



**EDUCA  
BUSINESS  
SCHOOL**



Titulación certificada por  
**EDUCA BUSINESS SCHOOL**



## Maestría Internacional en Obesidad y Sobrepeso



LLAMA GRATIS: (+34) 958 050 217



## Educa Business Formación Online



Años de experiencia avalan el trabajo docente desarrollado en Educa, basándose en una metodología completamente a la vanguardia educativa

## SOBRE **EDUCA**

Educa Business School es una Escuela de Negocios Virtual, con reconocimiento oficial, acreditada para impartir formación superior de postgrado, (como formación complementaria y formación para el empleo), a través de cursos universitarios online y cursos / másteres online con título propio.

## NOS COMPROMETEMOS CON LA **CALIDAD**

Educa Business School es miembro de pleno derecho en la Comisión Internacional de Educación a Distancia, (con estatuto consultivo de categoría especial del Consejo Económico y Social de NACIONES UNIDAS), y cuenta con el **Certificado de Calidad de la Asociación Española de Normalización y Certificación (AENOR)** de acuerdo a la normativa ISO 9001, mediante la cual se Certifican en Calidad todas las acciones

Los contenidos didácticos de Educa están elaborados, por tanto, bajo los parámetros de formación actual, teniendo en cuenta un sistema innovador con tutoría personalizada.

Como centro autorizado para la impartición de formación continua para personal trabajador, **los cursos de Educa pueden bonificarse, además de ofrecer un amplio catálogo de cursos homologados y baremables en Oposiciones** dentro de la Administración Pública. Educa dirige parte de sus ingresos a la sostenibilidad ambiental y ciudadana, lo que la consolida como una Empresa Socialmente Responsable.

Las Titulaciones acreditadas por Educa Business School pueden **certificarse con la Apostilla de La Haya (CERTIFICACIÓN OFICIAL DE CARÁCTER INTERNACIONAL** que le da validez a las Titulaciones Oficiales en más de 160 países de todo el mundo).

Desde Educa, hemos reinventado la formación online, de manera que nuestro alumnado pueda ir superando de forma flexible cada una de las acciones formativas con las que contamos, en todas las áreas del saber, mediante el apoyo incondicional de tutores/as con experiencia en cada materia, y la garantía de aprender los conceptos realmente demandados en el mercado laboral.

## Maestría Internacional en Obesidad y Sobrepeso



**DURACIÓN:**

600 horas



**MODALIDAD:**

Online



**PRECIO:**

1.495 \$

Incluye materiales didácticos,  
titulación y gastos de envío.

CENTRO DE FORMACIÓN:

Educa Business School



## Titulación

Titulación de Maestría Internacional en Obesidad y Sobrepeso con 600 horas expedida por EDUCA BUSINESS SCHOOL como Escuela de Negocios Acreditada para la Impartición de Formación Superior de Postgrado, con Validez Profesional a Nivel Internacional

Una vez finalizado el curso, el alumno recibirá por parte de Educa Business School vía correo postal, la titulación que acredita el haber superado con éxito todas las pruebas de conocimientos propuestas en el mismo.

Esta titulación incluirá el nombre del curso/master, la duración del mismo, el nombre y DNI del alumno, el nivel de aprovechamiento que acredita que el alumno superó las pruebas propuestas, las firmas del profesor y Director del centro, y los sellos de la instituciones que avalan la formación recibida (Euroinnova Formación, Instituto Europeo de Estudios Empresariales y Comisión Internacional para la Formación a Distancia de la UNESCO).





## Educa Business School

como Escuela de Negocios de Formación de Postgrado  
EXPIDE EL PRESENTE TÍTULO PROPIO

### NOMBRE DEL ALUMNO/A

con D.N.I. XXXXXXXXX ha superado los estudios correspondientes de

## Nombre de la Acción Formativa

de 425 horas, perteneciente al Plan de formación de EDUCA BUSINESS SCHOOL en la convocatoria de 2019  
Y para que surta los efectos pertinentes queda registrado con Número de Expediente XXXX/XXXX/XXXX/XXXX

Con una calificación de **NOTABLE**

Y para que conste expido la presente TITULACIÓN en  
Granada, a 11 de Noviembre de 2019

