



# MAESTRÍA INTERNACIONAL EN DIETÉTICA Y NUTRICIÓN + MAESTRÍA INTERNACIONAL EN COACHING NUTRICIONAL -DOBLE TITULACIÓN- (Diploma acreditado por Apostilla de La Haya)

LALB008



Certificación universitaria internacional:



Escuela asociada a:





## DESTINATARIOS

La **Maestría Internacional En Dietética Y Nutrición + Maestría Internacional En Coaching Nutricional** se dirige a todas aquellas personas que quieran especializarse en el ámbito de la alimentación y la dietética. A lo largo de la formación, el alumno estudiará las necesidades nutricionales, el valor nutritivo de los alimentos. Por otro lado, se formará en dietoterapia y en la aplicación del coaching nutricional para gestionar los interventores psicológicos. Una vez finalizada la titulación, el alumno tendrá los conocimientos necesarios para diagnosticar, prevenir y tratar el sobrepeso como dietista-nutricionista profesional.



## MODALIDAD

**ON LINE:** una vez recibida tu matrícula, enviaremos a tu correo electrónico las claves de acceso a nuestro Campus Virtual donde encontrarás todo el material de estudio.



## DURACIÓN

La duración del curso es de 600 horas.



## IMPORTE

Importe Original: ~~1488\$~~

**Importe Actual: 744\$**



## CERTIFICACIÓN OBTENIDA

Una vez finalizados los estudios y superadas las pruebas de evaluación, el alumno recibirá un diploma que certifica la “**MAESTRÍA INTERNACIONAL EN DIETÉTICA Y NUTRICIÓN + MAESTRÍA INTERNACIONAL EN COACHING NUTRICIONAL**”, de la **ESCUELA INTERNACIONAL DE DIETÉTICA, NUTRICIÓN Y SALUD** avalada por nuestra condición de socios de la CECAP y AEEN, máximas instituciones españolas en formación y de calidad.

Los diplomas, además, llevan el sello de Notario Europeo, que da fe de la validez de los contenidos y autenticidad del título a nivel nacional e internacional.

El alumno tiene la opción de solicitar junto a su diploma un Carné Acreditativo de la formación firmado y sellado por la escuela, válido para demostrar los contenidos adquiridos.

Además podrá solicitar una Certificación Universitaria Internacional de la Universidad Católica de Cuyo-DQ con un reconocimiento de 24 ECTS.

La titulación dispone de la **APOSTILLA DE LA HAYA** (Certificación Oficial que da validez a la Titulación ante el Ministerio de Educación de más de 200 países de todo el mundo)



### PARTE 1. DIETÉTICA Y NUTRICIÓN

#### UNIDAD DIDÁCTICA 1. CONCEPTOS Y DEFINICIONES

1. Bromatología
2. Alimentación y nutrición
  - Alimentación, alimentos y raciones
  - Nutrición y nutrientes
  - ¿Cuál es la relación entre la alimentación y la nutrición?
3. Dietética, dieta y dietista-nutricionista
4. Salud y enfermedad

#### UNIDAD DIDÁCTICA 2. CLASIFICACIÓN DE ALIMENTOS Y NUTRIENTES.

1. Clasificación de los alimentos
2. Clasificación de los nutrientes
  - Macronutrientes
  - Hidratos de carbono y glúcidos
  - Lípidos
  - Proteínas
  - Agua
  - Micronutrientes
  - Vitaminas
  - Minerales
3. Grupos de alimentos
  - Pirámide de la alimentación saludable
  - Rueda de los alimentos
  - Plato para comer saludable

