



# Cursos Superiores

Curso Superior en Elaboración de Dietas



**INESEM**  
BUSINESS SCHOOL

INESEM BUSINESS SCHOOL

# Índice

Curso Superior en Elaboración de Dietas

**1. Sobre INESEM**

**2. Curso Superior en Elaboración de Dietas**

[Descripción](#) / [Para que te prepara](#) / [Salidas Laborales](#) / [Resumen](#) / [A quién va dirigido](#) /

[Objetivos](#)

**3. Programa académico**

**4. Metodología de Enseñanza**

**5. ¿Por qué elegir INESEM?**

**6. Orientación**

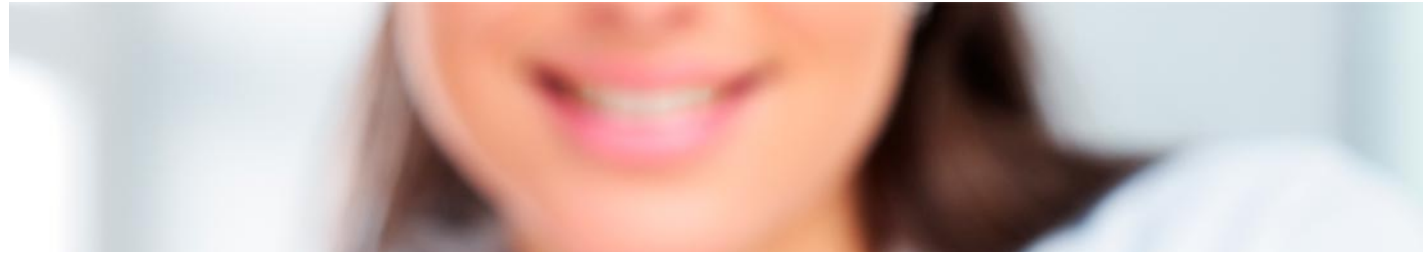
**7. Financiación y Becas**

# SOBRE INESEM BUSINESS SCHOOL



INESEM Business School como Escuela de Negocios Online tiene por objetivo desde su nacimiento trabajar para fomentar y contribuir al desarrollo profesional y personal de sus alumnos. Promovemos ***una enseñanza multidisciplinar e integrada***, mediante la aplicación de ***metodologías innovadoras de aprendizaje*** que faciliten la interiorización de conocimientos para una aplicación práctica orientada al cumplimiento de los objetivos de nuestros itinerarios formativos.

En definitiva, en INESEM queremos ser el lugar donde te gustaría desarrollar y mejorar tu carrera profesional. ***Porque sabemos que la clave del éxito en el mercado es la "Formación Práctica" que permita superar los retos que deben de afrontar los profesionales del futuro.***



## Curso Superior en Elaboración de Dietas



DURACIÓN	400
PRECIO	460 €
MODALIDAD	Online

Entidad impartidora:



**INESEM**  
BUSINESS SCHOOL

Programa de Becas / Financiación 100% Sin Intereses

## Titulación Cursos Superiores

- Título Propio del Instituto Europeo de Estudios Empresariales (INESEM) "Enseñanza no oficial y no conducente a la obtención de un título con carácter oficial o certificado de profesionalidad."

# Resumen

Cada vez es más demandada la figura profesional sanitaria que tenga los conocimientos idóneos para la elaboración de dietas saludables. La mayoría de enfermedades crónicas de la sociedad actual están inducidas por hábitos de vida poco saludables, donde tiene un peso importante los hábitos alimentarios. Por ese motivo se hace necesario que los profesionales de la salud se formen en este sentido y adquieran los conocimientos necesarios para realizar una intervención dietética segura. Así pues, tras el estudio de este curso, el alumno será capaz de participar en el proceso de mejora de hábitos de vida de la sociedad, aplicando de manera individualizada sus conocimientos en dietética y nutrición.

