

# **NUTRICIÓN Y DIETÉTICA - ANDROID**

**Código: 5249**

➤ **Modalidad: Android**

➤ **Objetivos:**

- Conocer la composición química de los alimentos, así como los principales órganos que interfieren en la alimentación.
- Conocer la alimentación en las diferentes etapas de la vida.
- Identificar los diferentes tipos de dieta, según las necesidades fisiológicas de cada individuo.

➤ **Contenidos:**

Nutrición y dietética y alimentación: principios básicos

Introducción a la teoría y técnica de la nutrición.  
Nutrición normal, cálculo de valores calóricos.

El sistema digestivo

Anatomía del sistema digestivo.  
Anatomía del sistema digestivo.

Principios inmediatos o nutrientes

Composición de los alimentos:  
Nutriente.  
Glúcidos.  
Lípidos.  
Proteínas.  
Vitaminas.  
Sales minerales.

Los grupos de alimentos

Legumbres.  
Frutos secos.  
Cereales.  
Verduras y hortalizas.  
Frutas. Carnes.  
Pescados y mariscos.  
Leche y queso.  
Huevos.

La nutrición en las diferentes etapas de la vida

Dieta equilibrada.  
Alimentación en gestación y lactancia.  
Alimentación en lactantes y primera infancia.  
Alimentación en edad escolar y adolescencia.  
Alimentación en edad avanzada.  
Alimentación para el deporte.

Dietas

Dietas especiales.  
El aceite de oliva.