



www.inesalud.com

La escuela de
formación online líder
en el sector de la salud



Curso de Alimentación Equilibrada

Curso Alimentacion
Equili...

[Ver curso en la web](#)

ÍNDICE

1

Sobre
INESALUD

2

Somos
INESALUD

3

Nuestros
valores

4

Metodología
EDAN

5

Alianzas

6

Razones
por las que
elegir
INESALUD

7

Nombre
formación,
datos clave
y titulación

8

Objetivos
y salidas
laborales

9

Temario

10

Becas y
financiación

11

Formas de pago

12

Contacto

SOBRE INESALUD

SUMA CONOCIMIENTO PARA AVANZAR EN SALUD

INESALUD es dedicación, vocación y profesionalidad. Es tender la mano, inyectar ánimo y extraer malestar. O lo que es lo mismo, mejorar la vida de los demás y velar por la calidad de su existencia. Porque no concebimos un sistema que no proteja el bienestar y la salud de sus ciudadanos. Como tampoco entendemos el cuidado del plano físico sin el mental. Por eso, **INESALUD** es conocimiento, atención y compromiso. De ahí que nuestra mejor medicina siempre sea la investigación combinada con la pasión que le ponemos a nuestro trabajo día tras día.

SOMOS INESALUD

INESALUD es un centro de educación online especializado en ciencias de la salud que ofrece formación superior con contenidos de alta calidad e impartidos por docentes reconocidos y en activo.

Gracias a la metodología **EDAN** el alumnado aprende de una forma dinámica y práctica, con contenido exclusivo, actualizado y accesible en cualquier momento o lugar, garantizando la máxima flexibilidad de estudio. Además, la formación es impartida por docentes que trasladan todo su conocimiento y experiencia de forma práctica y aseguran un aprendizaje efectivo y adaptado al entorno laboral.

+ 18 años
formando a especialistas
de la salud

+ de 50.000
estudiantes formados

98%
tasa empleabilidad

NUESTROS VALORES

Compromiso

Somos responsables y estamos comprometidos con la sociedad y con su bienestar. Este deber se materializa en ofrecer una formación de calidad con el objetivo de capacitar a los mejores profesionales sanitarios, preparándolos para hacer frente a las exigencias que demanda el sector de la salud.

Calidad

Nuestra condición es ofrecer un servicio sobresaliente y garantizar la satisfacción del alumnado. Velamos por la excelencia en nuestros procesos, temarios, claustro y oferta formativa. Estamos en constante cambio para responder a las necesidades de los estudiantes y a los avances científicos.

Aplicabilidad

Nuestra misión es ofrecer un modelo de aprendizaje práctico, que desarrolle el potencial del alumnado y sea de aplicación directa en su sector. Somos dúctiles, nos ajustamos a la realidad y entendemos que nuestro objetivo es instruir y preparar a profesionales en el mundo de la salud.

Empatía

La sociedad y su bienestar nos importan. Somos humanos y sensitivos. Nos esforzamos por entender las circunstancias de las personas que nos rodean y aplicamos la escucha activa, captando, comprendiendo y aliviando.

METODOLOGÍA EDAN

La Metodología EDAN es un sistema pedagógico basado en el aprendizaje activo. Esto significa que el alumnado adquiere conocimientos de forma práctica y dinámica, interactuando con otros compañeros del ámbito de la salud y desarrollando su capacidad crítica mediante supuestos reales. Esta metodología se define por ser:

Eficaz

INESALUD ofrece una formación útil y efectiva. La metodología EDAN tiene en cuenta las circunstancias del alumnado y el tiempo del que dispone. Por eso, el profesorado muestra un fiel compromiso con el estudiante e imparte la formación de forma clara y directa, combinando sus objetivos con las necesidades del mercado laboral.

Dinámica

Un aprendizaje interactivo, en un campus dinámico y con recursos multimedia, permite al estudiante profundizar en el contenido y desarrollar su pensamiento crítico de una forma entretenida y enriquecedora. A través de la gamificación y de actividades con supuestos, el alumnado afianza conocimientos y refuerza lo aprendido.

Activa

El alumnado es el protagonista y se potencia que aprenda de forma proactiva y desenvuelta. En este sentido, se persigue que los estudiantes sean participativos y compartan su conocimiento y visión. Para cumplir con este objetivo, se favorece el collaborative learning, trabajando en equipo y compartiendo ideas y opiniones a través de foros.