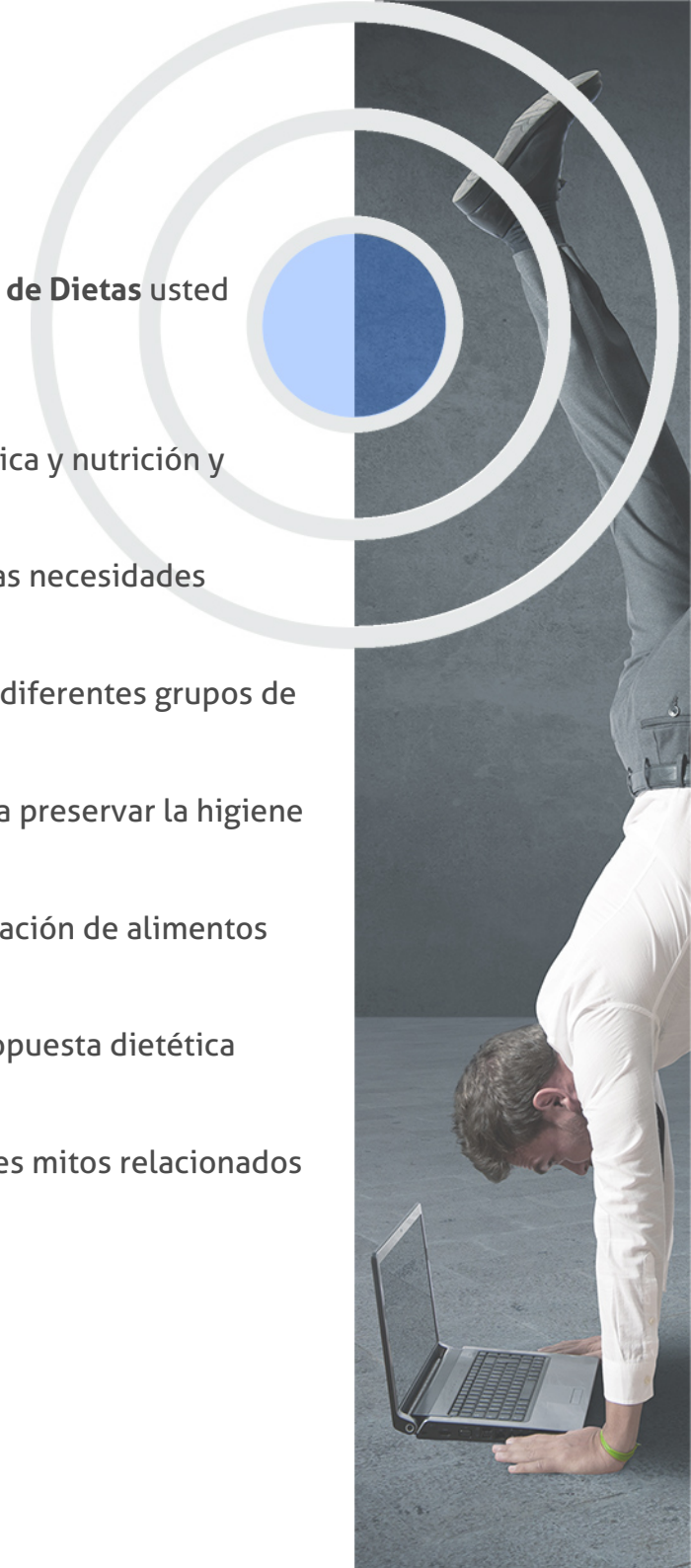
## A quién va dirigido

Este Curso Superior en Elaboración de Dietas está dirigido a todas aquellas personas que deseen adquirir conocimientos sobre nutrición y especialmente, para aquellos profesionales o estudiantes de áreas relacionadas con la dietética como el sector de la sanidad o el de la nutrición que busquen mejorar su perfil profesional o especializarse en este ámbito.

# Objetivos

Con el Cursos Superiores **Curso Superior en Elaboración de Dietas** usted alcanzará los siguientes objetivos:

- Adquirir los conocimientos necesarios sobre dietética y nutrición y comprender cómo influye en la salud.
- Utilizar las herramientas necesarias para conocer las necesidades energéticas y de nutrientes del organismo.
- Estudiar los valores nutritivos y energéticos de los diferentes grupos de alimentos.
- Conocer las distintas técnicas de manipulación para preservar la higiene alimentaria.
- Estudiar la clasificación de los métodos de conservación de alimentos tanto físicos como químicos.
- Analizar el estado nutricional para elaborar una propuesta dietética basada en las necesidades del sujeto.
- Crear dietas equilibradas y desmentir los principales mitos relacionados con la dietética y la nutrición.







