



# INESEM

BUSINESS SCHOOL

## ***Máster en Nutrición, Obesidad y Técnicas Culinarias***

**+ Información Gratis**

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

# Máster en Nutrición, Obesidad y Técnicas Culinarias

**duración total:** 1.500 horas

**horas teleformación:** 450 horas

**precio:** 0 € \*

**modalidad:** Online

\* hasta 100 % bonificable para trabajadores.

## descripción

La restauración y cocina, en la actualidad, es una salida profesional en auge escogida cada vez más por aquellos que quieren expresar su creatividad y buen hacer a través de los alimentos. Es incuestionable los grandes avances que se han sufrido en las técnicas culinarias y el valor añadido que un profesional puede aportar a la restauración. Con esta formación, podrás aprender los principales requerimientos en cuanto a un correcto asesoramiento nutricional especializado, así como conocer las técnicas y tecnologías alimentarias más utilizadas en la actualidad en cuanto a gastronomía y cocina. Un claustro de profesionales y expertos en materia de nutrición y desarrollo alimentario te ayudará a conseguir estos objetivos y obtener el máximo aprovechamiento.



+ 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*

- Definir los principales conceptos de nutrición y dietética.
- Aprender las herramientas más utilizadas para la evaluación del estado nutricional.
- Aprender las principales intervenciones dietéticas para los distintos estados patológicos.
- Profundizar en las principales técnicas culinarias así como en los últimos avances.

## *para qué te prepara*

Este Master en Nutrición, Obesidad y Técnicas Culinarias te conducirá a adquirir los conocimientos teóricos y prácticos para poder diseñar intervenciones nutricionales a pacientes en función del grupo poblacional en el que se encuentren y en diferentes estados patológicos. Igualmente, desde el punto de vista de la restauración, aprenderás las técnicas culinarias más innovadoras y utilizadas en la actualidad.

## *salidas laborales*

Las salidas profesionales de esta formación están orientadas a la capacitación para ejercer en el sector alimentario y de la restauración. Aprenderás a desenvolverte en el ámbito profesional de la nutrición y asesoramiento dietético así como en ambientes de asesoría gastronómica, alta cocina y restauración, haciendo un barrido por las principales técnicas y tecnologías alimentarias.

## 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 'Introducción a la Nutrición Humana y Dietética'
- Manual teórico 'Grupos de Alimentos: Aproximaciones a su Estudio, Valor Nutricional y Principios de Higiene'
- Manual teórico 'Estudio de las Necesidades Nutricionales en los Diferentes Grupos Poblacionales'
- Manual teórico 'Técnicas culinarias para pescados, crustáceos y moluscos'
- Manual teórico 'Técnicas Culinarias para Productos Cárnicos'
- Manual teórico 'Evolución de las Tecnologías y Técnicas Culinarias'
- Manual teórico 'Educación para la Salud y Coaching Nutricional'
- Manual teórico 'Obesidad y Sobrepeso'
- Manual teórico 'Cocina sana'



## 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**

## **MÓDULO 1. INTRODUCCIÓN A LA NUTRICIÓN HUMANA Y DIETÉTICA**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. PRINCIPIOS BÁSICOS DE DIETÉTICA Y NUTRICIÓN**

1. Bromatología
2. La ingestión alimenticia
3. La importancia de la nutrición
4. Clasificación de los alimentos
5. Clasificación de los nutrientes
6. La ciencia de la dietética
7. ¿Qué es una dieta?
8. ¿Qué es una ración?
9. El concepto del dietista-nutricionista
10. ¿Qué es la salud?
11. ¿Qué es la enfermedad?

### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. ALIMENTOS: COMPONENTES ESENCIALES**

1. Los alimentos y su clasificación
2. Los nutrientes y su clasificación
3. Guías alimentarias y las necesidades nutricionales

### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. ANATOMÍA Y FISIOLOGÍA DEL APARATO DIGESTIVO**

1. Conceptos fundamentales en dietética y nutrición
2. Funcionamiento del aparato digestivo
3. El proceso de la digestión

### **UNIDAD DIDÁCTICA 4. NECESIDADES DE LOS ALIMENTOS: NUTRICIÓN Y ENERGÍA**

1. La transformación celular energética
2. ¿Cuáles son las unidades de medida de la energía?
3. El adulto sano y sus necesidades energéticas
4. Los alimentos y su valor calórico

### **UNIDAD DIDÁCTICA 5. NUTRIENTES ENERGÉTICOS I: HIDRATOS DE CARBONO**

1. Los hidratos de carbono
2. Clasificación de los hidratos de carbono
3. ¿Qué funciones cumplen los hidratos de carbono?
4. Los hidratos de carbono; Metabolismo
5. La fibra dietética

### **UNIDAD DIDÁCTICA 6. NUTRIENTES ENERGÉTICOS II: LÍPIDOS**

1. Los lípidos: Conceptos y generalidades
2. Las funciones de los lípidos
3. Los lípidos y su distribución
4. Clasificación lipídica
5. El metabolismo de los lípidos

### **UNIDAD DIDÁCTICA 7. NUTRIENTES ENERGÉTICOS III: PROTEÍNAS**

1. Las proteínas; definición y generalidades
2. ¿Qué son los aminoácidos?
3. Estructura, clasificación y función de las proteínas
4. Las proteínas y su metabolismo
5. Las proteínas y sus necesidades
6. La importancia del valor proteico en los alimentos
7. Patologías relacionadas con las proteínas

### **UNIDAD DIDÁCTICA 8. NUTRIENTES NO ENERGÉTICOS I: VITAMINAS**

1. Las vitaminas

- 2.Las vitaminas y sus funciones
- 3.Clasificación vitamínica
- 4.Los complejos vitamínicos y las necesidades reales

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 9. NUTRIENTES NO ENERGÉTICOS II: MINERALES**

- 1.Los minerales
- 2.Clasificación de los minerales
- 3.Características propias de los minerales
- 4.Los minerales y sus funciones

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 10. NUTRIENTES NO ENERGÉTICOS III: EL AGUA Y SU IMPORTANCIA NUTRICIONAL**

- 1.El agua
- 2.Distribución del agua en el cuerpo humano
- 3.Recomendaciones acerca de su consumo
- 4.Alteraciones relacionadas con el consumo de agua
- 5.El agua en los alimentos

## **MÓDULO 2. GRUPOS DE ALIMENTOS: APROXIMACIONES A SU ESTUDIO VALOR NUTRICIONAL Y PRINCIPIOS DE LOS ALIMENTOS**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. VALOR NUTRICIONAL DE LOS ALIMENTOS**

- 1.El valor nutricional de los alimentos
- 2.Los alimentos y su clasificación según su origen
- 3.El origen de los alimentos: animales

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. RELACIÓN DE LA COMPOSICIÓN DE LOS DISTINTOS GRUPOS DE ALIMENTOS Y SU VALOR NUTRICIONAL**

- 1.El origen de los alimentos: vegetales
- 2.La familia de las gramíneas y sus derivados
- 3.Verduras y Hortalizas: Clasificación y composición
- 4.El consumo de setas y algas
- 5.Legumbres: estructura y valor nutritivo
- 6.Las frutas y frutos secos; clasificación
- 7.Las grasas vegetales: el aceite de oliva
- 8.Otros alimentos: edulcorantes y fruitivos
- 9.Café, té y cacao: alimentos estimulantes
- 10.Los condimentos, las especias y su clasificación

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. HIGIENE ALIMENTARIA: FUNDAMENTOS DE LA MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS**

- 1.La cadena alimentaria
- 2.Condiciones y objetivos a cumplir en la cadena alimentaria
- 3.Calidad higiénica, nutritiva, sensorial y tecnológica

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 4. TÉCNICAS CULINARIAS Y SU EFECTO EN EL VALOR NUTRICIONAL DE LOS ALIMENTOS**

- 1.Lavado, pelado y troceado de alimentos
- 2.El proceso de la cocción en alimentos

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 5. MÉTODOS DE CONSERVACIÓN EN LOS ALIMENTOS**

- 1.El proceso de la conservación
- 2.Métodos de conservación según su naturaleza
- 3.Métodos físicos de conservación
- 4.Métodos químicos de conservación
- 5.Pulsos eléctricos de alta intensidad de campo, altas presiones hidrostáticas y envasado activo
- 6.Decálogo del consumidor
- 7.Recomendaciones para un consumo responsable
- 8.El origen de los hábitos alimenticios