La Dirección General  
JESÚS MORENO HIDALGO

Sello

Firma del Alumno/a  
NOMBRE DEL ALUMNO

RESPONSABILIDAD  
SOCIAL  
CORPORATIVA



El presente Título es parte de la Maestría Internacional en Obesidad y Sobrepeso de 425 horas de formación de postgrado, perteneciente al Plan de formación de EDUCA BUSINESS SCHOOL en la convocatoria de 2019. Y para que surta los efectos pertinentes queda registrado con Número de Expediente XXXX/XXXX/XXXX/XXXX. Y para que conste expido la presente TITULACIÓN en Granada, a 11 de Noviembre de 2019.

## Descripción

A través de la presente Maestría en obesidad se ofrece a todos los interesados una formación especializada en esta enfermedad crónica, caracterizada por un exceso de grasa que a su vez se traduce en un incremento de peso, que sobrepasa en un 15% el peso teórico motivado por el aumento de las reservas adiposas. Dado que actualmente la obesidad se trata del trastorno más frecuente en las sociedades desarrolladas, y que los casos son cada vez más frecuentes, se hace necesaria la intervención de personal cualificado que la combata con los conocimientos adecuados. Con Esta Maestría en obesidad el alumnado desarrollará una formación completa tanto sobre la obesidad en sí como sobre sus repercusiones en el medio social, capacitándose para atender a los aspectos psicológicos derivados de esta...





## Objetivos

- Proporcionar al alumno, conocimientos necesarios y actualizados sobre nutrición y alimentación, así como herramientas de trabajo útiles, que permitan conocer los requerimientos nutricionales y recomendaciones en distintas situaciones fisiopatológicas que generan la obesidad, de forma que puedan aplicarse en el ámbito laboral. - Dotar al alumno de los conocimientos que les permitan un correcto abordaje del paciente obeso. - Actualizar los conocimientos que estén relacionados con la clínica de los pacientes obesos para contribuir a mejorar la identificación, manejo y disminución de las complicaciones en estos pacientes. - Conocer en qué consiste la dietoterapia y la intervención dietética en casos patológicos - Aprender los tratamientos de la obesidad. - Aprender la clasificación, diagnóstico y tratamiento de la diabetes. - Conocer la osteoporosis. - Aprender las manifestaciones, diagnóstico y tratamiento de la anorexia nerviosa y bulimia nerviosa. - Ofrecer los conceptos básicos en el ámbito de la dietética y la nutrición, aplicados a los trastornos de la conducta alimentaria: anorexia, obesidad, bulimia, etc. - Conocer las necesidades nutricionales específicas de la persona con el objetivo de prevenir o remediar trastornos de la conducta alimentaria. - Ofrecer una visión de las necesidades nutricionales de la persona en estados patológicos. - Definir las necesidades nutricionales en las distintas etapas de la vida, estados fisiológicos y enfermedades más comunes sobre las que una intervención nutricional puede mejorar el diagnóstico. - Presentar la importancia de la educación nutricional como generadora de pautas saludables de alimentación. - Ofrecer los conocimientos necesarios para participar en la planificación de menús equilibrados en su aporte energético y nutritivo para colectividades. - Conocer y valorar los distintos trastornos de la conducta alimentaria. Anorexia nerviosa, bulimia nerviosa y obesidad. - Proporcionar los conocimientos necesarios para elaborar un plan alimentario adecuado para las personas que padecen trastornos iniciales de la conducta alimentaria que no llevan patologías asociadas. - Clasificar los alimentos y nutrientes de forma adecuada. - Describir el proceso de la digestión. - Estimar las necesidades nutricionales individuales. - Determinar el concepto de coaching y sus utilidades. - Prevenir los posibles riesgos relacionados con el proceso de coaching. - Planificar un proceso de coaching.

## A quién va dirigido

La maestría en obesidad está dirigida a profesionales, estudiantes y titulados del ámbito sanitario y otros afines, y más concretamente al ámbito de la nutrición, que quiera ampliar o adquirir conocimientos sobre nutrición y obesidad. Además, esta igualmente orientado a todas aquellas personas no profesionales de este sector que consideren la temática de su agrado o que la conciba interesante como complemento de su carrera profesional.