¿Y, después?

### Para qué te prepara

Este Curso Superior en Elaboración de Dietas te prepara para elaborar dietas especializadas bajo el conocimiento de las necesidades energéticas del ser humano. Estudiarás las funciones de los hidratos de carbono, los lípidos y otros nutrientes esenciales, además de conocer la composición y valores nutritivos de los alimentos. Profundizarás en la bromatología para la manipulación, tratamiento y correcta conservación de los alimentos.

### Salidas Laborales

Con el Curso Superior en Elaboración de Dietas podrás trabajar en el sector de la nutrición, especializado en la creación de dietas como puede ser: Dietista-Nutricionista, Consultor Médico especializado, Responsable de elaboración de menús equilibrados en distintas instituciones, Técnico de Calidad y Seguridad Alimentaria, Asesor Dietético o incluso crear tu propia empresa de Dietética.

# ¿Por qué elegir INESEM?



# PROGRAMA ACADÉMICO

Curso Superior en Elaboración de Dietas

Módulo 1. **Introducción a la nutrición humana y dietética**

Módulo 2. **Grupos de alimentos: aproximaciones a su estudio, valor nutricional y principios de higiene alimentaria**

Módulo 3. **Elaboración de dietas en estados patológicos**

### Módulo 1.

## Introducción a la nutrición humana y dietética

### Unidad didáctica 1.

#### Principios básicos de dietética y nutrición

---

1. Bromatología
2. La ingestión alimenticia
3. La importancia de la nutrición
4. Clasificación de los alimentos
5. Clasificación de los nutrientes
6. La ciencia de la dietética
7. ¿Qué es una dieta?
8. ¿Qué es una ración?
9. El concepto del dietista-nutricionista
10. ¿Qué es la salud?
11. ¿Qué es la enfermedad?

### Unidad didáctica 2.

#### Alimentos: componentes esenciales

---

1. Los alimentos y su clasificación
2. Los nutrientes y su clasificación
3. Guías alimentarias y las necesidades nutricionales

### Unidad didáctica 3.

#### Anatomía y fisiología del aparato digestivo

---

1. Conceptos fundamentales en dietética y nutrición
2. Funcionamiento del aparato digestivo
3. El proceso de la digestión

### Unidad didáctica 4.

#### Necesidades de los alimentos: nutrición y energía

---

1. La transformación celular energética
2. ¿Cuáles son las unidades de medida de la energía?
3. El adulto sano y sus necesidades energéticas
4. Los alimentos y su valor calórico

### Unidad didáctica 5.

#### Nutrientes energéticos i: hidratos de carbono

---

1. Los hidratos de carbono
2. Clasificación de los hidratos de carbono
3. ¿Qué funciones cumplen los hidratos de carbono?
4. Los hidratos de carbono; Metabolismo
5. La fibra dietética

### Unidad didáctica 6.

#### Nutrientes energéticos ii: lípidos

---

1. Los lípidos: Conceptos y generalidades
2. Las funciones de los lípidos
3. Los lípidos y su distribución
4. Clasificación lipídica
5. El metabolismo de los lípidos

### Unidad didáctica 7.

#### Nutrientes energéticos iii: proteínas

---

1. Las proteínas; definición y generalidades
2. ¿Qué son los aminoácidos?
3. Estructura, clasificación y función de las proteínas
4. Las proteínas y su metabolismo
5. Las proteínas y sus necesidades
6. La importancia del valor proteico en los alimentos
7. Patologías relacionadas con las proteínas



## Unidad didáctica 8.

### Nutrientes no energéticos i: vitaminas

---

1. Las vitaminas
2. Las vitaminas y sus funciones
3. Clasificación vitamínica
4. Los complejos vitamínicos y las necesidades reales

## Unidad didáctica 9.

### Nutrientes no energéticos ii: minerales

---

1. Los minerales
2. Clasificación de los minerales
3. Características propias de los minerales
4. Los minerales y sus funciones

