



OYC
oposiciones y cursos

Programa del curso profesional:

**Máster en nutrición y dietética (Certificación
de módulos Universidad Pontificia de
Comillas)**

WWW.OPOSICIONESYCURSOS.ES

Metodología

El Curso será desarrollado con una metodología Semipresencial. El sistema está organizado ateniéndonos en todo momento a las necesidades del alumno de tal forma que el alumno pueda compatibilizar el estudio con sus ocupaciones laborales o profesionales, también se realiza en esta modalidad para permitir el acceso al curso a aquellos alumnos que viven en zonas rurales lejos de los lugares habituales donde suelen realizarse los cursos y que tienen interés en continuar formándose. En este sistema de enseñanza el alumno tiene que seguir un aprendizaje sistemático y un ritmo de estudio, adaptado a sus circunstancias personales de tiempo El alumno dispondrá de un extenso material sobre los aspectos teóricos del Curso que deberá estudiar para la realización de pruebas objetivas tipo test. Para el aprobado se exigirá un mínimo de 75% del total de las respuestas acertadas.

El Alumno tendrá siempre que quiera a su disposición la atención de los profesionales tutores del curso en las tutorías presenciales así como consultas telefónicas y a través de la plataforma de teleformación.

Profesorado

Nuestro Centro fundado en 1996 dispone de 1000 m2 dedicados a formación y de 7 campus virtuales.

Tenemos una extensa plantilla de profesores especializados en las diferentes áreas formativas con amplia experiencia docentes:

Médicos, Diplomados/as en enfermería, Licenciados/as en psicología, Licenciados/as en odontología, Licenciados/as en Veterinaria, Especialistas en Administración de empresas, Economistas, Ingenieros en informática, Educadores/as sociales etc...

El alumno podrá contactar con los profesores y formular todo tipo de dudas y consultas de las siguientes formas:

- Por el aula virtual,
- Por e-mail
- Por teléfono

Prácticas

Tenemos convenios de prácticas con las mejores empresas de cada sector y existe la posibilidad, siempre contando con la disponibilidad del alumno, de la realización de estas prácticas para afianzar sus conocimientos teóricos.

TEMARIO

PARTE I:

DIETÉTICA Y NUTRICIÓN

- 1 Organización de un gabinete de nutrición y dietética
 - 1.1 Instalaciones y equipos
 - 1.2 Orientación sociolaboral
 - 1.3 Código deontológico y asociacionismo
 - 1.4 Cuestionario: Organización de un gabinete de nutrición y dietética

2 Nutrientes

- 2.1 Fundamentos de nutrición
- 2.2 Fundamentos de dietética
- 2.3 Biodisponibilidad
- 2.4 Clasificación de los nutrientes
- 2.5 Nutrientes esenciales y no esenciales
- 2.6 Macronutrientes
- 2.7 Monosacáridos
- 2.8 Disacáridos
- 2.9 Oligosacáridos y polisacáridos
- 2.10 Proteínas
- 2.11 Lípidos

3 Micronutrientes

- 3.1 Vitaminas hidrosolubles - B1
- 3.2 Vitaminas hidrosolubles - B2
- 3.3 Vitaminas hidrosolubles - B3
- 3.4 Vitaminas hidrosolubles - B5
- 3.5 Vitaminas hidrosolubles - B6
- 3.6 Vitaminas hidrosolubles - B8
- 3.7 Vitaminas hidrosolubles - B9
- 3.8 Vitaminas hidrosolubles - B12
- 3.9 Vitaminas hidrosolubles - C
- 3.10 Vitaminas liposolubles - A
- 3.11 Vitaminas liposolubles - D
- 3.12 Vitaminas liposolubles - E
- 3.13 Vitaminas liposolubles - K
- 3.14 Cuestionario: Micronutrientes

4 Macroelementos

- 4.1 Calcio
- 4.2 Magnesio
- 4.3 Potasio
- 4.4 Sodio
- 4.5 Cloro
- 4.6 Fósforo
- 4.7 Azufre
- 4.8 Cuestionario: Macronutrientes

5 Microelementos

- 5.1 Hierro
- 5.2 Cobre
- 5.3 Zinc
- 5.4 Manganeso
- 5.5 Yodo
- 5.6 Cobalto
- 5.7 Molibdeno
- 5.8 Fluor
- 5.9 Vanadio
- 5.10 Selenio
- 5.11 Cromo
- 5.12 Cuestionario: Microelementos

