

DESCRIPCIÓN DE LAS ACCIONES FORMATIVAS

Código	10-068-FF	Denominación	FUNDAMENTOS DE ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y DIETÉTICA BÁSICO ON-LINE			
Destinatarios	Empleados publicos que pretendan un mayor nivel de cualificación para el desarrollo de sus funciones y para promover su desarrollo personal y profesional					
Nº Ediciones	1	Participantes por Edición	50	Total de Participantes	50	
Nº Horas por Edición	50	Total de Horas	50	LUGAR: ON LINE		
Objetivos:	Este curso pretende poner a disposición del alumno una documentación básica y actualizada, en lo referente a la nutrición y alimentación humana, resaltando el papel fundamental que la nutrición tiene en la prevención y control de varias situaciones patoló					
Contenido:	<ul style="list-style-type: none"> - MODULO 1: Energía y nutrientes <ul style="list-style-type: none"> • Glucidos, funciones de los mismos, ingesta recomendada. • Lípidos, función dietética e ingesta recomendada de los mismos. • Las proteínas, valor nutritivo e ingesta recomendada. • Vitaminas, características generales. • Fibra vegetal, fuentes alimentarias y recomendaciones. • Otros elementos químicos esenciales, agua y electrolitos. - MODULO 2: Los alimentos <ul style="list-style-type: none"> • Cereales, tubérculos y legumbres. • Frutas verduras y hortalizas • Leche y derivados • Carnes, pescados y huevos. • Alimentos grasos • Los nuevos alimentos (transgenicos, probioticos y prebioticos) • Otros alimentos. - MODULO 3: Equilibrio alimentario <ul style="list-style-type: none"> • La alimentación saludable en el adulto • Alimentación durante embarazo y lactancia • Alimentación en escolares y adolescentes • Envejecimiento y alimentación. - MODULO 4: Dietoterapia <ul style="list-style-type: none"> • Objetivo de las dietas terapeuticas • Parámetros nutricionales modificables 					