

DOBLE TITULACIÓN

**TÉCNICO EXPERTO EN DIETÉTICA Y
NUTRICIÓN + MÁSTER EXPERTO EN
COACHING NUTRICIONAL**

**RECONOCIDO POR A.P.E.N.B. Y CON AUTORIZACIÓN
PROFESIONAL**

T026



Asociación Profesional
Española de Naturopatía y Bioterapia



DESTINATARIOS

La doble titulación de técnico experto en dietética y nutrición + experto en coaching nutricional acreditado por APENB esta destinado a empresarios, emprendedores o trabajadores en el ámbito de la nutrición y dietética. Permite conocer las necesidades nutricionales y estudio de los nutrientes, el estudio de los alimentos, los aspectos dietéticos y nutricionales en las distintas etapas de la vida y adquirirás conocimientos de coaching nutricional.

MODALIDAD

Puedes elegir entre:

- **MIXTO:** una vez recibida tu matrícula, enviaremos a tu domicilio el pack formativo que consta de los manuales de estudio y del cuaderno de ejercicios de la primera parte del curso y enviaremos a tu correo electrónico las claves de acceso a nuestro Campus Virtual donde encontrarás el material de estudio de la segunda parte del curso.
- **ON LINE:** una vez recibida tu matrícula, enviaremos a tu correo electrónico las claves de acceso a nuestro Campus Virtual donde encontrarás toda la teoría.

DURACIÓN

La duración del curso es de 600 horas.

IMPORTE

IMPORTE ORIGINAL: ~~1520€~~

IMPORTE ACTUAL: 380 €

CERTIFICACIÓN OBTENIDA

Una vez finalizados los estudios y superadas las pruebas de evaluación, el alumno recibirá un diploma que certifica el "TÉCNICO EXPERTO EN DIETÉTICA Y NUTRICIÓN + MÁSTER EXPERTO EN COACHING NUTRICIONAL", de ESNECA BUSINESS SCHOOL, avalada por nuestra condición de socios de la AEC máxima institución española en formación y de calidad.

Durante el periodo formativo, los alumnos están reconocidos como profesionales por la Asociación Profesional Española de Naturopatía y Bioterapia y, al término del mismo, pueden beneficiarse de un descuento para afiliarse como miembros, acreditando la formación recibida.

Los diplomas, además, llevan el sello de Notario Europeo, que da fe de la validez, contenidos y autenticidad del título a nivel nacional e internacional.

PARTE 1. TÉCNICO EXPERTO EN DIETÉTICA Y NUTRICIÓN

MÓDULO 1. NECESIDADES NUTRICIONALES Y ESTUDIO DE LOS NUTRIENTES

UNIDAD DIDÁCTICA 1. CONCEPTOS Y DEFINICIONES

1. Concepto de bromatología
2. Concepto de alimentación
3. Concepto de nutrición
4. Concepto de alimento
5. Concepto de nutriente
6. Concepto de dietética
7. Concepto de dieta
8. Concepto de ración
9. Concepto de dietista-nutricionista
10. Concepto de salud
11. Concepto de enfermedad

UNIDAD DIDÁCTICA 2. CLASIFICACIÓN DE ALIMENTOS Y NUTRIENTES. GUÍAS ALIMENTARIAS

1. Clasificación de los alimentos
2. Clasificación de nutrientes
3. Necesidades de nutrientes: pirámide nutricional

UNIDAD DIDÁCTICA 3. EL SISTEMA DIGESTIVO

1. Conceptos básicos
2. Anatomía y fisiología del aparato digestivo
3. Proceso de la digestión

UNIDAD DIDÁCTICA 4. NECESIDADES NUTRICIONALES

1. Transformaciones energéticas celulares
2. Unidades de medida de la energía
3. Necesidades energéticas del adulto sano
4. Valor calórico de los alimentos

UNIDAD DIDÁCTICA 5. HIDRATOS DE CARBONO

1. Definición y generalidades
2. Clasificación
3. Funciones
4. Metabolismo de los hidratos de carbono
5. La fibra dietética