## Unidad didáctica 10.

### Nutrientes no energéticos iii: el agua y su importancia nutricional

---

1. El agua
2. Distribución del agua en el cuerpo humano
3. Recomendaciones acerca de su consumo
4. Alteraciones relacionadas con el consumo de agua
5. El agua en los alimentos

# Módulo 2.

## Grupos de alimentos: aproximaciones a su estudio, valor nutricional y principios de higiene alimentaria

### Unidad didáctica 1.

#### Valor nutricional de los alimentos

---

1. El valor nutricional de los alimentos
2. Los alimentos y su clasificación según su origen
3. El origen de los alimentos: animales

### Unidad didáctica 2.

#### Relación de la composición de los distintos grupos de alimentos y su valor nutricional

---

1. El origen de los alimentos: vegetales
2. La familia de las gramíneas y sus derivados
3. Verduras y Hortalizas: Clasificación y composición
4. El consumo de setas y algas
5. Legumbres: estructura y valor nutritivo
6. Las frutas y frutos secos; clasificación
7. Las grasas vegetales: el aceite de oliva
8. Otros alimentos: edulcorantes y fruitivos
9. Café, té y cacao: alimentos estimulantes
10. Los condimentos, las especias y su clasificación

### Unidad didáctica 3.

#### Higiene alimentaria: fundamentos de la manipulación de alimentos

---

1. La cadena alimentaria
2. Condiciones y objetivos a cumplir en la cadena alimentaria
3. Calidad higiénica, nutritiva, sensorial y tecnológica

### Unidad didáctica 4.

#### Técnicas culinarias y su efecto en el valor nutricional de los alimentos

---

1. Lavado, pelado y troceado de alimentos
2. El proceso de la cocción en alimentos

### Unidad didáctica 5.

#### Métodos de conservación en los alimentos

---

1. El proceso de la conservación
2. Métodos de conservación según su naturaleza
3. Métodos físicos de conservación
4. Métodos químicos de conservación
5. Pulsos eléctricos de alta intensidad de campo, altas presiones hidrostáticas y envasado activo
6. Decálogo del consumidor
7. Recomendaciones para un consumo responsable
8. El origen de los hábitos alimenticios

### Unidad didáctica 6.

#### Planificación de dietas: ingestas recomendadas y tablas de composición de los alimentos etiquetado nutricional

---

1. Herramientas de estimación nutricional en la población
2. Requerimientos nutricionales
3. Legislación en el etiquetado de los alimentos

## Módulo 3.

### Elaboración de dietas en estados patológicos

#### Unidad didáctica 1.

##### Dietoterapia: dietas terapéuticas

---

1. Importancia de la nutrición en estados patológicos
2. Valoración de pacientes enfermos
3. Síntesis

#### Unidad didáctica 2.

##### Malnutrición

---

1. Concepto y grupos de riesgo
2. Tipología de la desnutrición
3. Modificaciones patológicas asociadas a la desnutrición
4. Alteraciones metabólicas: Síndrome de realimentación

#### Unidad didáctica 3.

##### Cambios endocrinos asociados a la obesidad

---

1. Páncreas endocrino
2. Adipocitos
3. Hipófisis
4. Gónadas
5. Glándula suprarrenal
6. Hormonas gastrointestinales
7. Tiroides

#### Unidad didáctica 4.

##### Metabolismo asociado a la obesidad

---

1. El metabolismo
2. Implicación del metabolismo en la obesidad
3. Adaptaciones metabólicas

## Unidad didáctica 5.

### Dietoterapia en trastornos de obesidad

---

1. Importancia sociosanitaria de la obesidad
2. Obesidad y síndrome metabólico
3. Determinación y evaluación del paciente obeso
4. Reducción de peso
5. Tratamiento higiénico-dietético y farmacológico del paciente obeso

## Unidad didáctica 6.

### Estrategias dietéticas y pérdida de grasa

---

1. Cambio de hábitos alimentarios
2. Restricción calórica
3. Ayuno intermitente
4. Dieta cetogénica
5. Actividad física y ejercicios de fuerza

