

Nutrición básica

➤ **Duración: 60 horas.**

➤ **Objetivos:**

Identificar cada una de las estructuras anatómicas que constituyen el sistema digestivo y los tipos de tejidos que forman cada una de sus vísceras. Comprender los mecanismos y funciones que tienen lugar en cada tramo del aparato digestivo para llevar a cabo la transformación de los alimentos en los tipos de nutrientes necesarios para pasar a la circulación general y ser distribuidos por el organismo para cumplir sus funciones. Identificar las diferencias entre los conceptos de alimentación, nutrición y metabolismo mediante el estudio de los conceptos y funciones básicas hasta las complejas de transformación y utilización a nivel tisular y celular de los principales grupos de nutrientes para el mantenimiento de la homeostasis y, por tanto, de la salud y la vida. Conocer los nutrientes que contienen los alimentos y la importancia que tiene cada uno para el mantenimiento de la vida. Conocer qué son los requerimientos nutricionales y cómo se elaboran las recomendaciones nutricionales de una población y sus aplicaciones prácticas.

➤ **Contenidos:**

Anatomía e histología del aparato digestivo

Introducción.

Partes del tubo digestivo.

Glándulas anejas.

Resumen.

Fisiología digestiva

Introducción.

Principales mecanismos digestivos.

Resumen.

Conceptos básicos de nutrición y metabolismo

Introducción.

Alimentación, nutrición y metabolismo: conceptos básicos.

Metabolismo energético.

Metabolismos intermediarios.

Mecanismo de regulación de la ingesta.

Resumen.

Tipos de nutrientes

Introducción.

Definición y clasificación de los nutrientes.

Hidratos de carbono.

Lípidos.

Proteínas.

Vitaminas.

Minerales.

Agua.

Resumen.

Requerimientos nutricionales

Introducción.

Valor energético de los nutrientes.

Requerimientos nutricionales.

Recomendaciones nutricionales.

Objetivos nutricionales.
Guías de alimentación.
Resumen.