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 6. PLANIFICACIÓN DE DIETAS: INGESTAS RECOMENDADAS Y TABLAS DE COMPOSICIÓN**

## **DE LOS ALIMENTOS. ETIQUETADO NUTRICIONAL**

- 1.Herramientas de estimación nutricional en la población
- 2.Requerimientos nutricionales
- 3.Legislación en el etiquetado de los alimentos

## **MÓDULO 3. ESTUDIO DE LAS NECESIDADES NUTRICIONALES EN LOS DIFERENTES GRUPOS POBLACIONALES**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. DIETA EQUILIBRADA**

- 1.Principios básicos
- 2.Dieta mediterránea: paradigma de la dieta equilibrada
- 3.Macronutrientes y su distribución energética
- 4.Metodología de trabajo en elaboración de dietas
- 5.Errores y creencias más comunes relacionados con la alimentación

### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. HERRAMIENTAS PARA LA EVALUACIÓN DEL ESTADO NUTRICIONAL**

- 1.Clasificación
- 2.Entrevista dietética
- 3.Evaluación del consumo de alimentos
- 4.Historia e indicadores clínicos
- 5.Medidas antropométricas
- 6.Pruebas bioquímicas
- 7.Determinación de la función inmunológica

### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. EMBARAZO: PRINCIPALES CONSIDERACIONES Y REQUERIMIENTOS NUTRICIONALES**

- 1.Consideraciones generales
- 2.Variabilidad fisiológica en el embarazo
- 3.Aumento de los requerimientos nutricionales
- 4.Consejos nutricionales
- 5.Desórdenes y complicaciones relacionados con el embarazo

### **UNIDAD DIDÁCTICA 4. LACTANCIA MATERNA: PRINCIPALES CONSIDERACIONES Y REQUERIMIENTOS NUTRICIONALES**

- 1.Variabilidad fisiológica en la mujer lactante
- 2.Requerimientos nutricionales
- 3.Consejos nutricionales en la mujer lactante
- 4.Medidas higiénico-dietéticas
- 5.Lactancia materna Vs Lactancia artificial
- 6.Ergonomía y aspectos prácticos de la lactancia
- 7.Características de las tomas

### **UNIDAD DIDÁCTICA 5. LACTANTE: PRINCIPALES CONSIDERACIONES Y REQUERIMIENTOS NUTRICIONALES**

- 1.Variabilidad fisiológica
- 2.Crecimiento y desarrollo nutricional
- 3.Requerimientos nutricionales del lactante
- 4.Diversificación alimentaria (DA): alimentación de destete
- 5.Aspectos prácticos en la preparación del biberón

### **UNIDAD DIDÁCTICA 6. INFANCIA: PRINCIPALES CONSIDERACIONES Y REQUERIMIENTOS NUTRICIONALES**

- 1.Variabilidad fisiológica
- 2.Crecimiento y desarrollo nutricional
- 3.Determinantes de los hábitos alimenticios en la infancia
- 4.Grupos de alimentos en la alimentación infantil
- 5.Requerimientos nutricionales en la infancia
- 6.Distribución de las tomas diarias
- 7.Educación nutricional
- 8.Planificación del menú semanal

- 9.Relación dieta equilibrada - desarrollo infantil: aspectos fundamentales
- 10.Obesidad infantil: Estrategia para la nutrición, actividad física y la prevención de la obesidad
- 11.Situación actual del consumo alimentario infantil
- 12.Menú escolar
- 13.Principios de hábitos saludables en la infancia

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 7. ADOLESCENCIA: PRINCIPALES CONSIDERACIONES Y REQUERIMIENTOS NUTRICIONALES**

- 1.Fundamentos de la nutrición en la adolescencia
- 2.Variabilidad fisiológica: velocidad de crecimiento y modificación de la masa corporal
- 3.Requerimientos nutricionales en la adolescencia
- 4.Principios de hábitos saludables en el adolescente

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 8. TERCERA EDAD: PRINCIPALES CONSIDERACIONES Y REQUERIMIENTOS NUTRICIONALES**