## Unidad didáctica 7.

### Dietoterapia en el paciente diabético

---

1. Diabetes Mellitus
2. Metabolismo glucídico
3. Alteraciones en la producción y liberación de insulina
4. Tipos de diabetes
5. Sintomatología
6. Diagnóstico
7. Objetivos del tratamiento
8. Intervención nutricional
9. Hipoglucemia, hiperglucemia y otras complicaciones
10. Educación diabetológica

## Unidad didáctica 8.

### Dietoterapia en osteoporosis

---

1. Osteoporosis
2. Proceso de formación del hueso
3. Clasificación y diagnóstico de la osteoporosis
4. Causas principales
5. Intervención

## Unidad didáctica 9.

### Dietoterapia en las alergias e intolerancias alimentarias

---

1. Diferencia entre intolerancia y alergia alimentaria
2. La respuesta alérgica
3. Sintomatología de la alergia alimentaria
4. Sintomatología de la intolerancia alimentaria
5. Diagnóstico
6. Tratamiento

## Unidad didáctica 10.

### Dietoterapia y celiaquía

---

1. La enfermedad celiaca
2. Causas de aparición
3. Sintomatología
4. Diagnóstico
5. Terapéutica
6. Consejos y recomendaciones

# metodología de aprendizaje

La configuración del modelo pedagógico por el que apuesta INESEM, requiere del uso de herramientas que favorezcan la colaboración y divulgación de ideas, opiniones y la creación de redes de conocimiento más colaborativo y social donde los alumnos complementan la formación recibida a través de los canales formales establecidos.



Con nuestra metodología de aprendizaje online, el alumno comienza su andadura en INESEM Business School a través de un campus virtual diseñado exclusivamente para desarrollar el itinerario formativo con el objetivo de mejorar su perfil profesional. El alumno debe avanzar de manera autónoma a lo largo de las diferentes unidades didácticas así como realizar las actividades y autoevaluaciones correspondientes.

El equipo docente y un tutor especializado harán un *seguimiento exhaustivo*, evaluando todos los progresos del alumno así como estableciendo una línea abierta para la resolución de consultas.

Nuestro sistema de aprendizaje se fundamenta en *cinco pilares* que facilitan el estudio y el desarrollo de competencias y aptitudes de nuestros alumnos a través de los siguientes entornos:

## Secretaría

Sistema que comunica al alumno directamente con nuestro asistente virtual permitiendo realizar un seguimiento personal de todos sus trámites administrativos.

## Campus Virtual

Entorno Personal de Aprendizaje que permite gestionar al alumno su itinerario formativo, accediendo a multitud de recursos complementarios que enriquecen el proceso formativo así como la interiorización de conocimientos gracias a una formación práctica, social y colaborativa.

## Revista Digital

Espacio de actualidad donde encontrar publicaciones relacionadas con su área de formación. Un excelente grupo de colaboradores y redactores, tanto internos como externos, que aportan una dosis de su conocimiento y experiencia a esta red colaborativa de información.

## Webinars

Píldoras formativas mediante el formato audiovisual para complementar los itinerarios formativos y una práctica que acerca a nuestros alumnos a la realidad empresarial.

## Comunidad

Espacio de encuentro que permite el contacto de alumnos del mismo campo para la creación de vínculos profesionales. Un punto de intercambio de información, sugerencias y experiencias de miles de usuarios.

