIONES DIETÉTICAS PARA EL CUIDADO DEL SISTEMA CARDIOVASCULAR

- 1.Reparto adecuado de las comidas
- 2.La importancia de consumir alimentos de temporada
- 3.Indicaciones para comer fuera sin que afecte a la salud
- 4.Técnicas culinarias
 - 1.- Asar al horno, a la parrilla o a la plancha
 - 2.- Hervir y cocer al vapor
 - 3.- Freír en aceite
- 5.La utilización de especias y hierbas aromáticas para reducir el consumo de sal
- 6.Planificación para realizar una compra adecuada

UNIDAD DIDÁCTICA 10. FITOTERAPIA BÁSICA Y COMPLEMENTOS DIETÉTICOS PARA EL CUIDADO DEL APARATO CIRCULATORIO

- 1.Concepto de Fitoterapia
 - 1.- Términos fitoterápicos
- 2.Las plantas medicinales
 - 1.- Ventajas e inconvenientes de la utilización de las plantas medicinales
- 3.Plantas con propiedades medicinales asociadas a enfermedades cardiovasculares
 - 1.- Ajo
 - 2.- Alcachofa
 - 3.- Castaño de indias
 - 4.- Cebolla
 - 5.- Digital
 - 6.- Espino albar
 - 7.- Jengibre
 - 8.- Romero
 - 9.- Té verde