Nutritiva

La formación de INESALUD se enmarca en el contexto actual de la medicina y los contenidos impartidos están actualizados según las novedades e investigaciones del sector. Los docentes, por su parte, priman una enseñanza aplicada al entorno laboral y se sirven de su experiencia para ofrecer un aprendizaje basado en casos reales.

ALIANZAS

INESALUD ofrece información en salud de la mano de un referente en el sector:



Gracias a esta asociación, el alumnado se forma con los mejores profesionales del sector, en activo y con gran experiencia como docentes y especialistas de la salud. Además, ambas entidades fomentan la investigación y la actualización de prácticas en el entorno de la salud, organizando congresos de forma continuada.



UNIVERSIDAD
NEBRIJA



Universidad Europea
Miguel de Cervantes



SAN IGNACIO
UNIVERSITY
MIAMI, FL



e-CAMPUS
UNIVERSITY

RAZONES POR LAS QUE ELEGIR INESALUD



Contenido de calidad

Diseñado cuidadosamente y actualizado día a día para adaptarse por completo a la realidad laboral del momento.



Oposiciones

Obtén puntos para la bolsa de trabajo gracias a los cursos de formación sanitaria baremables.



Claustro de renombre

Profesores que trabajan en el sector sanitario y están especializados en diferentes áreas de la medicina.



Metodología online

Apostamos por ofrecer estudios online con las herramientas más innovadoras.



Flexibilidad de estudio

Garantizando la calidad y excelencia estés donde estés y sea cual sea el momento en el que decidas estudiar.



Becas y financiación

Benefíciate de nuestro sistema de becas adaptadas a tu perfil y disfruta de nuestras facilidades de financiación.

Curso de Alimentación Equilibrada

Para qué te prepara

Este Curso de Alimentación Equilibrada supone una combinación de teoría y aplicación práctica del campo de la nutrición, capacita a profesionales de la salud y/o de cualquier sector relacionado con la alimentación y la nutrición, o del bienestar de las personas para desempeñar un papel crucial en la mejora de la calidad de vida de la población a través de la adopción de unos hábitos alimentarios saludables.

Titulación

Este Curso de Alimentación Equilibrada supone una combinación de teoría y aplicación práctica del campo de la nutrición, capacita a profesionales de la salud y/o de cualquier sector relacionado con la alimentación y la nutrición, o del bienestar de las personas para desempeñar un papel crucial en la mejora de la calidad de vida de la población a través de la adopción de unos hábitos alimentarios saludables.



Objetivos

- Diferenciar los principios básicos de la dietética y de la nutrición. - Manejar la clasificación de los macronutrientes. - Aprender el funcionamiento del sistema digestivo. - Identificar las necesidades energéticas y nutricionales de las personas. - Conocer la dietética aplicada a la alimentación colectiva.

A quién va dirigido

Este Curso de Alimentación Equilibrada está dirigido a cualquier persona que desee iniciarse en el mundo de la alimentación, para adquirir conocimientos sólidos en el campo de la nutrición y la dietética. Es una formación versátil orientada desde a profesionales de la salud hasta a aquellos que buscan mejorar su propia salud y bienestar a través de la alimentación.

Salidas laborales

Con este Curso de Alimentación Equilibrada podrás optar a puestos en asesoría nutricional, diseño de planes de alimentación personalizados, o integrarte en equipos de cocina colectiva. También puedes encontrar oportunidades en centros de salud, gimnasios, consultorios privados, o en la educación, impartiendo conocimientos sobre alimentación saludable.

UNIDAD DIDÁCTICA 1. ENERGÍA Y REQUERIMIENTOS ENERGÉTICOS DEL SER HUMANO

1. Transformaciones energéticas celulares
2. Unidades de medida de la energía
3. Determinación del gasto energético
 1. - Metabolismo basal
 2. - Actividad física
 3. - Acción dinámica específica (ADE)

UNIDAD DIDÁCTICA 2. PROCESOS BIOQUÍMICOS FUNDAMENTALES DE LOS PRINCIPALES NUTRIENTES

1. Glúcidos
 1. - Clasificación
 2. - Funciones
 3. - Metabolismo de los hidratos de carbono
2. Lípidos
 1. - Funciones
 2. - Clasificación
 3. - Metabolismo lipídico
3. Proteínas
 1. - Estructura de las proteínas
 2. - Clasificación de las proteínas
 3. - Funciones de las proteínas
 4. - Metabolismo de las proteínas
 5. - Necesidades de proteínas
4. Vitaminas
 1. - Funciones
 2. - Clasificación
 3. - Necesidades reales y complejos vitamínicos
5. Minerales
 1. - Clasificación
 2. - Características generales de los minerales
 3. - Funciones generales de los minerales
6. Agua
 1. - Estructura del agua
 2. - Propiedades del agua
 3. - Funciones del agua
 4. - El agua en el cuerpo humano

