



UNIVERSIDAD COMPLUTENSE  
MADRID



Oferta formativa 11/12

Magíster Universitario  
en Nutrición y dietética  
para la promoción  
de la salud



Experto en Nutrición  
y planificación  
dietética



Títulos Propios UCM. Modalidad no presencial

## Introducción

Los profesionales sanitarios desempeñan una importante labor en la mejora del estado nutricional de la población. La sociedad actual está más preocupada por su estado de salud y las instituciones relacionadas con la sanidad, educación y la industria, demandan profesionales bien preparados y formados en esta materia.

La mejora nutricional tiene una importancia decisiva en la prevención y control de diversas enfermedades, en estados fisiológicos determinados, y en la mejora del rendimiento y calidad de vida. Optimizar la nutrición de la población es uno de los medios más

reentables para conseguir mayor bienestar, a la vez que se reduce el coste de atención sanitaria.

Es por ello los profesionales formados en nutrición y dietética tienen hoy en día una demanda creciente.

Desde el Departamento de Nutrición de la Facultad de Farmacia de la Universidad Complutense hemos preparado estos dos programas, diseñados bajo una metodología de formación a distancia para facilitar el acceso a todos los profesionales interesados.

## Metodología

Los programas se realizan en modalidad *on line*, el alumno podrá solicitar los materiales del curso en papel y a color con un coste adicional.

El seguimiento consta del trabajo personal que realizará el alumno por su participación en un aula virtual que además de plantear

las actividades complementarias, será un espacio de comunicación y encuentro entre alumnos y tutores.

El curso planteará diferentes actividades para conseguir un seguimiento dinámico, ágil, entretenido y muy práctico.

## Dirección académica

**Dra. Rosa M<sup>a</sup> Ortega Anta**

Catedrática en Nutrición.  
Profesora del Departamento de Nutrición y Bromatología.  
Facultad de Farmacia.  
Universidad Complutense de Madrid.

## Consejo docente

**Dra. Aránzazu Aparicio Vizuet**

Profesora Titular del Departamento de Nutrición. Universidad Complutense de Madrid.

**Dra. Ana M<sup>a</sup> Requejo Marcos**

Catedrática en Nutrición. Universidad Complutense de Madrid.

**Dr. Baltasar Ruiz-Roso Calvo de Mora**

Profesor Titular del Departamento de Nutrición. Universidad Complutense de Madrid.

**Dr. Francisco J. Sánchez Muniz**

Catedrático de Nutrición. Universidad Complutense de Madrid.

## Profesorado

Está constituido por un equipo de profesionales procedentes principalmente del ámbito universitario y hospitalario.

En el curso de Experto han participado profesores procedentes de:

– Departamentos de Nutrición y Bromatología y Química Analítica. Facultad de Farmacia. UCM.

– Departamento de Ciencias de la Salud. Facultad de Medicina de la UCM.

– Centro Nacional de Biotecnología y Quantum Experimental.

En el Magíster, además de los anteriores han participado profesionales:

– Universidad San Pablo CEU.

– Hospital Clínico San Carlos, Hospital Jiménez Díaz, Hospital Infantil Universitario Niño Jesús, Hospital Universitario La Paz, Hospital de Madrid Norte Sanchinarro.

## Destinatarios

Los programas van dirigidos a licenciados y diplomados en Ciencias de la Salud.

Podrán acceder alumnos de próxima finalización (consultar en Secretaría).

# Magíster Universitario en Nutrición y dietética para la promoción de la salud

3ª edición

## Objetivos generales

Proporcionar la formación y recursos actualizados en temas de nutrición humana y planificación dietética a cuatro niveles fundamentalmente:

1. Personas sanas.
2. Personas en situaciones fisiológicas especiales.
3. Personas con predisposición a padecer diferentes patologías que pueden ser evita-

das/retrasadas por modificaciones en la alimentación.

4. Personas con determinadas patologías que pueden ser controladas por modificaciones en la alimentación.

Con el objetivo global de promocionar la salud. Se aportarán los materiales y las bases teórico-prácticas necesarias para una correcta formación en la materia.

## Programa

### Primer curso

#### 1 Composición y valor nutricional de alimentos y bebidas

Alimentos de origen animal. Alimentos de origen vegetal. Grasas y aceites. Alimentos procesados. Bebidas

#### 2 Referencias en la planificación y valoración de dietas

Guías en alimentación. Ingestas recomendadas y objetivos nutricionales

#### 3 Macronutrientes y energía

Proteínas. Lípidos. Hidratos de carbono. Energía. Ejercicios prácticos: gasto energético, perfil calórico y lipídico de las dietas, cumplimiento con objetivos nutricionales marcados

#### 4 Micronutrientes y otros componentes de los alimentos

Vitaminas. Minerales. Fitoquímicos y otros componentes no nutritivos de los alimentos. Fibra. Ejercicios prácticos: contribución de la ingesta de vitaminas y minerales a la cobertura de la ingesta recomendada, cumplimiento con objetivos nutricionales marcados