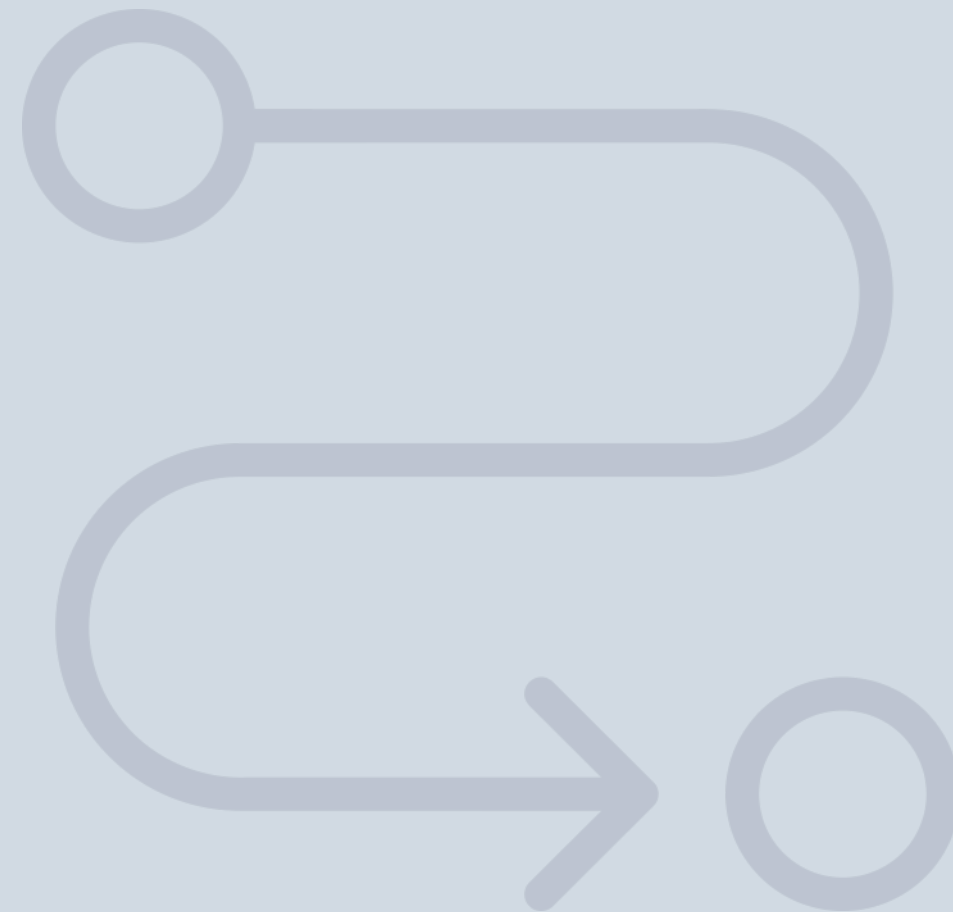






## SERVICIO DE **Orientación** de Carrera

Nuestro objetivo es el asesoramiento para el desarrollo de tu carrera profesional. Pretendemos capacitar a nuestros alumnos para su adecuada adaptación al mercado de trabajo facilitándole su integración en el mismo. Somos el aliado ideal para tu crecimiento profesional, aportando las capacidades necesarias con las que afrontar los desafíos que se presenten en tu vida laboral y alcanzar el éxito profesional. Gracias a nuestro Departamento de Orientación de Carrera se gestionan más de 500 convenios con empresas, lo que nos permite contar con una plataforma propia de empleo que avala la continuidad de la formación y donde cada día surgen nuevas oportunidades de empleo. Nuestra bolsa de empleo te abre las puertas hacia tu futuro laboral.





# Financiación y becas

En INESEM

Ofrecemos a nuestros alumnos facilidades económicas y financieras para la realización del pago de matrículas,

todo ello  
**100%**  
sin intereses.

INESEM continúa ampliando su programa de becas para acercar y posibilitar el aprendizaje continuo al máximo número de personas. Con el fin de adaptarnos a las necesidades de todos los perfiles que componen nuestro alumnado.



20%

**Beca desempleo**

Para los que atraviesen un periodo de inactividad laboral y decidan que es el momento idóneo para invertir en la mejora de sus posibilidades futuras.

15%

**Beca emprende**

Nuestra apuesta por el fomento del emprendimiento y capacitación de los profesionales que se han aventurado en su propia iniciativa empresarial.

10%

**Beca alumnos**

Como premio a la fidelidad y confianza de los alumnos en el método INESEM, ofrecemos una beca a todos aquellos que hayan cursado alguna de nuestras acciones formativas en el pasado.

# Cursos Superiores

Curso Superior en Elaboración de Dietas

*Impulsamos tu carrera profesional*



**INESEM**  
BUSINESS SCHOOL

[www.inesem.es](http://www.inesem.es)



958 05 02 05 [formacion@inesem.es](mailto:formacion@inesem.es)

Gestionamos acuerdos con más de 2000 empresas y tramitamos más de 500 ofertas profesionales al año.

Facilitamos la incorporación y el desarrollo de los alumnos en el mercado laboral a lo largo de toda su carrera profesional.