

CURSO

TÉCNICO EXPERTO EN TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA

esneca
BUSINESS SCHOOL

T028

- DIPLOMA AUTENTIFICADO POR NOTARIO EUROPEO -



DESTINATARIOS

Este curso dispone del material elemental a la hora de adquirir las competencias esenciales para el desempeño de labores de formación en dietética y nutrición aplicadas al ámbito de los trastornos alimentarios (obesidad, bulimia, vigorexia, desnutrición) con el fin de prevenir e intervenir en la fase inicial de los mismos.

A través del conjunto de materiales didácticos disponibles, el alumno conocerá los trastornos de la conducta alimentaria, los aspectos nutricionales de proteínas, lípidos, hidratos de carbonos, minerales, vitaminas y agua, así como los trastornos relacionados con la conducta alimentaria, y también el coaching nutricional, entre otros.

En ambas modalidades el alumno recibirá acceso a un curso inicial donde encontrará información sobre la metodología de aprendizaje, la titulación que recibirá, el funcionamiento del Campus Virtual, qué hacer una vez el alumno haya finalizado e información sobre Grupo Esneca Formación. Además, el alumno dispondrá de un servicio de **clases en directo**.

FICHA TÉCNICA

CARGA HORARIA
300H



MODALIDAD
A DISTANCIA / ONLINE
*Ambas modalidades incluyen
módulos con clases en directo



CURSO INICIAL
ONLINE



TUTORIAS
PERSONALIZADAS



IDIOMA
CASTELLANO



DURACIÓN
HASTA UN AÑO
*Prorrogable



IMPORTE

VALOR ORIGINAL: 1520€
VALOR 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 TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA”** de ESNECA BUSINESS SCHOOL, avalada por nuestra condición de socios de la CECAP y AEEN, máximas instituciones españolas en formación y de calidad.

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.

REDES SOCIALES

 www.facebook.com/esnecaschool

 linkedin.com/school/esneca-business-school

 [@esneca.business.school](https://www.instagram.com/esneca.business.school)

 www.esneca.com

 www.twitter.com/ESNECA

 www.esneca.com/blog

CONTENIDO FORMATIVO

PARTE 1. TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA

MÓDULO 1. INTRODUCCIÓN A LA DIETÉTICA Y NUTRICIÓN

UNIDAD DIDÁCTICA 1. INTRODUCCIÓN

1. Conceptos.

UNIDAD DIDÁCTICA 2. CLASIFICACIÓN DE LOS ALIMENTOS

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

UNIDAD DIDÁCTICA 3. EL SISTEMA GASTROINTESTINAL

1. Conceptos básicos.
2. Fisiología y anatomía del aparato digestivo.

UNIDAD DIDÁCTICA 4. LA DIGESTIÓN

1. Introducción.
2. Hiperpermeabilidad.

UNIDAD DIDÁCTICA 5. NECESIDADES NUTRICIONALES I

1. Transformaciones energéticas celulares.
2. Unidades de medida de la energía.
3. Necesidades energéticas del adulto sano.
4. Necesidades energéticas totales según la FAO.

UNIDAD DIDÁCTICA 6. NECESIDADES NUTRICIONALES II

1. Valor energético de los alimentos.
2. Tablas de composición de los alimentos.
3. Ley de isodinamia y ley de los mínimos.

UNIDAD DIDÁCTICA 7. COMPOSICIÓN Y VALOR NUTRITIVO DE LOS PRINCIPALES GRUPOS DE ALIMENTOS.

1. Clasificación de los alimentos.
2. Alimentos de origen animal.
3. Alimentos de origen vegetal.
4. Otros alimentos.
5. Influencia del procesado de los alimentos en su composición y valor nutricional.

MÓDULO 2. ASPECTOS NUTRICIONALES

UNIDAD DIDÁCTICA 8. ASPECTOS NUTRICIONALES DE LAS PROTEÍNAS

1. Definición.
2. Digestión, absorción y metabolismo.
3. Química de las proteínas: constitución, clasificación y propiedades.
4. Raciones dietéticas recomendadas.
5. Aminoácidos esenciales.

6. Suplementación y complementación proteica.
7. Principal fuente de proteínas.
8. Deficiencia de proteínas.
9. Exceso de proteínas.
10. Métodos de evaluación de la calidad o valor nutritivo de las proteínas.

UNIDAD DIDÁCTICA 9. ASPECTOS NUTRICIONALES DE LOS LÍPIDOS

1. Definición y composición.
2. Distribución.
3. Funciones.
4. Clasificación.

UNIDAD DIDÁCTICA 10. ASPECTOS NUTRICIONALES DE LOS HIDRATOS DE CARBONO.