UNIDAD DIDÁCTICA 6. LÍPIDOS

1. Definición y generalidades
2. Funciones
3. Distribución

4. Clasificación
5. Metabolismo lipídico

UNIDAD DIDÁCTICA 7. PROTEÍNAS

1. Definición y generalidades
2. Aminoácidos
3. Proteínas
4. Metabolismo de las proteínas
5. Necesidades de proteínas
6. Valor proteico de los alimentos
7. Enfermedades relacionadas con las proteínas

UNIDAD DIDÁCTICA 8. VITAMINAS

1. Introducción
2. Funciones
3. Clasificación
4. Necesidades reales y complejos vitamínicos

UNIDAD DIDÁCTICA 9. MINERALES

1. Introducción
2. Clasificación
3. Características generales de los minerales
4. Funciones generales de los minerales

UNIDAD DIDÁCTICA 10. IMPORTANCIA NUTRICIONAL DEL AGUA

1. Introducción y características del agua
2. El agua en el cuerpo humano
3. Recomendaciones sobre el consumo de agua
4. Trastornos relacionados con el consumo de agua
5. Contenido de agua en los alimentos

MÓDULO 2. ESTUDIO DE LOS ALIMENTOS

UNIDAD DIDÁCTICA 1. VALOR NUTRITIVO Y COMPOSICIÓN DE LOS ALIMENTOS (I)

1. Valor nutritivo de los alimentos
2. Clasificación de los alimentos
3. Alimentos de origen animal

UNIDAD DIDÁCTICA 2. VALOR NUTRITIVO Y COMPOSICIÓN DE LOS ALIMENTOS (II)

1. Alimentos de origen vegetal
2. Otros alimentos

UNIDAD DIDÁCTICA 3. MANIPULACIÓN DE LOS ALIMENTOS

1. Introducción
2. Higiene de los alimentos

UNIDAD DIDÁCTICA 4. TRATAMIENTO CULINARIO DE LOS ALIMENTOS

1. Operaciones a temperatura ambiente
2. Operaciones de cocción

UNIDAD DIDÁCTICA 5. CONSERVACIÓN DE LOS ALIMENTOS

1. Conservación de los alimentos
2. Clasificación de los métodos de conservación de los alimentos
3. Métodos físicos
4. Métodos químicos
5. Tecnologías emergentes
6. Consejos en la adquisición de alimentos
7. Consumo responsable
8. Los hábitos alimenticios: origen y cambio

UNIDAD DIDÁCTICA 6. TCA Y BDN, INGESTAS RECOMENDADAS Y ETIQUETADO DE ALIMENTOS

1. Tablas de composición de los alimentos y Bases de datos nutricionales
2. Ingestas recomendadas
3. Etiquetado de los alimentos

MÓDULO 3. ASPECTOS DIETÉTICOS Y NUTRICIONALES EN LAS DISTINTAS ETAPAS DE LA VIDA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. LA DIETA

1. Definición y generalidades
2. Dieta equilibrada
3. Perfil calórico y recomendaciones dietéticas
4. Elaboración de una dieta
5. Mitos en nutrición y dietética

UNIDAD DIDÁCTICA 2. VALORACIÓN DEL ESTADO NUTRICIONAL

1. Definición y generalidades
2. Entrevista con el paciente
3. Evaluación dietética
4. Evaluación clínica
5. Evaluación antropométrica
6. Evaluación bioquímica
7. Evaluación inmunológica

UNIDAD DIDÁCTICA 3. ASPECTOS DIETÉTICOS Y NUTRICIONALES DURANTE EL EMBARAZO

1. Introducción
2. Cambios fisiológicos durante el embarazo
3. Necesidades nutricionales en el embarazo
4. Recomendaciones dietéticas en el embarazo
5. Complicaciones más frecuentes en el embarazo