## Para qué te prepara

La maestría en obesidad te prepara para adquirir un conocimiento amplio e integro referente al campo de la nutrición y asociado a éste las causas, antecedentes, diagnóstico, farmacología y consecuencias clínicas, sanitarias y sociales de la obesidad, mediante una información actualizada y completa.

## Salidas Laborales

Docencia en programas de enseñanza a personal sanitario, a personal de servicios de restauración, a centros de información al consumidor, a asociaciones de enfermos crónicos, a colegios, a centros cívicos, a centros deportivos, etc. Cargos de responsabilidad en empresas de restauración colectiva: colegios, catering, hoteles, hospitales, geriátricos,... Funciones comerciales en empresas alimentarias o farmacéuticas, Nutricionista.

## Formas de Pago

- Tarjeta
- Transferencia
- Paypal

Otros: PayU, Sofort, Western Union, SafetyPay

Fracciona tu pago en cómodos plazos sin intereses

+ Envío Gratis.

- Tarjeta

Llama gratis al teléfono  
**(+34) 958 050 217** e  
infórmate de los pagos a  
plazos sin intereses que  
hay disponibles



## Financiación

Facilidades económicas y financiación 100% sin intereses.

En Educa Business ofrecemos a nuestro alumnado facilidades económicas y financieras para la realización de pago de matrículas, todo ello 100% sin intereses.

**10% Beca Alumnos:** Como premio a la fidelidad y confianza ofrecemos una beca a todos aquellos que hayan cursado alguna de nuestras acciones formativas en el pasado.



## Metodología y Tutorización

El modelo educativo por el que apuesta Euroinnova es el **aprendizaje colaborativo** con un método de enseñanza totalmente interactivo, lo que facilita el estudio y una mejor asimilación conceptual, sumando esfuerzos, talentos y competencias.

El alumnado cuenta con un **equipo docente** especializado en todas las áreas.

Proporcionamos varios medios que acercan la comunicación alumno tutor, adaptándonos a las circunstancias de cada usuario.

Ponemos a disposición una **plataforma web** en la que se encuentra todo el contenido de la acción formativa. A través de ella, podrá estudiar y comprender el temario mediante actividades prácticas, autoevaluaciones y una evaluación final, teniendo acceso al contenido las 24 horas del día.

Nuestro nivel de exigencia lo respalda un **acompañamiento personalizado**.



## Redes Sociales

Síguenos en nuestras redes sociales y pasa a formar parte de nuestra gran **comunidad educativa**, donde podrás participar en foros de opinión, acceder a contenido de interés, compartir material didáctico e interactuar con otros/as alumnos/as, ex alumnos/as y profesores/as. Además, te enterarás antes que nadie de todas las promociones y becas mediante nuestras publicaciones, así como también podrás contactar directamente para obtener información o resolver tus dudas.





## Reinventamos la Formación Online



### Más de 150 cursos Universitarios

Contamos con más de 150 cursos avalados por distintas Universidades de reconocido prestigio.



### Campus 100% Online

Impartimos nuestros programas formativos mediante un campus online adaptado a cualquier tipo de dispositivo.



### Amplio Catálogo

Nuestro alumnado tiene a su disposición un amplio catálogo formativo de diversas áreas de conocimiento.



### Claustro Docente

Contamos con un equipo de docentes especializados/as que realizan un seguimiento personalizado durante el itinerario formativo del alumno/a.



### Nuestro Aval AEC y AECA

Nos avala la Asociación Española de Calidad (AEC) estableciendo los máximos criterios de calidad en la formación y formamos parte de la Asociación Española de Contabilidad y Administración de Empresas (AECA), dedicada a la investigación de vanguardia en gestión empresarial.



### Club de Alumnos/as

Servicio Gratuito que permite a nuestro alumnado formar parte de una extensa comunidad virtual que ya disfruta de múltiples ventajas: beca, descuentos y promociones en formación. En este, se puede establecer relación con alumnos/as que cursen la misma área de conocimiento, compartir opiniones, documentos, prácticas y un sinfín de intereses comunitarios.