UNIDAD DIDÁCTICA 3. CARACTERÍSTICAS BROMATOLÓGICAS DE LOS ALIMENTOS

1. Alimentos de origen animal
 1. - Carne
 2. - Huevos
 3. - Pescado y mariscos
 4. - Lácteos
2. Alimentos de origen vegetal
 1. - Cereales y derivados
 2. - Verduras y hortalizas
 3. - Legumbres

4. - Frutas
5. - Frutos secos y semillas
3. Otros alimentos
 1. - Aceites y grasas
 2. - Azúcares dulces
 3. - Alimentos transgénicos
 4. - Bebidas
4. Influencia del procesado de los alimentos en su composición y valor nutricional
 1. - La subdivisión
 2. - Procedimientos de combinación física
 3. - Tratamientos por temperatura

UNIDAD DIDÁCTICA 4. NECESIDADES Y RECOMENDACIONES NUTRICIONALES

1. Valor energético de los alimentos
2. Ley de Isodinamia y Ley de Mínimos
3. Tabla de composición de los alimentos
 1. - Qué son las tablas de composición de alimentos
 2. - Tablas alimentarias

UNIDAD DIDÁCTICA 5. VALORACIÓN DEL ESTADO NUTRICIONAL DE LAS PERSONAS

1. Establecimiento adecuado de las ingestas recomendadas
2. Evaluación antropométrica
 1. - Instrumental utilizado para realizar las medidas antropométricas
 2. - Medidas antropométricas
3. Evaluación bioquímica
 1. - Parámetros a valorar
4. Evaluación inmunológica

UNIDAD DIDÁCTICA 6. DIGESTIÓN, ABSORCIÓN Y METABOLISMO

1. La digestión
2. Fisiología y anatomía del aparato digestivo
 1. - Anatomía del aparato digestivo
3. Trastornos digestivos
 1. - Trastornos que afectan al estómago y los intestinos
 2. - Trastornos del páncreas, hígado y vesícula biliar
 3. - Ayudemos a nuestro organismo
4. Reguladores de la digestión
5. Hiperpermeabilidad
6. Calorías

UNIDAD DIDÁCTICA 7. ALIMENTACIÓN EQUILIBRADA Y ESTADO FISIOLÓGICO

1. Necesidades energéticas totales según la FAO
 1. - Correcciones
2. Valor calórico de los alimentos
3. Alimentación y dietas según el estado fisiológico

UNIDAD DIDÁCTICA 8. ALIMENTACIÓN COLECTIVA

1. Nutrición y dietética aplicada a la cocina colectiva
2. Restauración colectiva: definición, tipología, características y legislación aplicable

BECAS Y FINANCIACIÓN

Consulta nuestro programa completo de becas en la web

25% Beca ALUMNI

20% Beca DESEMPLEO

15% Beca EMPRENDE

15% Beca RECOMIENDA

15% Beca GRUPO

20% Beca FAMILIA NUMEROSA

20% Beca DISCAPACIDAD

20% Beca para profesionales, sanitarios, colegiados/as



FORMAS DE PAGO



Tarjeta de crédito



PayPal

 bizum

Bizum

 amazon pay

Amazon Pay



PayU

Matricúlate en cómodos plazos sin intereses. Fracciona tu pago con la garantía de:



innovapay

Fracciona el pago de tu curso en cómodos plazos y sin intereses.



¿Te ha parecido interesante esta formación?

Si aún tienes dudas, nuestro equipo de asesoramiento académico estará encantado de resolverlas.

Pregúntanos sobre nuestro método de formación, nuestros profesores, las becas o incluso simplemente conócenos.

Solicita información sin compromiso

Llámadme gratis

¡Matricularme ya!

¿Encuétranos aquí!

Edificio Educa Edtech

Camino de la Torrecilla N.º 30 EDIFICIO
EDUCA EDTECH, C.P. 18.200, Maracena (Granada)

Telf.: 958 050 746

Horario atención al cliente

Lunes a viernes: 9:00 a 20:00h

Sábados: 10:00 a 14:00h

"¡Síguenos para estar al tanto de todas nuestras novedades!"