- 1.Envejecimiento
- 2.Variabilidad asociada al proceso de envejecimiento
- 3.Requerimientos nutricionales en la tercera edad
- 4.Precauciones en la preparación y planificación de la comida del anciano
- 5.Planificación de menús
- 6.Dificultades en la deglución: Alimentación básica adaptada
- 7.Cambios hormonales en la mujer y su alimentación

### **MÓDULO 4. OBESIDAD Y SOBREPESO**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. OBESIDAD Y SOBREPESO**

- 1.Aspectos generales de la obesidad y el sobrepeso
- 2.Causas de sobrepeso y obesidad
- 3.Fisiopatología de la obesidad
- 4.Tipos de sobrepeso y obesidad

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. CAMBIOS ENDOCRINOS ASOCIADOS A LA OBESIDAD**

- 1.Páncreas endocrino
- 2.Adipocitos
- 3.Hipófisis
- 4.Gónadas
- 5.Glándula suprarrenal
- 6.Hormonas gastrointestinales
- 7.Tiroides

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. METABOLISMO ASOCIADO A LA OBESIDAD**

- 1.El metabolismo
- 2.Implicación del metabolismo en la obesidad
- 3.Adaptaciones metabólicas

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 4. RIESGOS Y PROBLEMAS DE SALUD ASOCIADOS AL SOBREPESO Y LA OBESIDAD**

- 1.Comorbilidades y riesgos del sobrepeso y la obesidad
- 2.Síndrome metabólico
- 3.Diabetes mellitus tipo II
- 4.El síndrome de hipoventilación-obesidad
- 5.El síndrome de apnea obstructiva del sueño
- 6.La hipertensión arterial
- 7.La enfermedad cardiovascular
- 8.Neoplasias

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 5. VALORACIÓN DE PACIENTES CON OBESIDAD**

- 1.Entrevista con el paciente
- 2.Evaluación dietética
- 3.Evaluación antropométrica

4. Evaluación bioquímica

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 6. TRATAMIENTO DE LA OBESIDAD**

1. Intervención dietética
2. Sustitutivos de comidas
3. Intervención quirúrgica
4. Educación alimentaria terapéutica
5. Ejercicio físico en el tratamiento de la obesidad

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 7. ESTRATEGIAS DIETÉTICAS Y PÉRDIDA DE GRASA**

1. Cambio de hábitos alimentarios
2. Restricción calórica
3. Ayuno intermitente
4. Dieta cetogénica
5. Actividad física y ejercicios de fuerza

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 8. PREVENCIÓN DEL SOBREPESO Y DE LA OBESIDAD**

1. Prevención
2. Establecimiento adecuado de las ingestas recomendadas
3. Educación alimentaria
4. Actividad y ejercicio físico en la prevención de la obesidad
5. Estilo de vida saludable

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 9. ASPECTOS PSICOLÓGICOS DE LA OBESIDAD**

1. Psicología y obesidad
2. Problemas psicológicos en la obesidad
3. Evaluación psicológica del paciente con obesidad
4. Pautas de atención psicológica

## **MÓDULO 5. EDUCACIÓN PARA LA SALUD Y COACHING NUTRICIONAL**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. EL PROCESO DE INSTAURACIÓN DE HÁBITOS SALUDABLES**

1. Origen e importancia de los hábitos alimenticios
2. Nuevas tendencias en los hábitos alimentarios
3. Reforzar hábitos adecuados y eliminar hábitos inadecuados
4. Introducción al Coaching nutricional

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. FORMULACIÓN DE OBJETIVOS Y ESTABLECIMIENTO DEL PLAN DE ACCIÓN**

1. Definición y Formulación de objetivos en Coaching nutricional
2. El proceso de Coaching
3. Elaboración del plan de acción

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. MOTIVACIÓN, RESPONSABILIDAD Y ADHERENCIA**

1. Introducción: motivos claves para el éxito
2. Establecimiento de metas
3. Motivación
4. Responsabilidad y compromiso
5. Adherencia

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 4. FACTORES LIMITANTES: RESISTENCIA AL CAMBIO, MIEDOS, CREENCIAS ERRÓNEAS Y OTROS OBSTÁCULOS**

1. Creencias y creencias limitadoras
2. La resistencia al cambio
3. Evitar la resistencia
4. Etapas y procesos del cambio conductual

