Diplomado:
NUTRICIÓN EN SALUD

PROGRAMA ACADÉMICO

ONLINE

829-380-7939 / @IDFFRD
https://www.idff.edu.do

Módulos a Desarrollar

1- Generalidades

2- Macronutrientes y micronutrientes

3- Aparato Digestivo

4- Nutrición en el ciclo de la vida

5- Requerimientos nutricionales

6- Malnutrición

7- Evaluación Nutricional - Antropometría

8- Situaciones patológicas relacionadas con la alimentación / vegetarianismo

9- Higiene de los alimentos

10- Cálculo de requerimientos y elaboración de menú/dieta

11- Nutrición y actividad física

Módulo 1
Generalidades

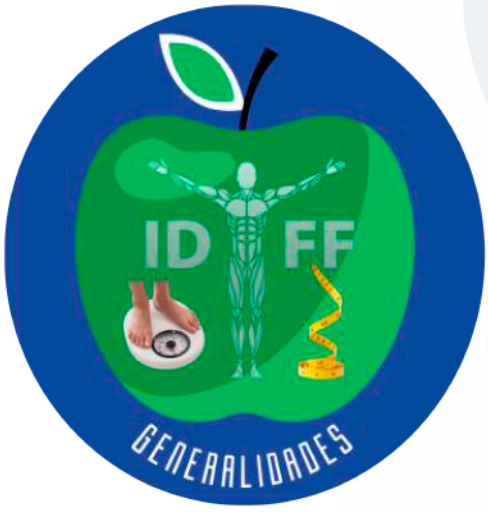
1- Concepto General

2- Nutrición adecuada / Balanceada (características, beneficios)

3- Las 7 maravillas de la nutrición

4- Influencia de los hábitos alimentarios en los estados de salud

5- Alimentos (grupos) / nutrientes



Módulo 2

Macronutrientes y micronutrientes

1- Macronutrientes

2- Micronutrientes

3- Prebióticos, probióticos, simbióticos

Módulo 3

Aparato Digestivo

1- Definición y Funciones

2- Histología

3- Enzima

4- Que ocurre en la boca

5- Que es un esfínter

6- Que ocurre en el esófago

7- Que ocurre en el estomago

8- Que ocurre en el duodeno

9- Que ocurre en el yeyuno íleon

10- Que pasa en el intestino grueso

11- Que ocurre en el hígado

12- Que ocurre en el páncreas

13- Metabolismo

Módulo 4

Nutrición en el ciclo de la vida

1- Embarazo

2- Lactancia

3- Infancia, niñez y adolescencia

4- Adulto

5- Envejecientes

6- Nutrición y actividad física

Módulo 5

Requerimientos nutricionales

1- **Unidades de energía**

2- **Etiquetado nutricional**

Módulo 6

Malnutrición

1- Concepto

2- Obesidad (IMC, trastornos metabólicos asociados)

3- Desnutrición

4- Anemia

Módulo 7

Evaluación Nutricional - Antropometría

1- Antropometría

2- Valoración de la ingesta alimentaria

3- Recuento de 24 horas

4- Ingestión habitual

5- Cuestionario de frecuencia de alimentos

Módulo 8

Situaciones patológicas relacionadas con la alimentación / vegetarianismo

1- **Situaciones patológicas frecuentes** (alergias, intolerancia al gluten)

2- **Trastornos de la conducta alimentaria** (anorexia nerviosa, bulimia)

3- **Dieta vegetariana**

Módulo 9

Higiene de los alimentos

1- Higiene de los alimentos

2- Alteración de los alimentos (causas)

3- Enfermedades transmitidas por alimentos

4- Seguridad alimentaria

5- Método de conservación de los alimentos

Módulo 10

Cálculo de requerimientos y elaboración de menú/dieta

1- Dietoterapia

2- Calculo de requerimientos

3- Dieta hipocalórica

4- IMC, peso ideal

5- Dietas de moda

Módulo 11

Nutrición y actividad física

1- Necesidades de energía del atleta

2- Diferentes niveles de disponibilidad energética

3- Cambio en la composición corporal (ganar músculo y perder grasa)

4- Hidratos de carbono para entrenamientos y recuperación

5- Hidratos de carbono para la competición

6- Ingesta de hidratos durante el ejercicio

7- Proteína en la dieta del deportista

8- Necesidades del agua y sal

9- Vitaminas, minerales y fitoquímicos

10- Suplementos para deportista

MODALIDAD ONLINE

- Incluye:
***Diploma.**
***Material de estudio digital.**
***Clases virtuales de seguimiento semanal.**

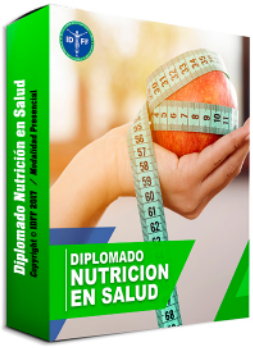
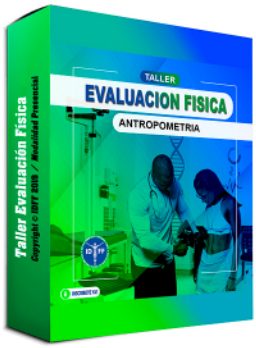
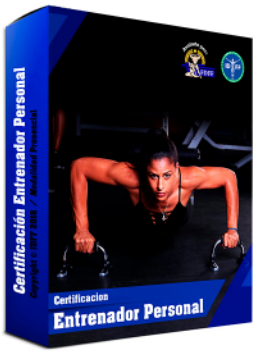
- Información general
***Duración: 12 semanas**
*** Requisitos: ser mayor de edad**

- Información sobre la modalidad ONLINE

***Este curso es 100% ONLINE con clases grabadas en alta calidad y con un seguimiento semanal con los facilitadores del curso a través de Webinar (seminario online).**

***Las clases prácticas también son grabadas.**

***Los exámenes también se aplican ONLINE.**

Última versión del programa: 06/07/2020

CURSOS QUE TE PUEDEN INTERESAR