

NUTRICIÓN Y DIETÉTICA



06 meses



- Martes y Jueves: 6pm-8pm
- Martes y Jueves: 8pm-10pm
- Miércoles y Viernes: 6pm-8pm



Modalidad VIRTUAL

NECESIDADES NUTRICIONALES

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

ELABORACIÓN DE DIETAS Y DIETÉTICA DEPORTIVA

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

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, conservación de los alimentos, tablas de composición alimenticia.

ASPECTOS DIETÉTICOS Y NUTRICIONALES EN DIVERSAS ETAPAS DE 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 y enfermedades cardiovasculares.

ESTUDIO DE LOS NUTRIENTES

Funciones, clasificación y su impacto en el organismo (carbohidratos, lípidos, proteínas, vitaminas y minerales).



¡CONTÁCTANOS!



WhatsApp
940 917 756



info@instituto sermas.pe
www.instituto sermas.pe



Redes sociales
@sermas.instituto



@instituto.sermas



@Instituto.sermas



@InstitutoSermas