UNIDAD DIDÁCTICA 4. ASPECTOS DIETÉTICOS Y NUTRICIONALES DURANTE LA LACTANCIA

1. Cambios fisiológicos durante la lactancia
2. Necesidades nutricionales en la lactancia
3. Recomendaciones dietéticas en la lactancia
4. Medidas higiénicas y consumo de medicamentos
5. Tipos de lactancia
6. Posición para la lactancia
7. Duración y frecuencia en las tomas

UNIDAD DIDÁCTICA 5. ASPECTOS DIETÉTICOS Y NUTRICIONALES EN EL LACTANTE

1. Cambios fisiológicos
2. Hitos del desarrollo importantes en la nutrición
3. Necesidades nutricionales del lactante (0-12 meses)
4. Alimentación complementaria o Beikost
5. Recomendaciones para preparar el biberón

UNIDAD DIDÁCTICA 6. ASPECTOS DIETÉTICOS Y NUTRICIONALES EN LA INFANCIA

1. Cambios fisiológicos
2. Hitos del desarrollo del niño
3. Factores que influyen en la ingestión de alimentos
4. Pirámide nutricional en el niño
5. Necesidades nutricionales y recomendaciones dietéticas
6. Ritmos alimentarios durante el día.
7. Aprender a comer
8. Plan semanal de comidas
9. Importancia de una buena nutrición en la edad infantil
10. Obesidad: estrategia NAOS
11. Análisis de los hábitos alimentarios del escolar y recomendaciones a seguir
12. Comedores escolares
13. Decálogo para fomentar en los niños hábitos saludables en la alimentación

UNIDAD DIDÁCTICA 7. ASPECTOS DIETÉTICOS Y NUTRICIONALES DE LA ADOLESCENCIA

1. Introducción
2. Cambios fisiológicos
3. Necesidades y recomendaciones nutricionales
4. Adolescentes: consejos de una vida saludable

UNIDAD DIDÁCTICA 8. ASPECTOS DIETÉTICOS Y NUTRICIONALES EN LA TERCERA EDAD

1. Introducción
2. Cambios fisiológicos, psicológicos y sociales en el envejecimiento
3. Necesidades nutricionales en el envejecimiento
4. Aspectos culinarios en la dieta del anciano
5. Consejos para la planificación de los menús en ancianos
6. Alimentación básica adaptada
7. Menopausia

MÓDULO 4. DIETOTERAPIA: PRINCIPALES ENFERMEDADES Y TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. INTRODUCCIÓN A LA DIETOTERAPIA

1. Introducción a la dietoterapia
2. Intervención dietética en casos patológicos
3. A modo de resumen

UNIDAD DIDÁCTICA 2. OBESIDAD

1. Introducción
2. Síndrome metabólico
3. Atención al paciente con exceso de peso
4. Pérdida de peso
5. Técnicas de tratamiento

UNIDAD DIDÁCTICA 3. DIABETES MELLITUS

1. Concepto de diabetes
2. Metabolismo de los hidratos de carbono
3. Fisiopatología de la diabetes
4. Clasificación de la diabetes
5. Manifestaciones de la diabetes
6. Criterios de diagnóstico
7. Recomendaciones y tratamiento para la diabetes
8. Tratamiento dietético
9. Complicaciones de la diabetes
10. Educación para la diabetes

UNIDAD DIDÁCTICA 4. OSTEOPOROSIS

1. Concepto de osteoporosis
2. Fisiología del hueso
3. Diagnóstico
4. Etiología
5. Tratamiento

UNIDAD DIDÁCTICA 5. ALTERNATIVAS A LA ALIMENTACIÓN TRADICIONAL

1. Clasificación
2. Alimentación básica adaptada
3. Suplementos dietéticos
4. Nutrición enteral
5. Nutrición parenteral

UNIDAD DIDÁCTICA 6. ANOREXIA NERVIOSA

1. Concepto de anorexia nerviosa
2. Historia
3. Epidemiología
4. Etiología
5. Clínica de la anorexia nerviosa
6. Diagnóstico
7. Evolución y prevención
8. Tratamiento