1. Generalidades.
2. Funciones.
3. Clasificación.

UNIDAD DIDÁCTICA 11. ASPECTOS NUTRICIONALES DE LOS MINERALES

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

UNIDAD DIDÁCTICA 12. ASPECTOS NUTRICIONALES DE LAS VITAMINAS

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

UNIDAD DIDÁCTICA 13. IMPORTANCIA NUTRICIONAL DEL AGUA

1. Introducción.
2. El agua en el cuerpo humano.
3. Distribución de agua en el cuerpo humano.
4. El agua y soluciones acuosas.
5. Recomendaciones sobre el consumo de agua.
6. Balance hídrico.
7. Trastornos relacionados con el consumo de agua.
8. Contenido de agua en los alimentos.

MÓDULO 3. TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA

UNIDAD DIDÁCTICA 14. TRASTORNOS ALIMENTARIOS O PSICOPATOLOGÍA ALIMENTARIA.

1. Historia de los trastornos de la conducta alimentaria.
2. Clasificación actual de los trastornos de la conducta alimentaria.
3. Contexto sociocultural de los trastornos de la conducta alimentaria.

UNIDAD DIDÁCTICA 15. LA OBESIDAD

1. Concepto y clasificación de la obesidad.
2. Epidemiología.

3. Obesidad en diferentes momentos de la vida.
4. Obesidad y complicaciones asociadas.
5. Normas alimentarias en la obesidad.

UNIDAD DIDÁCTICA 16. ANOREXIA

1. Concepto y clasificación de la anorexia.
2. Manifestaciones clínicas.
3. Criterios de diagnóstico.
4. Tratamiento, evolución y pronóstico.

UNIDAD DIDÁCTICA 17. LA BULIMIA

1. Concepto y clasificación.
2. Causas, incidencia y factores de riesgo.
3. Manifestaciones clínicas.
4. Criterios diagnósticos.
5. Evolución y pronóstico.
6. Diferencias entre anorexia y bulimia.

UNIDAD DIDÁCTICA 18. OTROS TRASTORNOS DE CONDUCTA ALIMENTARIA

1. Vigorexia.
2. Ortorexia.
3. Trastorno por atracón.
4. Desnutrición.

UNIDAD DIDÁCTICA 19. EVALUACIÓN CLÍNICA Y CRITERIOS DIAGNÓSTICOS DE LOS TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA. DIAGNÓSTICO DIFERENCIAL.

1. El proceso de evaluación.
2. Criterios diagnósticos.
3. Diagnóstico diferencial.

UNIDAD DIDÁCTICA 20. FISIOLÓGÍA Y NEUROBIOLOGÍA DE LA REGULACIÓN DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA.

1. Desarrollo de la conducta alimentaria y sus alteraciones.
2. Alteraciones neurobiológicas.

UNIDAD DIDÁCTICA 21. TRATAMIENTO INTERDISCIPLINARIO DE LOS TRASTORNOS DE LA CONDUCTA.

1. Niveles de tratamiento.
2. Psicoterapia y psicofarmacología.
3. Abordaje clínico y nutricional.
4. Otros abordajes.

PARTE 2. COACHING NUTRICIONAL

MÓDULO 1. INTRODUCCIÓN AL COACHING

UNIDAD DIDÁCTICA 1. COACHING: CONCEPTO, DISCIPLINA E HISTORIA

1. El concepto de coaching
 - Origen etimológico
 - Definiciones
2. Historia del coaching
 - Orígenes filosóficos
 - Influencias de la Edad Moderna
 - Siglo XIX: Stuart Mill, Kierkegaard y Nietzsche
 - Corrientes del siglo XX
3. Diferencias entre el coaching y otras disciplinas
 - *Mentoring* vs. *Coaching*
 - Consultoría vs. *Coaching*
 - Tutoría vs. *Coaching*
 - *Feedback* vs. *Coaching*
 - Evaluación vs. *Coaching*
 - Terapia psicológica y psiquiátrica vs. *Coaching*

UNIDAD DIDÁCTICA 2. PERFIL DEL COACH

1. Aptitudes
2. Errores más comunes del *coach*

UNIDAD DIDÁCTICA 3. COACHEE: EL PROTAGONISTA DEL PROCESO

1. ¿Quién es el *coachee*?
 - Características del *coachee*
2. Aspectos sociales y cognitivos del *coachee*

UNIDAD DIDÁCTICA 4. DISCIPLINAS DEL COACHING

1. Disciplinas del *coaching*
 - Según el contenido
 - *Coaching* personal, de vida o *life coach*
 - *Coaching* ejecutivo o estratégico
 - *Coaching* empresarial
 - *Coaching* nutricional
 - *Coaching* deportivo o *personal training*
 - *Coaching* educativo, infantil y adolescente
 - *Coaching* familiar y de parejas
 - Según el método
 - *Coaching* sistémico
 - *Coaching* ontológico
 - *Coaching* con inteligencia emocional
 - *Coaching* coercitivo
 - *Coaching* PNL
 - *Coaching* cognitivo
 - *Coaching* Wingwave®
 - Según el modelo
 - Modelo anglosajón y/o estadounidense: *coaching* pragmático
 - Modelo sudamericano o chileno: *coaching* ontológico

