

# Malla curricular NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

## Necesidades Nutricionales

Introducción a la nutrición, conceptos y definiciones, clasificación de nutrientes, pirámide nutricional, sistema digestivo, proceso de la digestión, necesidades nutricionales, valor calórico de los alimentos, importancia nutricional del agua.

## Estudio de los Nutrientes

Estudios de los nutrientes, hidratos de carbono: funciones y metabolismo, lípidos: clasificación, función y generalidades, proteínas: definición, aminoácidos, enfermedades, vitaminas: funciones y complejos vitamínicos, minerales: clasificación y funciones.

## Estudio de los Alimentos

Estudio de los alimentos, valor nutritivo y composición de los alimentos I y II, manipulación e higiene de los alimentos, tratamientos culinarios de los alimentos, conservación de los alimentos, tablas de composición de los alimentos

## Aspectos Dietéticos y Nutricionales en las distintas Etapas de la Vida

Elaboración de una dieta, perfil calórico y recomendaciones dietéticas, valoración del estudio nutricional, aspectos dietéticos y nutricionales durante el embarazo, lactante, infancia del niño, adolescencia y el adulto mayor

## Plan de Alimentación según el Paciente y diversas Enfermedades

Plan de alimentación para diferentes patologías como ser: sobrepeso, obesidad, diabetes, celiaquía y enfermedades cardiovasculares.

## Elaboración de Dietas y Dietética Deportiva

Elaboración de dietas y dietética deportiva, introducción, diferentes tipos de dietas, hipocalórica, hipercalórica, atkins, dieta cetogénica, paleolítica, dietas de moda y ayuno intermitente. Suplementación deportiva y ayudas ergo génicas. Nutrición adecuada a ejercicios de potencia y velocidad.

