

CURSO: "NUTRICIÓN Y DIETÉTICA"

El curso se desarrolla en la modalidad de Teleformación

Duración total: 70 horas

OBJETIVO GENERAL DEL CURSO

El objetivo de este curso es dotar al profesional de la oficina de farmacia de amplios conocimientos sobre las necesidades del organismo de los principales macronutrientes y micronutrientes y de la repercusión en la salud que tiene su exceso y carencia.

Así como también, capacitar al profesional de la oficina de farmacia para aconsejar a los pacientes sobre la alimentación en las diferentes etapas de la vida (por ejemplo la niñez, embarazo y lactancia, senectud,...) y para actuar como apoyo del facultativo sanitario especializado en la materia, recomendando las dietas más adecuadas según las patologías.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Hacer una introducción a la Nutrición desarrollando los conceptos y las necesidades de energía.
- Conocer las fuentes y funciones de las proteínas, así como los efectos que puede producir su carencia o exceso.
- Dotar al alumno de conocimientos suficientes sobre las funciones de los lípidos en el organismo y las ingestas recomendadas de estos.
- Conocer las fuentes y funciones de los hidratos de carbono y la importancia de la fibra dietética en el organismo.
- Profundizar en la importancia de las vitaminas, sus funciones y los efectos que puede producir su carencia o exceso.
- Completar los conocimientos del personal de oficina de farmacia acerca de las funciones de los minerales en el organismo y las pérdidas de minerales que sufren los alimentos en su preparación para el consumo.
- Dotar al alumno de conocimientos adecuados sobre las ingestas recomendadas de alimentos, de forma que pueda efectuar recomendaciones adecuadas.
- Repasar los grupos de alimentos y los nutrientes que aportan.
- Incrementar los conocimientos del alumno en materia de nutrición en diferentes etapas de la vida (alimentación del niño, alimentación en el embarazo y lactancia, alimentación en las personas mayores).
- Ser capaz de aconsejar sobre la alimentación en el control de peso.
- Estudiar la importancia de la nutrición en la prevención y control de las enfermedades cardiovasculares.
- Comprender las complicaciones que pueden generarse de las interacciones nutrientes-fármacos.
- Actualizar el conocimiento en las pautas de alimentación y planificación de dietas.

CONTENIDOS

Los contenidos se estructuran en 21 unidades didácticas.

TEMA 1. INTRODUCCIÓN A LA NUTRICIÓN. CONCEPTOS Y NECESIDADES DE ENERGÍA

TEMA 2: PROTEÍNAS

TEMA 3: LÍPIDOS

TEMA 4: HIDRATOS DE CARBONO Y FIBRA DIETÉTICA

TEMA 5: VITAMINAS

TEMA 6: MINERALES

TEMA 7: INGESTAS RECOMENDADAS

TEMA 8: GRUPOS DE ALIMENTOS Y NUTRIENTES QUE APORTAN

TEMA 9: ALIMENTACIÓN DEL NIÑO

TEMA 10: ALIMENTACIÓN DURANTE EL EMBARAZO

TEMA 11: ALIMENTACIÓN EN LAS PERSONAS MAYORES

TEMA 12. ALIMENTACIÓN EN EL CONTROL DE PESO

TEMA 13. ALIMENTACIÓN Y DEPORTE

TEMA 14: NUTRICIÓN EN LA PREVENCIÓN Y CONTROL DE ENFERMEDADES
CARDIOVASCULARES

TEMA 15: INTERACCIONES NUTRIENTES-FÁRMACOS

TEMA 16: GUÍAS EN ALIMENTACIÓN Y PLANIFICACIÓN DE DIETAS

TEMA 17. EVALUACIÓN NUTRICIONAL

TEMA 18. ENCUESTAS ALIMENTARIAS

TEMA 19. ENFERMEDADES ASOCIADAS A LA NUTRICIÓN

TEMA 20. MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS, HIGIENE Y SEGURIDAD

TEMA 21. EDUCACIÓN NUTRICIONAL

A lo largo del curso el alumno realizará 5 evaluaciones y un examen final.