### Bolsa de Prácticas

Facilitamos la realización de prácticas de empresa, gestionando las ofertas profesionales dirigidas a nuestro alumnado. Ofrecemos la posibilidad de practicar en entidades relacionadas con la formación que se ha estado recibiendo en nuestra escuela.



### Revista Digital

El alumnado puede descargar artículos sobre e-learning, publicaciones sobre formación a distancia, artículos de opinión, noticias sobre convocatorias de oposiciones, concursos públicos de la administración, ferias sobre formación, y otros recursos actualizados de interés.



### Innovación y Calidad

Ofrecemos el contenido más actual y novedoso, respondiendo a la realidad empresarial y al entorno cambiante, con una alta rigurosidad académica combinada con formación práctica.

## Acreditaciones y Reconocimientos



## Temario

# PARTE 1. OBESIDAD Y SOBREPESO

### UNIDAD DIDÁCTICA 1. NUTRICIÓN Y ALIMENTACIÓN

1. Alimentación
  - 1.- Clasificación de los alimentos
2. Valor energético de los alimentos
3. Nutrición
  - 1.- Clasificación de los nutrientes
  - 2.- Pirámide nutricional
4. Suplementos alimentarios
5. Vitaminas y sales minerales
6. Complementos dietéticos

### UNIDAD DIDÁCTICA 2. DIETA SALUDABLE

1. Concepto de dieta y su clasificación
2. Dieta equilibrada
  - 1.- Recomendaciones diarias para la ingesta de nutrientes
  - 2.- Requisitos para lograr una dieta equilibrada
  - 3.- Dieta mediterránea
3. Productos dietéticos
4. Mitos de la nutrición y las dietas

### UNIDAD DIDÁCTICA 3. NUTRICIÓN A LO LARGO DEL CICLO VITAL

1. Alimentación del bebé
  - 1.- Lactancia natural y artificial
  - 2.- Necesidades nutricionales en el primer año de vida

2. Nutrición en la infancia

- 1.- Niño Preescolar (1- 3 Años)
- 2.- Niños de 4-6 Años
- 3.- Niño Escolar de 7- 12 Años
- 4.- Decálogo para fomentar en los niños hábitos saludables en la alimentación

3. Nutrición en la Adolescencia

- 1.- El Estirón Puberal
- 2.- Adolescentes: Consejos para Vida Saludable

4. Alimentación en la edad adulta

- 1.- Alimentación en la menopausia

5. Alimentación en la tercera edad

**UNIDAD DIDÁCTICA 4. OBESIDAD Y SOBREPESO**

1. Aspectos generales de la obesidad y el sobrepeso

- 1.- Epidemiología
- 2.- El tejido adiposo

2. Causas de sobrepeso y obesidad

3. Fisiopatología de la obesidad

- 1.- Fisiología del apetito y de la saciedad
- 2.- Bases neurofisiológicas de la conducta de la ingesta

4. Tipos de sobrepeso y obesidad

**UNIDAD DIDÁCTICA 5. RIESGOS Y PROBLEMAS DE SALUD ASOCIADOS AL SOBREPESO Y LA OBESIDAD**

1. Comorbilidades y riesgos del sobrepeso y la obesidad

2. Síndrome metabólico

- 1.- Causas del síndrome metabólico

3. Diabetes mellitus tipo II

- 1.- Clasificación de la diabetes

4. El síndrome de hipoventilación-obesidad

5. El síndrome de apnea obstructiva del sueño

- 1.- Causas y factores de riesgo para la apnea del sueño

6. La hipertensión arterial

- 1.- Causas de la hipertensión arterial

7. La enfermedad cardiovascular

8. Neoplasias

- 1.- Neoplasia de mama
- 2.- Neoplasia de endometrio
- 3.- Neoplasia de hígado

**UNIDAD DIDÁCTICA 6. VALORACIÓN DE PACIENTES CON OBESIDAD**

1. Entrevista con el paciente

2.Evaluación dietética

- 1.- Técnicas para evaluar el consumo de alimentos

3.Evaluación antropométrica

- 1.- Instrumental utilizado para realizar medidas antropométricas
- 2.- Medidas antropométricas