#### UNIDAD DIDÁCTICA 3. APARATO DIGESTIVO

1. Definición y generalidades
2. Anatomía y fisiología del aparato digestivo
3. Digestión

#### UNIDAD DIDÁCTICA 4. NECESIDADES NUTRICIONALES

1. Introducción a la bioquímica
  - Enlaces covalentes
  - Clasificación de los enlaces covalentes
  - Enlaces de hidrógeno o puente de hidrógeno
  - Fuerzas hidrofóbicas
  - Transformaciones celulares de los macronutrientes
  - Hidratos de carbono o azúcares
  - Lípidos o grasas
  - Proteínas
  - ATP o adenosín trifosfato
2. Metabolismo
  - Rutas metabólicas
3. Unidades de medida de la energía
4. Valor calórico de los alimentos
  - Valor nutritivo y valor energético y de los alimentos
  - Medición del valor energético/calórico de los alimentos

- Medición directa
  - Medición indirecta
  - Métodos teóricos
5. Necesidades energéticas de un individuo sano
    - Gasto energético y reposo (GER)
    - Gasto energético total (GET)
    - Consejos para acelerar el metabolismo basal

#### UNIDAD DIDÁCTICA 5. HIDRATOS DE CARBONO

1. Definición y generalidades
2. Clasificación de los hidratos de carbono
  - Monosacáridos
  - Oligosacáridos
  - Polisacáridos
3. Funciones de los hidratos de carbono
4. Digestión de los hidratos de carbono
5. Metabolismo de los hidratos de carbono
  - Glucólisis
  - Vía de las pentosas
  - Ciclo de Krebs
  - Fosforilación oxidativa
  - Gluconeogénesis
  - Ciclo de Cori
  - Metabolismo del glucógeno
6. Fibra dietética

#### UNIDAD DIDÁCTICA 6. LÍPIDOS

1. Definición y generalidades
2. Funciones lipídicas
3. Ácidos grasos
  - Biosíntesis
  - Catabolismo
4. Clasificación de los lípidos
  - Perspectiva dietética y nutricional
  - Perspectiva química
  - Saponificables
  - Insaponificables
5. Digestión y absorción lipídica
6. Distribución y transporte lipídico

#### UNIDAD DIDÁCTICA 7. PROTEÍNAS

1. Definición y generalidades
2. Aminoácidos
3. Clasificación de las proteínas
  - Proteínas simples
  - Proteínas conjugadas
  - Proteínas derivadas
4. Digestión y absorción proteica
5. Metabolismo proteico
  - Descarboxilación
  - Desaminación
  - Transaminación
  - Desaminación oxidativa
  - Ciclo de la urea
  - Ciclo de krebs o ciclo del ácido cítrico
  - Gluconeogénesis
  - Síntesis de los ácidos grasos
  - Síntesis de las proteínas
6. Necesidades proteicas

7. Origen y valor biológico de las proteínas
  - Proteínas de origen animal
  - Proteínas de origen vegetal
8. Enfermedades relacionadas

### UNIDAD DIDÁCTICA 8. VITAMINAS

1. Definición y generalidades
2. Clasificación de las vitaminas
  - Vitaminas liposolubles
  - Vitamina A o retinol
  - Vitamina D o calciferol
  - Vitamina E o tocoferol
  - Vitamina K
  - Vitaminas hidrosolubles
  - Vitamina C o ácido ascórbico
  - Complejo B
3. Enfermedades por ausencia o exceso de vitaminas
  - Avitaminosis e hipovitaminosis
  - Hipervitaminosis

### UNIDAD DIDÁCTICA 9. MINERALES

1. Definición y generalidades
2. Clasificación de los minerales
  - Macrominerales
  - Calcio
  - Fósforo
  - Magnesio
  - Azufre
  - Sodio, potasio y cloro
  - Microminerales
  - Hierro
  - Cobre
  - Yodo
  - Magnesio
  - Cromo
  - Cobalto
  - Zinc
  - Flúor
  - Selenio
10. UNIDAD DIDÁCTICA 10. AGUA
  1. Definición y generalidades
  2. Funciones del agua
  3. Balance hídrico
  4. Sed y deshidratación crónica
  5. Consejos para mantener una buena hidratación

