



## Programa Académico

**Diplomado**  
**Nutrición en Salud**

## Introducción

Aprende técnicas y conocimientos sobre nutrición para acompañar procesos de alimentación en cualquier tipo de paciente e incluso en dietas especiales como el vegetarianismo.

### ¿Qué vas a aprender?

**Mejor comprensión de la ciencia alimentaria:** Aprenderás sobre cómo los alimentos afectan el cuerpo a nivel biológico y químico.

**Habilidades para diseñar dietas:** Podrás crear planes nutricionales personalizados que se adapten a las necesidades específicas de distintos individuos.

**Promoción de estilos de vida saludables:** Estarás equipado para educar a otros sobre la importancia de la nutrición y el bienestar general.

**Avance profesional:** Un diplomado puede abrirte puertas en diversas áreas como clínicas, hospitales, centros deportivos o en la industria alimentaria.

**Capacidad de evaluación crítica:** Desarrollarás la habilidad para analizar y evaluar críticamente la información nutricional y las tendencias dietéticas, lo cual es vital dado el exceso de información y mitos alrededor de la alimentación.



# Módulos a Desarrollar

Módulo 1: Generalidades

Módulo 2: Macronutrientes

Módulo 3: Micronutrientes

Módulo 4: Fibra Alimentaria y Microbiota

Módulo 5: Proceso Digestivo

Módulo 6: Metabolismo de los Nutrientes

Módulo 7: Ciclo de la Vida

Módulo 8: Grupo de Alimentos

Módulo 9: Etiquetado Nutricional

Módulo 10: Composición Corporal y Antropometría

Módulo 11: Diseño y Programación de Dieta

Módulo 12: Malnutrición

Módulo 13: Alergias e Intolerancias Alimentarias

Módulo 14: Trastornos de la Conducta Alimentaria

Módulo 15: Dietas Vegetarianas

Módulo 16: Nutrición en el Entrenamiento



## Generalidades

- ▶ Conceptos generales de nutrición en salud
- ▶ Leyes de la alimentación
- ▶ Alimentos vs nutrientes
- ▶ Grupo de alimentos
- ▶ Las 7 maravillas de la nutrición

## Macronutrientes

- ▶ Hidratos de carbono
- ▶ Lípidos o grasas
- ▶ Proteínas

## Micronutrientes

- ▶ **Vitaminas: Generalidades**
- ▶ **Vitaminas: Clasificación**
- ▶ **Minerales 1**
- ▶ **Minerales 2**

## Fibra Alimentaria y Microbiota

- ▶ **Fibras Alimentarias**
- ▶ **Agua y Electrolito**
- ▶ **Microbiota Intestinal**



## Proceso Digestivo

- ▶ Introducción al proceso digestivo
- ▶ Tubo digestivo
- ▶ Glandulas anexas (de colaboración)
- ▶ Enzimas

## Metabolismo de los Nutrientes

- ▶ Introducción al metabolismo
- ▶ Fases del metabolismo



 **Módulo 7**

## Ciclo de la vida

- ▶ **Ciclo de la vida**
- ▶ **Lactancia materna**
- ▶ **Alimentación y embarazo**

 **Módulo 8**

## Grupo de Alimentos

- ▶ **Grupos de alimentos**
- ▶ **Higiene alimentaria**



 **Módulo 9**

## **Etiquetado Nutricional**

- ▶ **Etiquetado Nutricional**
- ▶ **Ultraprocesados y su impacto en la salud**

 **Módulo 10**

## **Composición corporal y Antropometría**

- ▶ **Composición corporal**
- ▶ **Antropometría**
- ▶ **Antropometría (Video-práctico)**
- ▶ **Valoración Nutricional**





## Módulo 11

# Diseño y Programación de Dieta

- ▶ Diseño y programación de dieta
- ▶ Guías alimentarias basadas en alimentos GABAS
- ▶ Unidades de energía

## Módulo 12

# Malnutrición

- ▶ Concepto de malnutrición
- ▶ Obesidad
- ▶ Desnutrición
- ▶ Malnutrición por déficit de micronutrientes



 **Módulo 13**

## **Alergias e Intolerancias Alimentarias**

- ▶ **Alergias alimentarias**
- ▶ **Intolerancia alimentaria**

 **Módulo 14**

## **Trastornos de la Conducta Alimentaria**

- ▶ **Trastornos de la conducta alimentaria**



 Módulo 15

## Dietas Vegetarianas

- ▶ Dieta vegetariana
- ▶ Dietas de moda

 Módulo 16

## Nutrición en el Entrenamiento

- ▶ Nutrición para el entrenamiento y la competición
- ▶ Clasificación de los suplementos





Última Actualización  
27 de Agosto de 2024