- Modelo europeo o continental: *coaching* humanista

UNIDAD DIDÁCTICA 5. CÓDIGO ÉTICO Y DEONTOLÓGICO DEL COACHING

1. Consideraciones deontológicas y éticas del *coaching*
 - Código ético y deontológico según la International Coach Federation
 - Normas del código deontológico de la ICF
 - Juramento de la ética profesional de la ICF
 - Código ético y deontológico según la Asociación Española de Coaching
 - Código ético y deontológico
 - Responsabilidades del *coach*
 - Ámbito de aplicación
 - Estándares de conducta ética
 - Compromiso ético

UNIDAD DIDÁCTICA 6. SESIONES DE COACHING

1. Soy *coach* ¿por dónde empiezo?
 - Metodología
2. Desarrollo de una sesión de *coaching*
 - Fase I: establecer la relación de *coaching*
 - Primera sesión de *coaching*
 - Fase II: planificar la acción
 - Fase III: el ciclo de *coaching*
 - Fase IV: evaluación y seguimiento
3. Predisposición de avanzar del *coachee*
 - Catalizadores de avances
 - Catalizadores paralizantes
 - Aprendizaje en el *coaching*
 - Niveles de aprendizaje
4. Fin del proceso de *coaching*
 - ¿Cuándo derivar a un psicólogo o a un psiquiatra?

MÓDULO 2. FUNDAMENTOS DE LA NUTRICIÓN

UNIDAD DIDÁCTICA 7. CONCEPTOS Y DEFINICIONES

1. Bromatología
2. Alimentación y nutrición
 - Alimentación, alimentos y raciones
 - Nutrición y nutrientes
 - ¿Cuál es la relación entre la alimentación y la nutrición?
3. Dietética, dieta y dietista-nutricionista
4. Salud y enfermedad

UNIDAD DIDÁCTICA 8. CLASIFICACIÓN DE ALIMENTOS Y NUTRIENTES

1. Clasificación de los alimentos
2. Clasificación de los nutrientes
 - Macronutrientes
 - Hidratos de carbono o glúcidos
 - Lípidos
 - Proteínas
 - Agua
 - Micronutrientes

- Vitaminas
 - Minerales
3. Grupos de alimentos
- Pirámide de la alimentación saludable
 - Rueda de los alimentos
 - Plato para Comer Saludable

UNIDAD DIDÁCTICA 9. APARATO DIGESTIVO

1. Definición y generalidades
2. Anatomía y fisiología del aparato digestivo
3. Digestión

UNIDAD DIDÁCTICA 10. NECESIDADES NUTRICIONALES

1. Introducción a la bioquímica
 - Enlaces covalentes
 - Clasificación de los enlaces covalentes
 - Enlaces de hidrógeno o puente de hidrógeno
 - Fuerzas hidrofóbicas
 - Transformaciones celulares de los macronutrientes
 - Hidratos de carbono o azúcares
 - Lípidos o grasas
 - Proteínas
 - ATP o adenosín trifosfato
2. Metabolismo
 - Rutas metabólicas
3. Unidades de medida de la energía
4. Valor calórico de los alimentos
 - Valor nutritivo y valor energético de los alimentos
 - Medición del valor energético/calórico de los alimentos
 - Medición directa
 - Medición indirecta
 - Métodos teóricos
5. Necesidades energéticas de un individuo sano
 - Gasto energético en reposo (GER)
 - Gasto energético total (GET)
 - Consejos para acelerar el metabolismo basal

UNIDAD DIDÁCTICA 11. LA DIETA

1. Conceptualización
2. Dieta equilibrada
 - Elaboración de una dieta equilibrada
3. Mitos en nutrición y dietética

MÓDULO 3. APLICACIÓN DEL COACHING A LA NUTRICIÓN

UNIDAD DIDÁCTICA 12. COACHING NUTRICIONAL

1. ¿Qué es el *coaching* nutricional?
 - Objetivos del *coaching* nutricional
 - Modelo tradicional de salud vs. *coaching* nutricional
 - Eficacia del *coaching* nutricional
 - Hábitos dietéticos

- Obesidad
 - Actividad física
2. Rol del *coach* nutricional
 - Habilidades comunicativas
 - Habilidades del *coach* nutricional

UNIDAD DIDÁCTICA 13. TÉCNICAS BÁSICAS DEL COACHING NUTRICIONAL

1. Definición del objetivo
 - Método SMART
2. Gestión de las emociones
 - Inteligencia emocional según Daniel Goleman
3. Programación Neurolingüística (PNL)
 - Metamodelo de Richard Bandler y John Grinder
4. *Mindfulness*
 - *Mindful eating*
5. Mejora de la autoestima
 - Autoestima sana
6. Motivación y nuevos hábitos alimentarios

UNIDAD DIDÁCTICA 14. MODELOS DE APLICACIÓN Y HERRAMIENTAS

1. Modelos de aplicación
 - GROW
 - OUTCOMES
 - ACHIEVE
2. Herramientas
 - Rueda de la vida
 - Árbol de los logros
 - Reencuadre

SOLUCIONARIO

BIBLIOGRAFÍA