



Cursos de Formación Ocupacional

Abierta convocatoria

ELABORAR DIETAS ADAPTADAS A LA POBLACIÓN SANA: 175horas

El objetivo de este curso es Analizar los principios y las fórmulas necesarios para la elaboración de una dieta equilibrada dirigida a individuos o colectivos sanos.

Contenidos Teóricos

- Fundamentos y Técnicas de Valoración Nutricional
- Nutrientes, Metabolismo, funciones y Necesidades
- Alimentación y Nutrición
- Energía y Requerimientos Energéticos
- Bases de Química Orgánica; Principios de Termodinámica
- Metabolismo Energético
- Nutrientes
- Glúcidos
- Fibra Alimentaria
- Lípidos
- Proteínas
- Vitaminas
- Sustancias Minerales
- Agua y Electrolitos
- Evaluación Nutricional, Historia Dietética y Encuesta Alimentaria
- Los Alimentos
- Leche y Derivados
- Carnes, Peces, Huevos y Derivados
- Cereales, Tubérculos y Legumbres
- Frutas, Hortalizas y Verduras
- Aceites y Grasas Alimentarias
- Productos Dulces, Aditivos y Alimentos Estimulantes
- Alimentación y Dieta Equilibrada
- Alimentación Equilibrada en Diferentes Etapas de la Vida y Situaciones Fisiológicas
- Alimentación Colectiva
- Determinación de Necesidades Energéticas y Nutricionales
- Criterios de Valoración del Estado Nutricional
- Técnicas para la Elaboración de Dietas
- Aplicaciones Informáticas para el Calculo de Necesidades Nutricionales y Elaboración de Dietas.

Contenidos Prácticos

- Tomar Medidas Antropométricas
- Realizar Entrevistas Dietéticas
- Determinación de Estado Nutricional, Características Dietéticas y Posibles Carencias Nutricionales.
- Elaborar Dietas Adaptadas
- Calcular el Total de Energía de una Dieta en Función a sus Características
- Cálculo de Nutrientes
- Valorar el Grado de Aceptación de Menús
- **Prácticas en el Servicio de Cocina del Hospital Sant Joan de Deu**



Horario : Lunes tarde , Miércoles y Viernes mañana.

Fecha de inicio : 25 de Octubre