4.Evaluación bioquímica

- 1.- Parámetros a valorar

**UNIDAD DIDÁCTICA 7. TRATAMIENTO DE LA OBESIDAD**

1.Intervención dietética

- 1.- Dietas hipocalóricas
- 2.- Planificación de la dieta

2.Sustitutivos de comidas

- 1.- Características nutricionales
- 2.- Evidencia científica en la utilización de los sustitutivos de comidas para dietas

3.Intervención quirúrgica

- 1.- Pautas alimentarias y dietéticas en la cirugía bariátrica

4.Educación alimentaria terapéutica

- 1.- Contenidos de programas de educación alimentaria

5.Ejercicio físico en el tratamiento de la obesidad

**UNIDAD DIDÁCTICA 8. PREVENCIÓN DEL SOBREPESO Y DE LA OBESIDAD**

1.Prevenición

- 1.- Niveles de prevención

2.Establecimiento adecuado de las ingestas recomendadas

3.Educación alimentaria

4.Actividad y ejercicio físico en la prevención de la obesidad

5.Estilo de vida saludable

- 1.- Estrategia NAOS

**UNIDAD DIDÁCTICA 9. ASPECTOS PSICOLÓGICOS DE LA OBESIDAD**

1.Psicología y obesidad

2.Problemas psicológicos en la obesidad

- 1.- Imagen corporal distorsionada
- 2.- Descontrol alimentario
- 3.- Ansiedad
- 4.- Depresión

3.Evaluación psicológica del paciente con obesidad

- 1.- Evaluación psicológica
- 2.- Evaluación familiar

4.Pautas de atención psicológica

- 1.- Psicoterapia Individual



2.- Terapia de grupos

3.- Farmacoterapia

#### UNIDAD DIDÁCTICA 10. OBESIDAD INFANTIL

1.La obesidad infantil

1.- Factores que aumentan la probabilidad de padecer obesidad

2.Nutrición infantil

1.- Pirámide nutricional infantil

2.- Ritmos alimentarios durante el día

3.Importancia de la nutrición en la edad infantil

1.- El papel de la escuela en la alimentación

4.Plan semanal de comidas

## PARTE 2. ENFERMEDADES Y PRINCIPALES TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA. DIETOTERAPIA

#### UNIDAD DIDÁCTICA 1. INTRODUCCIÓN A LA DIETOTERAPIA

1.Introducción a la dietoterapia

2.Intervención dietética en casos patológicos

3.A modo de resumen

#### UNIDAD DIDÁCTICA 2. OBESIDAD

1.Introducción

2.Síndrome metabólico

3.Atención al paciente con exceso de peso

4.Pérdida de peso

5.Técnicas de tratamiento

#### UNIDAD DIDÁCTICA 3. DIABETES MELLITUS

1.Concepto de diabetes

2.Metabolismo de los hidratos de carbono

3.Fisiopatología de la diabetes

4.Clasificación de la diabetes

5.Manifestaciones de la diabetes

6.Criterios de diagnóstico

7.Recomendaciones y tratamiento para la diabetes

8.Tratamiento dietético

9.Complicaciones de la diabetes

10.Educación para la diabetes

#### UNIDAD DIDÁCTICA 4. OSTEOPOROSIS

1. Concepto de osteoporosis
2. Fisiología del hueso
3. Diagnóstico
4. Etiología
5. Tratamiento

#### UNIDAD DIDÁCTICA 5. ALTERNATIVAS A LA ALIMENTACIÓN TRADICIONAL

1. Clasificación
2. Alimentación básica adaptada
3. Suplementos dietéticos
4. Nutrición enteral
5. Nutrición parenteral

#### UNIDAD DIDÁCTICA 6. ANOREXIA NERVIOSA

1. Concepto de anorexia nerviosa
2. Historia
3. Epidemiología
4. Etiología
5. Clínica de la anorexia nerviosa
6. Diagnóstico
7. Evolución y prevención
8. Tratamiento

#### UNIDAD DIDÁCTICA 7. BULIMIA NERVIOSA

1. Concepto de bulimia nerviosa
2. Evolución histórica
3. Epidemiología
4. Diagnóstico
5. Manifestaciones clínicas
6. Tratamiento
7. Diferencias entre anorexia y bulimia

## PARTE 3. PREVENCIÓN DE LOS TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA

#### UNIDAD DIDÁCTICA 1. INTRODUCCIÓN.

1. Conceptos.

#### UNIDAD DIDÁCTICA 2. CLASIFICACIÓN DE LOS ALIMENTOS.

1. Clasificación de los alimentos.
2. Clasificación de los nutrientes.
3. Necesidades de nutrientes: pirámide nutricional.