6 Aminoácidos

- 6.1 Valina
- 6.2 Leucina
- 6.3 Treonina
- 6.4 Lisina
- 6.5 Triptófano
- 6.6 Histidina
- 6.7 Felinalanina
- 6.8 Isoleucina
- 6.9 Arginina
- 6.10 Metionina
- 6.11 Alanina
- 6.12 Prolina
- 6.13 Glicina
- 6.14 Serina
- 6.15 Cisteína
- 6.16 Asparagina

- 6.17 Glutamina
- 6.18 Tirosina
- 6.19 Ácido aspártico
- 6.20 Ácido glutámico
- 6.21 Nutrimientos
- 6.22 Cuestionario: Aminoácidos

7 Necesidades energéticas del organismo

- 7.1 Componentes del gasto energético total
- 7.2 Metabolismo basal, actividad física y efecto térmico de los alimentos
- 7.3 Cuantificación de los gastos energéticos - la calorimetría
- 7.4 La dieta equilibrada
- 7.5 Requerimientos nutricionales
- 7.6 Metabolismo
- 7.7 Fases del metabolismo
- 7.8 Objetivos nutricionales para la población española
- 7.9 Cuestionario: Necesidades energéticas del organismo

8 Bromatología

- 8.1 Bromatología
- 8.2 Huevos y derivados
- 8.3 Grasas y aceites
- 8.4 Leche y derivados
- 8.5 Carne y derivados
- 8.6 Pescado y derivados
- 8.7 Cereales, leguminosas y tubérculos
- 8.8 Verduras, hortalizas y frutas
- 8.9 Edulcorantes, condimentos y especias
- 8.10 Bebidas
- 8.11 Cuestionario: Bromatología

9 Tablas de composición de los alimentos

- 9.1 Historia y justificación
- 9.2 Utilidades
- 9.3 Variabilidad y error
- 9.4 Errores en el uso de las TCA
- 9.5 Guías alimentarias
- 9.6 Seguridad e higiene de los alimentos

10 Nutrición fisiológica

- 10.1 Nutrición en la infancia

- 10.2 Nutrición en la adolescencia
- 10.3 Nutrición en edad adulta
- 10.4 Nutrición en la vejez
- 10.5 Nutrición y gestación
- 10.6 Nutrición y menopausia
- 10.7 Nutrición y deporte
- 10.8 Cuestionario: Nutrición fisiológica

11 Nutrición patológica

- 11.1 Nutrición en situaciones de pequeña y gran prevalencia
- 11.2 Obesidad
- 11.3 Hipertensión arterial
- 11.4 Diabetes
- 11.5 Colesterol y triglicéridos
- 11.6 Patología hepatopancreática y vesicular
- 11.7 Patología digestiva
- 11.8 Estreñimiento
- 11.9 Cáncer
- 11.10 Patología renal
- 11.11 Cuestionario: Nutrición patológica

12 Legislación alimentaria

- 12.1 Normativa básica

13 Normas generales de etiquetado

- 13.1 Introducción
- 13.2 Requisitos obligatorios
- 13.3 Excepciones
- 13.4 Cuestionario: Normas generales de etiquetado

14 Denominaciones de origen

- 14.1 Introducción
- 14.2 Características
- 14.3 Criterios
- 14.4 Normativa básica
- 14.5 Cuestionario: Denominaciones de origen

15 Aditivos alimentarios

- 15.1 Introducción
- 15.2 Función
- 15.3 Clasificación

- 15.4 Colorantes
- 15.5 Antioxidantes
- 15.6 Emulgentes
- 15.7 Estabilizantes, espesantes y gelatificantes
- 15.8 Edulcorantes
- 15.9 Potenciadores de sabor
- 15.10 Cuestionario: Aditivos alimentarios

16 Conservantes

- 16.1 Introducción
- 16.2 Otros conservantes
- 16.3 Otros antibióticos
- 16.4 Códigos de la UE - código E
- 16.5 Numero de identificación de los aditivos alimentarios
- 16.6 Normativa básica
- 16.7 Cuestionario: Conservantes

17 Irradiación de los alimentos

- 17.1 Introducción
- 17.2 Definición
- 17.3 Antecedentes
- 17.4 Proceso de irradiación
- 17.5 Utilización en alimentos
- 17.6 Legislación
- 17.7 Cuestionario: Irradiación de los alimentos

