

PUBLICIDAD. Si recibes este mensaje sin imágenes por favor haz [clic aquí](#)

CURSO PRÁCTICO EN PREVENCIÓN DEL SOBREPESO Y MEJORA NUTRICIONAL



El sobrepeso y los malos hábitos alimentarios son dos problemas importantes de salud pública en nuestra sociedad actual. Gracias a los planes de sensibilización puestos en marcha desde las administraciones públicas, se puede decir que existe un importante interés por poner freno a esta epidemia.

Los colectivos del mundo sanitario y educativo, desde sus diferentes actividades profesio-

sionales, tienen la oportunidad de intervenir de una manera muy directa sobre la población, orientando hacia la mejora de los hábitos alimenticios.

Es por ello que dichos profesionales demandan una formación continua que actualice y/o complemente su formación académica y que les facilite de manera muy práctica, el acceso a las últimas novedades científicas y protocolos de actuación en esta materia.



OBJETIVOS

- Facilitar y/o actualizar los conocimientos prácticos en nutrición y alimentación necesarios para la intervención en programas de educación y sensibilización para una alimentación equilibrada y saludable, incidiendo de manera especial en la población infantil y adolescente.
- Profundizar en el conocimiento de las pautas más adecuadas para la prevención / control del sobrepeso en personas sanas.
- Conocer las bases científicas y los errores existentes en relación con los alimentos funcionales, los suplementos dietéticos, los productos milagro y las dietas mágicas, para saber orientar adecuadamente en su uso.

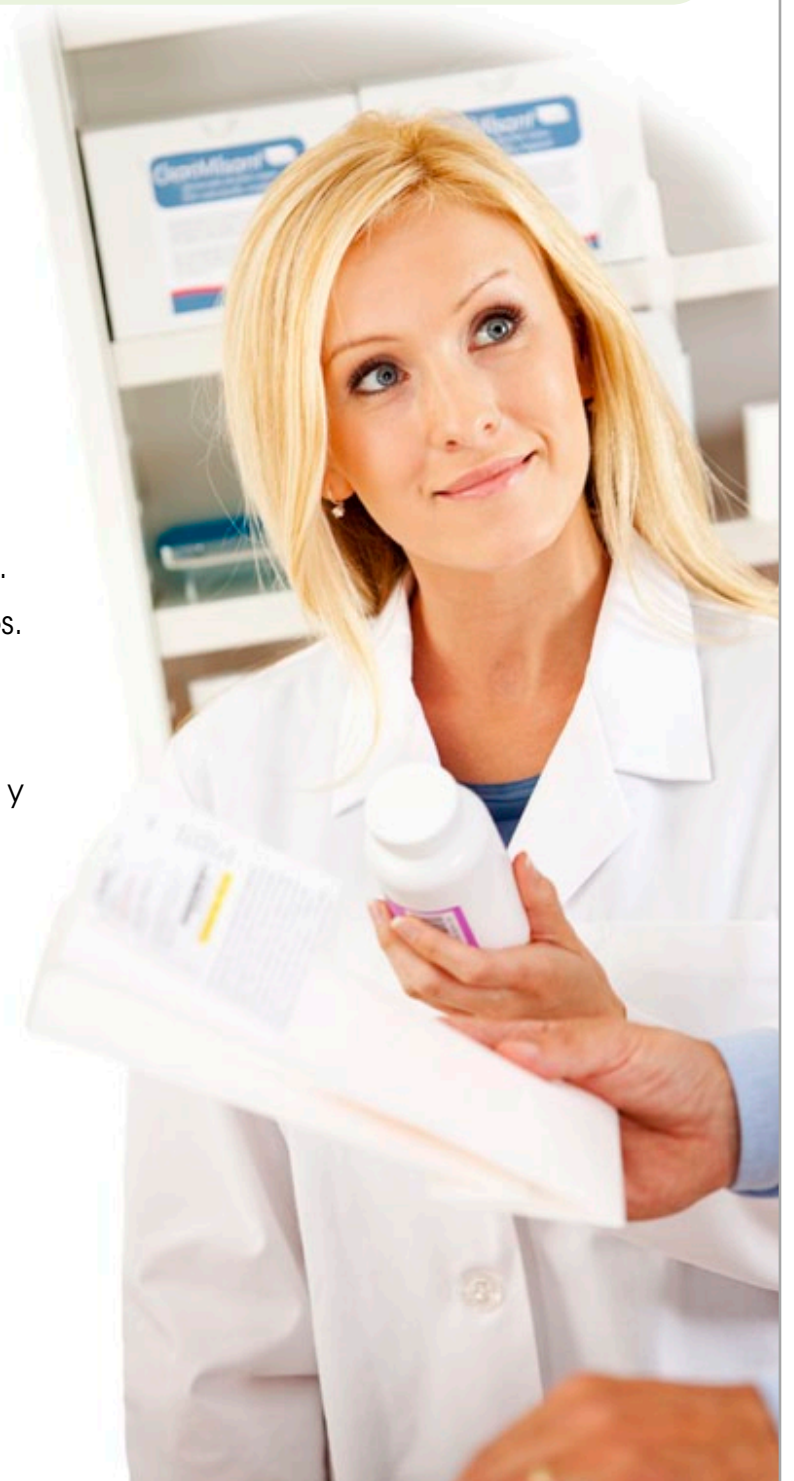
PROGRAMA

- 1 Principios de nutrición/alimentación. Los alimentos como fuente de energía y nutrientes.
- 2 Alimentación saludable. Distribución de los alimentos en las ingestas diarias.
- 3 Dieta equilibrada. Cálculo del gasto energético y de las necesidades nutricionales de un individuo.
- 4 Métodos de valoración del estado nutricional.
- 5 Dietética. Planificación de una alimentación correcta. Valoración dietética de diversos individuos y colectivos.
- 6 Alimentación y control de peso. Dietética aplicada al sobrepeso.
- 7 Pautas para una correcta alimentación en la infancia y adolescencia.
- 8 Trastornos del comportamiento alimentario.
- 9 Alimentación y ejercicio físico.
- 10 Alimentos funcionales.
- 11 Suplementos y complementos nutricionales.
- 12 Errores y controversias en alimentación.
- 13 Dietas mágicas y productos milagro.

DIRECCIÓN ACADÉMICA

Rosa M^a Ortega Anta

Catedrática en Nutrición. Profesora del Departamento de Nutrición y Bromatología. Facultad de Farmacia. Universidad Complutense de Madrid.



DURACIÓN

- El curso equivale a 90 horas de formación a realizar durante 3 meses.

ACREDITACIÓN

- Curso acreditado con 10,9 créditos del SNS. Avalado por Sociedad Española de Nutrición Comunitaria-SENC y por la ASEN (Asociación de Estudios Nutricionales).

INICIO

- mayo 2011

MODALIDAD FORMATIVA

- El curso se imparte a distancia (on line), a través de un aula virtual de fácil manejo.

MATRÍCULA

- 595 €
- Curso 100% bonificable a través de la Fundación Tripartita para la formación en el empleo.

INFORMACIÓN

91 541 08 00 | info@cursoscoinsa.com | www.cursoscoinsa.com