#### UNIDAD DIDÁCTICA 3. EL SISTEMA GASTROINTESTINAL.

1. Conceptos básicos.
2. Fisiología y anatomía del aparato digestivo.

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 4. LA DIGESTIÓN.**

1. Introducción.
2. Hiperpermeabilidad.

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 5. NECESIDADES NUTRICIONALES I.**

1. Transformaciones energéticas celulares.
2. Unidades de medida de la energía.
3. Necesidades energéticas del adulto sano.
4. Necesidades energéticas totales según la FAO.

## **PARTE 4. ANÁLISIS DE LOS ALIMENTOS Y DE LAS NECESIDADES NUTRICIONALES**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. NECESIDADES NUTRICIONALES I.**

1. Transformaciones energéticas celulares.
2. Unidades de medida de la energía.
3. Necesidades energéticas del adulto sano.
4. Necesidades energéticas totales según la FAO.

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. NECESIDADES NUTRICIONALES II.**

1. Valor energético de los alimentos.
2. Tablas de composición de los alimentos.
3. Ley de isodinamia y ley de los mínimos.

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. COMPOSICIÓN Y VALOR NUTRITIVO DE LOS PRINCIPALES GRUPOS DE ALIMENTOS.**

1. Clasificación de los alimentos.
2. Alimentos de origen animal.
3. Alimentos de origen vegetal.
4. Otros alimentos.
5. Influencia del procesado de los alimentos en su composición y valor nutricional.

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 4. ASPECTOS NUTRICIONALES DE LAS PROTEÍNAS.**

1. Definición.
2. Digestión, absorción y metabolismo.
3. Química de las proteínas: constitución, clasificación y propiedades.
4. Raciones dietéticas recomendadas.
5. Aminoácidos esenciales.
6. Suplementación y complementación proteica.
7. Principal fuente de proteínas.
8. Deficiencia de proteínas.

9.Exceso de proteínas.

10.Métodos de evaluación de la calidad o valor nutritivo de las proteínas.

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 5. ASPECTOS NUTRICIONALES DE LOS LÍPIDOS.**

1.Definición y composición.

2.Distribución.

3.Funciones.

4.Clasificación.

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 6. ASPECTOS NUTRICIONALES DE LOS HIDRATOS DE CARBONO.**

1.Generalidades.

2.Funciones.

3.Clasificación.

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 7. ASPECTOS NUTRICIONALES DE LOS MINERALES.**

1.Introducción.

2.Clasificación.

3.Funciones generales de los minerales.

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 8. ASPECTOS NUTRICIONALES DE LAS VITAMINAS.**

1.Introducción.

2.Funciones.

3.Clasificación.

4.Necesidades reales y complementos vitamínicos.

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 9. IMPORTANCIA NUTRICIONAL DEL AGUA.**

1.Introducción.

2.El agua en el cuerpo humano.

3.Distribución de agua en el cuerpo humano.

4.El agua y soluciones acuosas.

5.Recomendaciones sobre el consumo de agua.

6.Balance hídrico.

7.Trastornos relacionados con el consumo de agua.

8.Contenido de agua en los alimentos.

## **PARTE 5. VALORACIÓN CLÍNICA DEL ESTADO NUTRICIONAL PASO A PASO: LAS DIETAS**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. LA DIETA**

1.Definición y generalidades

2.Dieta equilibrada

3.Perfil calórico y recomendaciones dietéticas

4.Elaboración de una dieta

5.Mitos en nutrición y dietética

## UNIDAD DIDÁCTICA 2. VALORACIÓN DEL ESTADO NUTRICIONAL

1. Definición y generalidades
2. Entrevista con el paciente
3. Evaluación dietética
4. Evaluación clínica
5. Evaluación antropométrica
6. Evaluación bioquímica
7. Evaluación inmunológica