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 5. PROYECTOS DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD ALIMENTARIA**

1. Los proyectos de educación sanitaria
2. Recogida de datos
3. Métodos de ejecución de los proyectos para la salud alimentaria
4. La Evaluación y su importancia

## **MÓDULO 6. COCINA SANA: COCINA SALUDABLE (A DISTANCIA)**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. NOCIONES DE DIETÉTICA**

- 1.Variedad y equilibrio
- 2.Obesidad y problemas de salud
- 3.Alimentación y nutrientes
- 4.Hidratos de carbono
- 5.Grasas
- 6.Proteínas
- 7.Agua
- 8.Vitaminas
- 9.Minerales
- 10.¿Por qué engordamos?
- 11.Ejercicio natural

### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. LA DIETA MEDITERRÁNEA**

- 1.Aceite de oliva
- 2.Frutas y verduras
- 3.Pescado

### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. LAS COCCIONES SANAS**

- 1.Cocinar al vapor
- 2.Cocinar en el microondas
- 3.Cocinar en la olla a presión
- 4.Cocinar sobre el fuego (parrilla, barbacoa)
- 5.Cocinar a la plancha
- 6.Cocinar en el wok
- 7.Cocinar en el horno
- 8.Cocinar en papillote

### **UNIDAD DIDÁCTICA 4. LAS ENSALADAS**

- 1.Ingredientes estrella

### **UNIDAD DIDÁCTICA 5. LAS VERDURAS**

- 1.Cómo hacer más atractivas las verduras
- 2.Verduras estrella

### **UNIDAD DIDÁCTICA 6. LAS FRUTAS**

- 1.Frutas para todos los gustos
- 2.Frutas estrella

### **UNIDAD DIDÁCTICA 7. LAS LEGUMBRES**

- 1.Legumbres estrella
- 2.Cómo disfrutar de ellas

### **UNIDAD DIDÁCTICA 8. EL ARROZ**

- 1.Su importancia en la dieta
- 2.Las mil posibilidades del arroz

### **UNIDAD DIDÁCTICA 9. LAS PASTAS**

- 1.Las grandes desconocidas
- 2.Ventajas dietéticas

### **UNIDAD DIDÁCTICA 10. LAS CARNES Y LOS PESCADOS**

- 1.Valor de las proteínas
- 2.Consejos para cocinar convenientemente carnes y pescados
- 3.Proteínas vegetales

### **UNIDAD DIDÁCTICA 11. ALGUNOS PLATOS PARA COMIDAS DE CELEBRACIÓN**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 12. LOS INGREDIENTES DE LA A A LA Z**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 13. PEQUEÑO DICCIONARIO DE SALUD**

## **MÓDULO 7. TÉCNICAS CULINARIAS PARA PESCADOS, CRUSTÁCEOS Y MOLUSCOS**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. MAQUINARIA, BATERÍA, UTILLAJE Y HERRAMIENTAS UTILIZADOS EN LAS ELABORACIONES BÁSICAS Y PLATOS ELEMENTALES CON PESCADOS, CRUSTÁCEOS Y MOLUSCOS**

1. Características de la maquinaria utilizada
2. Batería de cocina
3. Utillaje y herramientas

### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. FONDOS, BASES Y PREPARACIONES BÁSICAS ELABORADOS CON PESCADOS, CRUSTÁCEOS Y MOLUSCOS**

1. Composición y elaboración de los fondos elaborados con pescados. Factores a tener en cuenta en su elaboración  
Utilización
2. Otras preparaciones básicas y su utilización (couffís, salsas, mantequillas compuestas, farsas y otras) que se elaboran para pescados, crustáceos y moluscos,)
3. Fondos y bases industriales elaboradas con pescados crustáceos y moluscos
4. Algas marinas y su utilización
5. Aplicación de las respectivas técnicas y procedimientos de ejecución y control para la obtención de fondos, sopas salsas, mantequillas compuestas y otras preparaciones básicas

### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. TÉCNICAS DE COCINADO DE PESCADOS, CRUSTÁCEOS Y MOLUSCOS**

1. Principales técnicas de cocinado
2. Aplicación de las distintas técnicas de cocinado a cada especie

### **UNIDAD DIDÁCTICA 4. PLATOS ELEMENTALES A BASE PESCADOS, CRUSTÁCEOS Y MOLUSCOS**

1. Platos calientes y fríos elementales más divulgados
2. Salsas, guarniciones y otras preparaciones adecuadas para acompañar platos con pescados, crustáceos y moluscos

### **UNIDAD DIDÁCTICA 5. PRESENTACIÓN Y DECORACIÓN DE PLATOS A BASE DE PESCADOS, CRUSTÁCEOS Y MOLUSCOS**

1. Factores a tener en cuenta en la presentación y decoración de platos de pescados, crustáceos y molusco
2. Montaje en fuente y en plato. Otros recipientes
3. Adornos y acompañamientos más representativos utilizados en estos platos

### **UNIDAD DIDÁCTICA 6. REGENERACIÓN DE PLATOS PREPARADOS CON PESCADOS, CRUSTÁCEOS Y MOLUSCOS**

1. Regeneración: Definición
2. Clases de técnicas y procesos
3. Identificación de equipos asociados
4. Fases de los procesos, riesgos en la ejecución y control de resultados
5. Realización de operaciones necesarias para la regeneración
6. El sistema cook-.chill y su fundamento
7. Platos preparados: Definición. Distintas clases. Platos preparados con pescados, crustáceos y moluscos

## **MÓDULO 8. TÉCNICAS CULINARIAS PARA PRODUCTOS CÁRNICO**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. MAQUINARIA Y EQUIPOS BÁSICOS DE COCINA UTILIZADOS EN LA PREELABORACIÓN DE CARNES, AVES, CAZA Y DESPOJOS**

1. Clasificación y descripción según características, funciones y aplicaciones
2. Batería de cocina
3. Utillaje y herramientas
4. Ubicación y distribución
5. Última generación de maquinaria, batería y utillaje de cocina

### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. ÁREA DE PREPARACIÓN DE LA ZONA PARA CARNES, AVES, CAZA Y DESPOJOS**

1. Ubicación
2. Instalaciones
3. Instalaciones frigoríficas

4.Herramientas y maquinaria utilizadas en la preelaboración de carnes, aves, caza y despojos

### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. MATERIAS PRIMAS**

- 1.Carne: Concepto. Propiedades nutritivas. Factores que influyen en la calidad del animal. Factores organolépticos que indican su calidad y estado de conservación. Principales especies: Ganado vacuno, porcino, ovino y caprino
- 2.Carne de vacuno: distintas clases, según edad, sexo, alimentación y otros factores. Características
- 3.Carnes de ovino y caprino: distintas clases y sus características
- 4.Carne de porcino. Características de la carne de cerdo blanco y del ibérico. El cochinillo. El jamón y otros productos derivados del cerdo
- 5.Carnes con Denominación Específica, Indicación Geográfica u otra denominación
- 6.Clasificación comercial: formas de comercialización. Principales cortes comerciales en las diferentes especies
- 7.Aves de corral. Generalidades: principales especies y sus características. Presentación comercial. El pollo, la gallina, el gallo, el capón y la pularda. Características. Distintas clases de pollo, según su alimentación y crianza. El pato. El pato cebado, su despiece y el foie-gras. El pavo, la gallina de Guinea y otras aves
- 8.Caza: Definición. Clasificación. Vedas. Comercialización. Características de la carne de caza. Principales especies características de animales de caza de pelo y de pluma
- 9.Despojo: definición. Clasificación. Utilización en la alimentación

### **UNIDAD DIDÁCTICA 4. REGENERACIÓN DE CARNES, AVES, CAZA Y DESPOJOS**

- 1.Regeneración: Definición
- 2.Clases de técnicas y procesos
- 3.Identificación de equipos asociados
- 4.Fases de los procesos, riesgos en la ejecución y control de resultados
- 5.Realización de operaciones necesarias para la regeneración
- 6.El sistema cook-chill y su fundamento
- 7.Platos preparados: Definición. Distintas clases. Platos preparados con carnes, aves, caza y despojos
- 8.Aplicación práctica