### SOLUCIONARIO

### BIBLIOGRAFÍA

## PARTE 2. DIETOTERAPIA. ELABORACIÓN DE DIETAS

### UNIDAD DIDÁCTICA 1. LA DIETA

1. Conceptualización
2. Dieta equilibrada
  - Elaboración de una dieta equilibrada

3. Mitos en nutrición y dietética

### UNIDAD DIDÁCTICA 2. SALUD Y BIENESTAR NUTRICIONAL

1. Valoración del estado nutricional
  - Anamnesis
  - Historia clínica, datos socioeconómicos y psicosociales, y estilo de vida
  - Historia dietética y hábitos alimentarios
  - Actividad física
  - Estudio antropométrico y composición corporal
  - Protocolo de preparación
  - Material antropométrico
  - Medidas básicas
  - Parámetros bioquímicos
  - Proteínas somáticas (corporal/muscular)
  - Proteínas viscerales

### UNIDAD DIDÁCTICA 3. DIETÉTICA Y NUTRICIÓN DURANTE EL EMBARAZO

1. Cambios fisiológicos
2. Necesidades y recomendaciones nutricionales
3. Trastornos alimentarios comunes
4. Modelo de dieta

### UNIDAD DIDÁCTICA 4. DIETÉTICA Y NUTRICIÓN DE LA MADRE DURANTE LA LACTANCIA

1. Cambios fisiológicos
2. Necesidades y recomendaciones nutricionales
3. Recomendaciones dietéticas en la lactancia
4. Tipos de lactancia
  - Lactancia materna
  - Lactancia artificial
5. Modelo de dieta

### UNIDAD DIDÁCTICA 5. DIETÉTICA Y NUTRICIÓN DEL LACTANTE

1. Cambios fisiológicos
2. Necesidades y recomendaciones nutricionales
  - Alimentación complementaria o *Beikost*
  - El biberón

### UNIDAD DIDÁCTICA 6. DIETÉTICA Y NUTRICIÓN DEL INFANTE

1. Cambios fisiológicos
2. Pirámide nutricional infantil
3. Necesidades y recomendaciones nutricionales
  - Buenos hábitos alimentarios
4. Modelo de dieta

### UNIDAD DIDÁCTICA 7. DIETÉTICA Y NUTRICIÓN DEL ADOLESCENTE

1. Cambios fisiológicos
2. Modificación de las costumbres y de los hábitos
  - Necesidades y recomendaciones nutricionales

- Buenos hábitos alimentarios
3. Modelo de dieta

## **UNIDAD DIDÁCTICA 8. DIETÉTICA Y NUTRICIÓN EN LA TERCERA EDAD**

1. Cambios fisiológicos
2. Cambios sociológicos
3. Necesidades y recomendaciones nutricionales
  - Buenos hábitos alimentarios
  - Evitar la malnutrición
4. Consejos para mantenerse activo
5. Modelo de dieta

## **SOLUCIONARIO**

## **BIBLIOGRAFÍA**

### **PARTE 3. COACHING NUTRICIONAL**

1. El coaching
2. Introducción al coaching
3. El coach
4. El ciclo del coaching
5. La mochila
6. Las 7 etapas
7. Bill Gates: La retroalimentación
8. El feedback
9. La aceptación del error
10. El caso Pans
11. El caso Papelería Bonilla
12. Navaja de Ockham
13. Coaching ejecutivo y profesional I
14. Coaching ejecutivo y profesional II
15. Coaching personal
16. Dejar de fumar
17. Principios básicos para el éxito en un proceso de coaching
18. Agentes en los procesos de coaching
19. Fases del coaching
20. Análisis de la organización
21. Planificación del programación
22. Importancia de la evaluación
23. Devolución de la información de la evaluación
24. Diseño del plan individualizado
25. Puesta en marcha del plan de acción
26. Sesiones de seguimiento
27. Evaluaciones periódicas