## UNIDAD DIDÁCTICA 3. ASPECTOS DIETÉTICOS Y NUTRICIONALES DURANTE EL EMBARAZO

1. Introducción
2. Cambios fisiológicos durante el embarazo
3. Necesidades nutricionales en el embarazo
4. Recomendaciones dietéticas en el embarazo
5. Complicaciones más frecuentes en el embarazo

## UNIDAD DIDÁCTICA 4. ASPECTOS DIETÉTICOS Y NUTRICIONALES DURANTE LA LACTANCIA

1. Cambios fisiológicos durante la lactancia
2. Necesidades nutricionales en la lactancia
3. Recomendaciones dietéticas en la lactancia
4. Medidas higiénicas y consumo de medicamentos
5. Tipos de lactancia
6. Posición para la lactancia
7. Duración y frecuencia en las tomas

## UNIDAD DIDÁCTICA 5. ASPECTOS DIETÉTICOS Y NUTRICIONALES EN EL LACTANTE

1. Cambios fisiológicos
2. Hitos del desarrollo importantes en la nutrición
3. Necesidades nutricionales del lactante (0-12 meses)
4. Alimentación complementaria o Beikost
5. Recomendaciones para preparar el biberón

## UNIDAD DIDÁCTICA 6. ASPECTOS DIETÉTICOS Y NUTRICIONALES EN LA INFANCIA

1. Cambios fisiológicos
2. Hitos del desarrollo del niño
3. Factores que influyen en la ingestión de alimentos
4. Pirámide nutricional en el niño
5. Necesidades nutricionales y recomendaciones dietéticas
6. Ritmos alimentarios durante el día.
7. Aprender a comer
8. Plan semanal de comidas
9. Importancia de una buena nutrición en la edad infantil
10. Obesidad: estrategia NAOS



11. Análisis de los hábitos alimentarios del escolar y recomendaciones a seguir
12. Comedores escolares
13. Decálogo para fomentar en los niños hábitos saludables en la alimentación

#### UNIDAD DIDÁCTICA 7. ASPECTOS DIETÉTICOS Y NUTRICIONALES DE LA ADOLESCENCIA

1. Introducción
2. Cambios fisiológicos
3. Necesidades y recomendaciones nutricionales
4. Adolescentes: consejos de una vida saludable

#### UNIDAD DIDÁCTICA 8. ASPECTOS DIETÉTICOS Y NUTRICIONALES EN LA TERCERA EDAD

1. Introducción
2. Cambios fisiológicos, psicológicos y sociales en el envejecimiento
3. Necesidades nutricionales en el envejecimiento
4. Aspectos culinarios en la dieta del anciano
5. Consejos para la planificación de los menús en ancianos
6. Alimentación básica adaptada
7. Menopausia

## PARTE 6. TRATAMIENTO PSICOLÓGICO DE LOS TRASTORNOS ALIMENTARIOS

#### UNIDAD DIDÁCTICA 1. TRASTORNOS ALIMENTARIOS O PSICOPATOLOGÍA ALIMENTARIA

1. Historia de los trastornos de la conducta alimentaria
2. Clasificación actual de los trastornos de la conducta alimentaria.
3. Factores psicológicos del proceso de la alimentación. Estudio de la personalidad
4. Formas de estudiar la personalidad
5. Factores sociales del proceso de la alimentación

#### UNIDAD DIDÁCTICA 2. FISIOLOGÍA Y NEUROBIOLOGÍA DE LA REGULACIÓN DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA

1. Desarrollo de la conducta alimentaria y sus alteraciones
2. Alteraciones neurobiológicas

#### UNIDAD DIDÁCTICA 3. TRASTORNOS MENTALES Y ALIMENTACIÓN PERTURBADA

1. Concepto y clasificación de los trastornos mentales
2. Trastornos de la ansiedad
3. Trastornos de la afectividad
4. Trastornos debidos al consumo del alcohol
5. Trastornos debidos al consumo de drogas
6. Trastornos esquizofrénicos y delirantes
7. Trastornos orgánicos: demencias

#### UNIDAD DIDÁCTICA 4. LA OBESIDAD COMO TRASTORNO ALIMENTICIO

1. Concepto de obesidad
2. Clasificación de la obesidad
3. Epidemiología
4. Etiología
5. Aspectos psicosociales
6. Comorbilidad
7. Tratamiento

