

Módulo 1. Fisiología y anatomía básica

Resultados del aprendizaje.

Introducción

Sistema circulatorio.

Sistema digestivo.

Sistema excretor.

Sistema nervioso.

Sistema respiratorio.

Sistema endocrino.

Sistema muscular.

Evaluación

Módulo 2. Macronutrientes: carbohidratos, proteínas y grasas

Resultados del aprendizaje.

Carbohidratos.

Grasas.

Proteínas.

Evaluación.

Módulo 3. La nutrición humana y la importancia de las vitaminas y antioxidantes

Resultados del aprendizaje.

Introducción.

Grasas. Vitaminas solubles.

Agua. Vitaminas solubles.

Superalimentos.

Módulo 4. Minerales y agua

Resultados del aprendizaje.

Papel del agua en el cuerpo

Minerales

Absorción de vitaminas y minerales

Evaluación

Módulo 5. Conceptos de alimentación sana y control de peso

Resultados del aprendizaje.

Ganancia de peso.

La epidemia de la obesidad.

Obesidad y trastorno.

La obesidad en la niñez y cómo pararla.

Campañas gubernamentales.

Calorías y pérdida de peso.

Lista de alimentos diarios y calorías.

Evaluación

Módulo 6. Comida y Trastorno

Resultados del aprendizaje.

Introducción.

Diabetes.

Dislipidemia y trastorno cardiovascular.

Hipertensión.

Trastorno renal.

Cáncer.

Envejecimiento prematuro.

Caries dental.

SOP.

Infecciones de levadura.

Artritis.

Esclerosis múltiple.

Embarazo y complicaciones, preeclampsia.

Síndrome del intestino irritable.

Depresión y esquizofrenia.

Asma.

Evaluación.

Módulo 7. Planificación dietética para mejorar la salud y la prevención de trastornos

Resultados del aprendizaje.

Introducción.

Dieta alimenticia saludable.

5 al día.

Un día. Régimen dietético para alimentación sana.

Dieta de pérdida de peso.

Un día. Régimen dietético para la pérdida de peso.

Dieta del embarazo.

Dieta mediterránea. Dieta de prevención del cáncer.

Infecciones de levadura y dietas para el tratamiento de la levadura.

Un Día. Régimen dietético para el tratamiento de la levadura.

Dieta para un corazón sano.

Evaluación.

Módulo 8. Dietas vegetarianas.

Resultados del aprendizaje.

Introducción

Beneficios en la salud de las dietas vegetarianas y veganas.

Riesgos en la salud de las dietas vegetarianas.

Embarazo y veganismo.

Evaluación.

Módulo 9. Peligros de las dietas de adelgazamiento y adicción a la comida.

Resultados del aprendizaje.

Introducción.

Peligros de las dietas de adelgazamiento.

Antojos y adicción a la comida.

Cómo parar los antojos y derrotar la adicción.

Unidades de carbohidratos.

Rompiendo el ciclo del antojo.

Evaluación.

Módulo 10. Alergias e intolerancias a la comida.

Resultados del aprendizaje.

Alergias.

Signos y síntomas.

Factores de riesgo.

Intolerancia.

Causas.

Alergia a la comida o intolerancia a la comida

Diagnóstico. Dieta de eliminación.

Trastorno celiaco y sensibilidad al gluten no celiaca.

Alergia a la leche.

Alergia al huevo.

Alergia a los frutos secos.

Alergia al pescado y al marisco.

Estudio del caso.

Evaluación.

Módulo 11. Metabolismo y ejercicio.

Resultados del aprendizaje.

Introducción.

Actividad física y ejercicio.

Metabolismo y control de peso.

Aceleradores naturales del metabolismo.

Evaluación.

Módulo 12. Valores de referencia dietética.

Resultados del aprendizaje.

Valores de referencia dietética.

Etiquetas.

Evaluación.

Módulo 13. Suplementos

Resultados del aprendizaje.

Introducción.

Suplementos para la pérdida de peso.

Suplementos para problemas gastrointestinales.

Suplementos para artritis reumática (AR).

Suplementos para el colesterol alto.

Suplementos para el cáncer de próstata.

Substitutivos de la comida.

Evaluación.

Módulo 14. Consejos para consultas nutricionales.

Visita inicial (asesoramiento y consejo inicial).

Después de la consulta inicial.

Visita(s) de seguimiento.

Páginas web y recursos útiles.

Contribuciones útiles.