

Nº de horas: 100

Objetivo del curso:

Desarrollar programas específicos de nutrición adaptados a las necesidades y patologías de los ancianos, en base al conocimiento de los principios básicos nutricionales de los alimentos y la valoración del estado nutricional del anciano.

Contenidos:

1. PRINCIPIOS BÁSICOS DE NUTRICIÓN

- 1.1. Funciones de la energía en el organismo
- 1.2. Características de la energía utilizada en nutrición
- 1.3. Unidades de energía
- 1.4. Valor energético de los nutrientes
- 1.5. Necesidades energéticas del hombre
- 1.6. Balance energético y regulación
- 1.7. Glúcidos o hidratos de carbono
- 1.8. Lípidos o grasas
- 1.9. Las proteínas
- 1.10. El agua y los electrolitos
- 1.11. Las vitaminas
- 1.12. Fibra vegetal
- 1.13. Los alimentos
- 1.14. Grupo carnes, pescados y huevos
- 1.15. Grupo cereales, tubérculos y legumbres
- 1.16. Grupo frutas, verduras y hortalizas
- 1.17. Grupo de los alimentos grasos
- 1.18. Grupo variado

2. ESTADO NUTRICIONAL DE LOS ANCIANOS

- 2.1. Situación general de la vejez.
- 2.2. Relación entre Alimentación-nutrición-salud-envejecimiento
- 2.3. Cambios en la vejez que influyen en la alimentación y Nutrición
- 2.4. Necesidades nutricionales en el anciano sano.

3. VALORACIÓN DE LOS CAMBIOS EN LA INGESTA ALIMENTARIA

- 3.1. Factores que influyen en el estado nutricional del Anciano
- 3.2. Valoración del estado nutricional

4. INDICADORES BIOQUÍMICOS

- 4.1. Parámetros inmunológicos

5. SUGERENCIAS SOBRE LA NUTRICIÓN DEL ANCIANO

- 5.1. Algunos aspectos interesantes en relación con las Necesidades de principios inmediatos, vitaminas, Minerales y agua de los ancianos

6. SUGERENCIAS SOBRE NUTRICIÓN EN FUNCIÓN DE LAS DIFERENTES PATOLOGÍAS

- 6.1. Enfermedad gástrica
- 6.2. Estreñimiento
- 6.3. Colopatías
- 6.4. Ancianos terminales
- 6.5. Diabetes
- 6.6. Gota e hiperuricemias

7. DIETAS BÁSICAS

- 7.1 Introducción.
- 7.2. Requerimientos nutricionales en el anciano
- 7.3. Dieta equilibrada en el anciano.

8. HIGIENE ALIMENTARIA

- 8.1. Higiene alimentaria.
- 8.2. Toxiinfecciones de origen alimentario.
- 8.3. Conservación de alimentos.
- 8.4. Influencia de la tecnología alimentaria sobre el valor nutritivo de los alimentos.
- 8.5. Alimentación colectiva.
- 8.6. Alimentación en residencias geriátricas.

CAPACITA
FORMACIÓN