UNIDAD DIDÁCTICA 7. BULIMIA NERVIOSA

1. Concepto de bulimia nerviosa
2. Evolución histórica
3. Epidemiología
4. Diagnóstico
5. Manifestaciones clínicas
6. Tratamiento
7. Diferencias entre anorexia y bulimia

PARTE 2. COACHING NUTRICIONAL

UNIDAD FORMATIVA 1. COACHING Y MENTORING

UNIDAD DIDÁCTICA 1. INTRODUCCIÓN

1. Origen del coaching
2. Coaching ejecutivo
3. Definición de los conceptos de Coaching y Mentoring
 - Coaching
 - Mentoring
4. Diferencias entre coaching y mentoring y con otros conceptos relacionados
 - Diferencias entre coaching y mentoring
 - Coach o entrenador
 - Coach o terapeuta
 - Coach o consultor
 - Otros conceptos relacionados
5. Ventajas del Coaching y el Mentoring frente a otro tipo de entrenamiento

UNIDAD DIDÁCTICA 2. EL PROCESO DE COACHING

1. Por qué iniciar un proceso de coaching
2. El proceso de coaching. Sesiones básicas
 - Contrato entre dos partes
 - Elección de los directivos
 - Primeras entrevistas y cuestionarios
 - Diagnóstico, evaluación de competencias
 - Contraste y fijación de objetivos
 - Seguimiento del proceso

UNIDAD DIDÁCTICA 3. TIPOS DE COACHING

1. Clasificaciones
 - Según su ámbito de aplicación
 - Según la modalidad de las sesiones
 - Según la metodología aplicada
2. El e-coaching
 - Características
 - Ventajas
 - Proceso de coaching online

UNIDAD DIDÁCTICA 4. COMPETENCIAS DEL COACH

1. El coach y la empatía
2. Competencias básicas del Coach
 - Establecer confianza e intimidad con el cliente
 - Presencia del coaching
 - Escucha activa
 - Preguntas poderosas
 - Comunicación directa
 - Crear conciencia
 - Diseñar las acciones
 - Planificar y definir los objetivos
 - Gestionar el progreso y la responsabilidad
3. Evaluación de competencias

UNIDAD DIDÁCTICA 5. HERRAMIENTAS E INSTRUMENTOS

1. Herramientas
 - Introducción
 - Evaluar necesidades
 - Conocer al coachee
 - Aumentar la autoconciencia
 - Aumentar el abanico de opciones
 - Desarrollar y potenciar habilidades y técnicas
 - Desafiar las creencias y actitudes limitantes
2. Las preguntas
3. Pruebas de conocimiento o de capacidad
4. Test psicométricos
5. Feedback 360°
6. Inteligencia emocional

UNIDAD DIDÁCTICA 6. ACREDITACIÓN DEL COACH

1. Introducción
2. Cómo se acredita un Coach
3. Competencias básicas para obtener la acreditación de la ICF
4. Ética profesional y código deontológico
5. Otros ejemplos de acreditaciones, nacionales e internacionales
 - Organizaciones españolas
 - Organizaciones latinoamericanas

UNIDAD DIDÁCTICA 7. ORIENTACIÓN PROFESIONAL O MENTORING

1. Definición de mentoring
2. Tipos de mentoring
3. El proceso de mentoring
4. El mentee
5. El mentor

UNIDAD FORMATIVA 2. ESTILOS DE DIRECCIÓN

UNIDAD DIDÁCTICA 1. MEDIATIZADORES DEL ESTILO DE DIRECCIÓN

1. Introducción
2. Persona
3. Tarea
4. Entorno

UNIDAD DIDÁCTICA 2. LOS SEIS ESTILOS DE DIRECCIÓN

1. Introducción
2. Estilo Coercitivo
3. Estilo Orientativo
4. Estilo Afiliativo
5. Estilo Participativo
6. Estilo Imitativo
7. Estilo Capacitativo
8. Comparativa
9. Estilos de Dirección y Motivación

UNIDAD DIDÁCTICA 3. LIDERAZGO

1. El liderazgo
2. Enfoques Sustancialistas
3. Enfoques Comportamentales
4. Enfoques Situacionales
5. Enfoques Personalistas
6. Enfoques Prospectivos
7. Gestor Versus Líder

