



DOCTOR OLÓRIZ 2, 1ºA
GRANADA 18012
tel. 900 44 22 44
fax 900 10 17 99
email info@grupo2000.es
web www.grupo2000.es



NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

Modalidad: Distancia

IC-3867

Duración: 80 horas

OBJETIVOS:

- Conocer la composición química de los alimentos, así como los principales órganos que interfieren en la alimentación.
- Conocer la alimentación en las diferentes etapas de la vida.
- Identificar los diferentes tipos de dieta, según las necesidades fisiológica de cada individuo.

CONTENIDOS:

Nutrición y dietética y alimentación: principios básicos.

Introducción a la teoría y técnica de la nutrición. Nutrición normal, cálculo de valores calóricos.

El sistema digestivo

Anatomía del sistema digestivo. Anatomía del sistema digestivo.

Principios inmediatos o nutrientes

Composición de los alimentos: nutriente. Glúcidos. Lípidos. Proteínas. Vitaminas. Sales minerales.

Los grupos de alimentos

Introducción. Legumbres. Frutos secos. Cereales. Verduras y hortalizas. Frutas. Carnes. Pescados y mariscos. Leche y queso. Huevos.

La nutrición en las diferentes etapas de la vida

Introducción. Dieta equilibrada. Alimentación en gestación y lactancia. Alimentación en lactantes y primera infancia. Alimentación en edad escolar y adolescencia. Alimentación en edad avanzada. Alimentación para el deporte.

Dietas

Dietas especiales. El aceite de oliva.