#### UNIDAD DIDÁCTICA 5. ANOREXIA NERVIOSA

1. Concepto de anorexia nerviosa
2. Historia
3. Epidemiología
4. Etiología
5. Clínica de la anorexia nerviosa
6. Diagnóstico
7. Evolución y prevención
8. Tratamiento

#### UNIDAD DIDÁCTICA 6. BULIMIA NERVIOSA

1. Concepto de bulimia nerviosa
2. Evolución histórica
3. Epidemiología
4. Diagnóstico
5. Manifestaciones clínicas
6. Tratamiento
7. Diferencias entre anorexia y bulimia

#### UNIDAD DIDÁCTICA 7. OTROS TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA

1. Vigorexia
2. Ortorexia
3. Desnutrición

#### UNIDAD DIDÁCTICA 8. EVALUACIÓN CLÍNICA Y CRITERIOS DIAGNÓSTICOS DE LOS TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA

1. El proceso de evaluación
2. Criterios diagnósticos
3. Diagnóstico diferencial

#### UNIDAD DIDÁCTICA 9. TRATAMIENTO INTERDISCIPLINARIO DE LOS TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA

1. Relación del nutricionista o responsable con el paciente
2. Formas de comunicación
3. Manejo de situaciones difíciles
4. Registro de datos

- 5.Tratamiento
- 6.Abordaje clínico y nutricional
- 7.Otros abordajes

## PARTE 7. PRÁCTICA: PROGRAMA INFORMÁTICO PARA LA ELABORACIÓN DE DIETAS Y SU SEGUIMIENTO: EURODIETAS.

## PARTE 8. COACH NUTRICIONAL

### UNIDAD DIDÁCTICA 1. ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN

- 1.Conceptos: Salud, enfermedad, alimentación y nutrición
- 2.Conceptos asociados
- 3.Clasificación de los alimentos
- 4.Clasificación de los nutrientes
- 5.Necesidades de nutrientes: pirámide nutricional

### UNIDAD DIDÁCTICA 2. EL SISTEMA GASTROINTESTINAL

- 1.Conceptos básicos
- 2.Fisiología y anatomía del aparato digestivo

### UNIDAD DIDÁCTICA 3. DIGESTIÓN

- 1.La digestión
- 2.Trastornos digestivos
- 3.Reguladores de la digestión
- 4.Hiperpermeabilidad
- 5.Calorías

### UNIDAD DIDÁCTICA 4. NECESIDADES NUTRICIONALES I

- 1.Transformaciones energéticas celulares
- 2.Unidades de medida de la energía
- 3.Necesidades energéticas del adulto sano
- 4.Necesidades energéticas totales según la FAO

### UNIDAD DIDÁCTICA 5. NECESIDADES NUTRICIONALES II

- 1.Valor energético de los alimentos
- 2.Tablas de composición de los alimentos
- 3.Ley de isodinamia y ley de los mínimos

### UNIDAD DIDÁCTICA 6. COMPOSICIÓN Y VALOR NUTRITIVO DE LOS PRINCIPALES GRUPOS DE ALIMENTO

- 1.Alimentos de origen animal
- 2.Alimentos de origen vegetal

3.Otros alimentos

4.Influencia del procesado de los alimentos en su composición y valor nutricional

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 7. INTRODUCCIÓN AL COACHING**

1.Definición de coaching

2.Origen del coaching

3.Importancia del coaching. Beneficios del coaching

4.El coaching nutricional

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 8. FUNDAMENTOS DEL COACHING**

1.Conceptos y aspectos fundamentales

2.El papel del coach

3.La figura del coachee

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 9. EL PROCESO DEL COACHING**

1.Proceso de coaching

2.Fases del proceso de coaching

3.Importancia de la sesión inicial de coaching

4.Técnicas del proceso de coaching

5.El proceso de cambio

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 10. APLICACIONES DEL COACH NUTRICIONAL. LA NUTRICION DEPORTIVA**

1.Necesidades nutricionales y energéticas en el deporte

2.Elaboración de dietas para los deportistas

3.Suplementos dietéticos

4.La importancia del coach nutricional en el deporte