UNIDAD DIDÁCTICA 4. DESARROLLO DE LOS ESTILOS DE DIRECCIÓN

1. Introducción
2. 360° Feedback
3. Coaching
4. Mentoring
5. Outdoor Training
6. Workshop Training
7. Inteligencia Emocional: Clave del Éxito Empresarial

UNIDAD DIDÁCTICA 5. INTRODUCCIÓN TOMA DE DECISIONES

1. La importancia de la toma de decisiones
2. Conceptos básicos
3. Variables que inciden en la toma de decisiones
4. Modelo de toma de decisiones

UNIDAD DIDÁCTICA 6. TOMA DE DECISIÓN INDIVIDUAL Y EN GRUPO

1. Toma de decisión individual
2. Fases en la toma de decisión individual
3. Toma de decisión en grupo
4. Formas de tomar una decisión en grupo
5. El consenso

UNIDAD DIDÁCTICA 7. TÉCNICAS DE TRABAJO EN GRUPO

1. Introducción
2. Brainstorming o tormenta de ideas
3. Grupo Nominal
4. Delphi
5. Phillips 6-6
6. Técnicas para fomentar la participación
 - Regalo de la alegría
 - Discusión dirigida

UNIDAD DIDÁCTICA 8. SEGUIMIENTO Y CONTROL

1. Función de Control
2. Requisitos previos

UNIDAD DIDÁCTICA 9. CONCEPTOS BÁSICOS NEGOCIACIÓN

1. Introducción
2. El proceso de negociación

UNIDAD DIDÁCTICA 10. PREPARACIÓN DE LA NEGOCIACIÓN

1. Introducción
2. Fase de información
3. Fase de análisis
4. Plan de negociación

UNIDAD DIDÁCTICA 11. TÁCTICAS EN LA NEGOCIACIÓN

1. Introducción
2. Comportamiento
3. Motivar a la otra parte
4. Hablar de lo malo
5. Comportamiento manipulador
6. Techo
7. Tiempo
8. Distancia
9. Primera oferta

UNIDAD DIDÁCTICA 12. DINÁMICA DE LAS EXIGENCIAS

1. Introducción
2. Exigencias
3. Concesiones
4. Puntos muertos
5. Agotamiento

UNIDAD DIDÁCTICA 13. CIERRE DEL ACUERDO

1. Técnicas de acercamiento al cierre
2. Petición sorpresiva
3. Actas

UNIDAD FORMATIVA 3. DIETÉTICA Y NUTRICIÓN

MÓDULO 1: INTRODUCCIÓN A LA DIETÉTICA Y LA NUTRICIÓN. CONCEPTOS BÁSICOS

UNIDAD DIDÁCTICA 1. CONCEPTOS BÁSICOS DE ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN

1. Alimentación y Alimento
2. Nutrición y Nutriente
3. Dietética, Dieta, Ración
4. Salud y Enfermedad
 - Niveles de Prevención
5. Bromatología

UNIDAD DIDÁCTICA 2. CLASIFICACIÓN DE LOS ALIMENTOS

1. Clasificación de los Alimentos
 - Según Composición
 - Según Función
2. Nutrientes Energéticos
3. Nutrientes Plásticos
4. Nutrientes Reguladores
5. Clasificación de los Nutrientes:
 - De Acción Total
 - De Acción Parcial
 - De Acción Reguladora

UNIDAD DIDÁCTICA 3. LA PIRAMIDE NUTRICIONAL

1. La Pirámide Nutricional
2. Otras Pirámides Nutricionales

UNIDAD DIDÁCTICA 4. SISTEMA GASTROINTESTINAL

1. Conceptos Básicos
2. Fisiología y Anatomía del Aparato Digestivo

UNIDAD DIDÁCTICA 5. EL PROCESO DE LA DIGESTIÓN

1. La Digestión
2. Trastornos Digestivos
3. Reguladores de la Digestión
4. Hiperpermeabilidad