18 Alimentos para regímenes especiales

- 18.1 Definición
- 18.2 Productos de alimentación especial con legislación específica
- 18.3 Productos dietéticos carentes de legislación específica
- 18.4 Composición
- 18.5 Etiquetado
- 18.6 Legislación
- 18.7 Alimentos para celíacos
- 18.8 Alimentos para regímenes dietéticos
- 18.9 Alimentos para nutrición infantil
- 18.10 Complementos alimenticios
- 18.11 Información de comercialización
- 18.12 Legislación
- 18.13 Cuestionario: Alimentos para regímenes especiales
- 18.14 Cuestionario: Cuestionario final

PARTE II: ALIMENTACIÓN INFANTIL

TEMA 1. Fisiología Nutricional del Recién Nacido y Principios

Básicos de Nutrición Pediátrica

Fisiología Nutricional del Recién Nacido

Conceptos Básicos de la Nutrición Pediátrica

Necesidades Nutricionales del Recién Nacido

Valoración General en el Recién Nacido

Test

TEMA 2. Valoración del Estado Nutricional y del Crecimiento en el Niño

¿Qué es Nutrición?

Metabolismo Energético

Valoración del Estado Nutricional

Concepto de Crecimiento

Somatometría

Objetivos de la Detección Precoz de Alteraciones del Crecimiento y Desarrollo

Instrumentos para la Medición del Peso y la Talla

Diagnóstico del Estado Nutricional

Crecimiento y Desarrollo Motor

Resumen Valoración

Test

TEMA 3. Alimentación en el Lactante

Introducción

Lactancia Materna

Lactancia Artificial

Alimentación Complementaria

Test

TEMA 4. Tecnología y Legislación de Alimentos Infantiles

Introducción a la Tecnología de Alimentos Infantiles

Legislación de Alimentos Infantiles

Test

TEMA 5. Alimentación en las Etapas del Niño

Alimentación en la Etapa Preescolar

Alimentación en la Etapa Escolar

Alimentación en la Etapa Adolescente

Lo que hemos aprendido

Test

Naturopatía

MÓDULO 1. INTRODUCCIÓN A LA ANATOMÍA Y FISIOLÓGÍA HUMANA. APLICACIÓN PRÁCTICA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. EL SISTEMA ÓSEO

Morfología y fisiología ósea

Desarrollo óseo

Cabeza

Columna vertebral

Tronco

Extremidades

Cartílagos

Esqueleto apendicular

Articulaciones y movimientos

UNIDAD DIDÁCTICA 2. EL SISTEMA MUSCULAR

Fisiología muscular

Ligamentos

Musculatura dorsal

UNIDAD DIDÁCTICA 3. ANATOMÍA REGIONAL (I)

Extremidades superiores

Extremidades inferiores

UNIDAD DIDÁCTICA 4. ANATOMÍA REGIONAL (II)

El abdomen

Tórax

Cabeza y cuello

UNIDAD DIDÁCTICA 5. EL SISTEMA NERVIOSO

El sistema nervioso

Sistema nervioso central

Sistema nervioso periférico

Sistema nervioso autónomo o vegetativo

UNIDAD DIDÁCTICA 6. EL SISTEMA RESPIRATORIO

Introducción

El aparato respiratorio

El proceso respiratorio

UNIDAD DIDÁCTICA 7. EL SISTEMA DIGESTIVO

Introducción al sistema digestivo

La boca

La deglución

El estómago

El intestino

El páncreas

El hígado y la bilis

Movimientos del tracto digestivo

UNIDAD DIDÁCTICA 8. EL SISTEMA CIRCULATORIO

El aparato cardiovascular

Vasos sanguíneos

MÓDULO 2. INTRODUCCIÓN A LA HOMEOPATÍA Y LA FITOTERAPIA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. FARMACIA ALTERNATIVA: HOMEOPATÍA Y FITOTERAPIA

¿Qué es la Homeopatía?

Principios básicos de la homeopatía

Origen de los medicamentos homeopáticos

Preparación de las diluciones

Receta homeopática

Algunos tratamientos en homeopatía

¿Qué es la Fitoterapia?