### **UNIDAD DIDÁCTICA 5. PREELABORACIÓN DE CARNES, AVES, CAZA Y DESPOJOS**

- 1.Limpieza, deshuesado, corte y porcionado de carnes de distintas reses y aves
- 2.Principales cortes resultantes del despiece de reses de vacuno, porcino y ovino: categoría comercial y su utilización gastronómica. Cortes resultantes
- 3.Distintos cortes obtenidos del despiece de la liebre y de las reses de caza mayor y su utilización en cocina
- 4.Descuartizado, despiece y troceado de cordero, cabrito y cochinillo
- 5.Otras operaciones propias de la preelaboración: bridado, mechado, picado, en brocheta, empanado, adobo, marinadas y demás
- 6.Limpieza manipulación en crudo de las distintas vísceras y despojos

### **UNIDAD DIDÁCTICA 6. CONSERVACIÓN DE CARNES, AVES, CAZA Y DESPOJOS**

- 1.Refrigeración: Instalaciones. Temperaturas. Tratamiento refrigeración. Envases adecuados. Control de temperaturas. Conservación de carnes, aves y piezas de caza fresca. Envases adecuados y su colocación en las cámaras frigoríficas
- 2.La congelación: La ultra congelación y la conservación de los productos ultra congelados. La oxidación y otros defectos de los congelados. La correcta descongelación
- 3.Otros tipos de conservación
- 4.La conservación en cocina: Los escabeches y otras conservas
- 5.Ejecución de operaciones necesarias para la conservación y presentación comercial de carnes, aves, caza y despojos, aplicando las respectivas técnicas y métodos adecuados

## **MÓDULO 9. EVOLUCIÓN DE LAS TECNOLOGÍAS Y TÉCNICAS CULINARIAS**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. RESTAURACIÓN DIFERIDA**

- 1.Concepto y desarrollo de la restauración diferida
- 2.Gamas de alimentos
- 3.Atmósferas modificadas y aditivos

## **UNIDAD DIDÁCTICA 2. COCINA AL VACÍO**

- 1.Introducción
- 2.Conceptos fundamentales
- 3.Historia del vacío y su aplicación en la cocina
- 4.La técnica del vacío
- 5.La conservación al vacío
- 6.La cocción al vacío
- 7.Aplicación de la técnica

## **UNIDAD DIDÁCTICA 3. PASTEURIZACIÓN**

- 1.Definición de la pasteurización
- 2.Cinética de la muerte térmica de los microorganismos
- 3.Descripción de un proceso de pasteurización
- 4.Influencia del pH y la actividad del agua en los tratamientos térmicos
- 5.Equipos utilizados en la pasteurización de alimentos

## **UNIDAD DIDÁCTICA 4. ESTERILIZACIÓN**

- 1.Introducción
- 2.El concepto de “esterilidad”
- 3.Técnicas de esterilización

## **UNIDAD DIDÁCTICA 5. ELABORACIONES CON N2 LÍQUIDO (CRIOGENIA)**

- 1.Introducción
- 2.El concepto de “criogenización”
- 3.Aplicación en las cocinas centrales

## **UNIDAD DIDÁCTICA 6. ESFERIFICACIÓN**

- 1.Introducción
- 2.Fundamento de la técnica de esferificación
- 3.Aplicación en la hostelería

## **UNIDAD DIDÁCTICA 7. ELABORACIÓN DE ESPUMAS FRÍAS Y CALIENTES**

- 1.Introducción
- 2.El concepto de “espuma”
- 3.El sifón en la cocina
- 4.Cómo usar un sifón de espumas
- 5.Aplicación del sifón Recetas:

## **UNIDAD DIDÁCTICA 8. PLANIFICACIÓN Y ORGANIZACIÓN DE LA COCINA**

- 1.Análisis y características de los establecimientos de restauración
- 2.Planificación de las actividades de alimentos y bebidas
- 3.Gestión y control de almacenes de alimentos y bebidas

## **UNIDAD DIDÁCTICA 9. SEGURIDAD ALIMENTARIA**

- 1.Introducción
- 2.Manipulación de alimentos
- 3.Sistemas de autocontrol
- 4.Análisis de Peligros y Puntos de Control Críticos (A.P.P.C.C)
- 5.Planes Generales de Higiene (P.G.H)

## **MÓDULO 10. PROYECTO FIN DE MÁSTER**

**+ Información Gratis**