Recolección de las plantas medicinales

Sistemas de secado, almacenamiento y conservación

Extracción y preparación de las plantas

Formas de aplicación de las plantas medicinales

Fitoterapia para afecciones del aparato respiratorio

Fitoterapia para afecciones del corazón y aparato circulatorio

Fitoterapia del aparato digestivo

Fitoterapia básica del metabolismo

Fitoterapia básica de piel y faneras

Aspectos legales del uso de plantas medicinales en España

MÓDULO 3. EXPERTO EN PLANTAS MEDICINALES

UNIDAD DIDÁCTICA 1. INTRODUCCIÓN A LA FITOTERAPIA

Definición de conceptos

Evolución histórica de la Fitoterapia

Conceptos básicos actuales en Fitoterapia

Medicamentos de síntesis química y plantas medicinales

La utilización de las plantas medicinales

Legislación

UNIDAD DIDÁCTICA 2. CONSTITUYENTES DE LAS PLANTAS MEDICINALES

Principios activos

Partes de las plantas medicinales que se pueden utilizar

Clasificación de las plantas medicinales

UNIDAD DIDÁCTICA 3. ADMINISTRACIÓN DE LAS PLANTAS MEDICINALES

Cultivo, recolección y conservación de las plantas medicinales

Técnicas de preparación de las plantas medicinales

Dosificación de las plantas medicinales

Calidad, eficacia y seguridad en la utilización de plantas medicinales

Otros usos de las plantas medicinales

UNIDAD DIDÁCTICA 4. PLANTAS MEDICINALES MÁS UTILIZADAS (I)

Introducción

Plantas medicinales de la letra A a la letra F

UNIDAD DIDÁCTICA 5. PLANTAS MEDICINALES MÁS UTILIZADAS (II)

Introducción

Plantas medicinales de la letra G a la letra Z

MÓDULO 4. EXPERTO EN DIETÉTICA Y NUTRICIÓN: DIETOTERAPIA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. LA DIETA

Introducción

Dieta equilibrada

Principales relaciones entre energía y nutrientes

Aportes dietéticos recomendados

La dieta mediterránea

Dieta equilibrada comiendo fuera de casa

Mitos en nutrición y dietética

UNIDAD DIDÁCTICA 2. TABLA DE COMPOSICIÓN DE ALIMENTOS I

Qué son las tablas de composición de alimentos

Tablas de composición de alimentos

- Tablas de composición de alimentos. Cereales
- Tablas de composición de alimentos. Leguminosas
- Tablas de composición de alimentos. Tubérculos y hortalizas
- Tablas de composición de alimentos. Frutas
- Tablas de composición de alimentos. Frutos secos
- Tablas de composición de alimentos. Leche y derivados.
- Tablas de composición de alimentos. Huevos

UNIDAD DIDÁCTICA 3. TABLA DE COMPOSICIÓN DE ALIMENTOS II

Tablas de composición de alimentos

- Tablas de composición de alimentos. Azúcares y dulces varios
- Tablas de composición de alimentos. Aceites y grasas
- Tablas de composición de alimentos. Pescados
- Tablas de composición de alimentos. Carne

UNIDAD DIDÁCTICA 4. VALORACIÓN DEL ESTADO NUTRICIONAL

Entrevista con el paciente

Evaluación dietética

Evaluación clínica

Evaluación antropométrica

Evaluación bioquímica

Evaluación inmunológica

UNIDAD DIDÁCTICA 5. DIETAS EN ESTADOS FISIOLÓGICOS

La mujer embarazada

La mujer en el momento de lactancia

La infancia

- Necesidades nutricionales en el primer año de vida

- Niño preescolar de 1- 3 años de edad

- Niños de 4-6 años de edad

- Niño escolar de 7- 12 años de edad

La adolescencia

- Necesidades y recomendaciones nutricionales

El adulto sano

La mujer con menopausia

El anciano

UNIDAD DIDÁCTICA 6. DIETAS EN DIFERENTES ESTADOS PATOLÓGICOS

Dieta hiposódica

Dieta hipocalórica

Dieta hipercalórica

Dieta y anemia

Dieta baja en azúcar

Dieta para la osteoporosis

Dieta astringente

Dieta de protección gástrica. Antiulcerosa común

Dieta pobre en grasa. Protección Biliar

Dieta laxante

Dieta para reducir el ácido úrico. Hiperuricemia

ANEXOS

Dieta hiposódica

Dieta hipocalórica

Dieta hipocalórica I

Dieta hipocalórica II

Ejemplo de dieta hipocalórica III

Dieta baja en azúcar

Dieta astringente moderada

Dieta pobre en grasa

Dieta laxante

Dieta vegetariana

Dieta proteica

Dieta ayurvédica

Dieta durante el embarazo

**MÓDULO 5. PARTE PRÁCTICA. SOFTWARE ORIGINAL DE
ELABORACIÓN DE DIETAS: EURODIETAS**