#### 5 Valoración de la situación nutricional de individuos y colectivos

Estudio dietético. Estudio antropométrico, hematológico y bioquímico

#### 6 Nutrición colectiva y Salud Pública

Errores y controversias en Nutrición y alimentación. Nutrición en colectividades. Alimentación, nutrición y salud laboral. Educación nutricional. Problemática nutricional de emigrantes y grupos marginales

## 7 **Nutrición en la mejora del bienestar y capacidad funcional**

Nutrición en la mejora de la capacidad funcional y mental (nutrición y función cognitiva). Pautas alimentarias en el control/reducción del peso corporal. Nutrición e insomnio. Nutrición en salud de piel, pelo y uñas. Bases e importancia de la Nutrigenética y Nutrigenómica

### Segundo curso

## 8 **Problemática nutricional en diversas etapas de la vida**

Embarazo y lactancia. Primer año de vida, Infancia y adolescencia. Etapa fértil. Menopausia. Personas mayores

## 9 **Nutrición en grupos especiales de población**

Deportistas y personas físicamente activas. Problemática nutricional del fumador. Obesidad infantil

## 10 **Nutrición en prevención y control de patologías**

Pautas dietéticas en prevención y control cardiovascular. Nutrición en diabetes. Nutrición y cáncer. Nutrición y enfermedades neurológicas. Nutrición en los errores innatos del metabolismo. Alergias e intolerancias alimentarias (celiaquía). Nutrición y depresión. Nutrición en asma e insuficiencia respiratoria. Anorexia, bulimia y otros trastornos del comportamiento alimentario. Nutrición enteral y parenteral

## 11 **Nutrición en la Promoción de la Salud**

Nutrición en el control de la presión arterial. Nutrición y salud gastrointestinal. Nutrición y salud ósea. Nutrición y salud ocular (prevención y control de cataratas, degeneración macular asociada a la edad...). Nutrición e inmunidad

## 12 **Avances y nuevos problemas en alimentación**

Repercusión del procesado de los alimentos en su valor nutricional. Alimentos biológicos/ecológicos. Alimentos funcionales y transgénicos. Interacciones entre los nutrientes y otros componentes de los alimentos o el entorno.

## 13 **Dietética: planificación de dietas para diversos grupos de población**

Pautas prácticas para el diseño de dietas de individuos y colectivos. Supuestos prácticos en relación con control de peso. Supuestos prácticos en relación con el diseño y control de dietas especiales (para alguna enfermedad, restricción de sodio, proteínas).

**Proyecto fin de curso.**

## Duración y número de horas

El curso tiene una duración de dos cursos académicos. Consulta convocatorias disponibles. Equivale a 500 horas de formación.

Tanto la realización del programa completo del curso como las pruebas de evaluación previstas, son a distancia.

## Titulación y créditos

Magíster Universitario en Nutrición y dietética para la promoción de la salud por la UCM. 40 créditos ECTS.

## Matrícula

El precio del curso es de 3.300 € (no incluye las tasas de emisión del título).

## Objetivos generales

Proporcionar la información y recursos actualizados en temas de nutrición y planificación dietética, ofreciendo los materiales y las bases para una correcta formación en la materia.

Analizar los conceptos básicos claves en relación con los alimentos y nutrientes, problemática alimentaria y nutricional en diversas etapas y situaciones y métodos de valoración y planificación de dietas y de valoración del estado nutricional.

## Programa

### 1 Alimentos como fuente de energía y nutrientes, herramientas en la planificación dietética

Cereales y legumbres. Frutas y verduras. Carnes, pescados y huevos. Lácteos. Aceites y alimentos ricos en lípidos. Alimentos industriales. Alimentos funcionales y transgénicos

### 2 Energía y nutrientes

Energía. Proteínas. Lípidos. Hidratos de carbono y otros componentes de los alimentos. Fibra. Vitaminas. Minerales. Agua y alcohol. Componentes no nutritivos con beneficios en la salud

### 3 Problemática nutricional en diversas etapas de la vida

Alimentación en embarazo y lactancia. Alimentación en infancia y adolescencia. Alimentación en edad fértil. Pautas en personas de edad avanzada. Alimentación del deportista

### 4 Evaluación del estado nutricional

Métodos de valoración dietética. Datos antropométricos, hematológicos y bioquímicos indicadores de situación nutricional

### 5 Dietética

Guías en alimentación. Ingestas recomendadas y objetivos nutricionales. Valoración de dietas de individuos/colectivos. Pautas dietéticas en prevención y control cardiovascular. Pautas alimentarias en el control/reducción del peso corporal. Nuevas tecnologías en la planificación y valoración de dietas

### 6 Problemas y estrategias en nutrición y alimentación

Repercusión nutricional del procesado de los alimentos. Interacciones Dieta-Xenobióticos. Anorexia, bulimia y otros trastornos del comportamiento alimentario. Nutrición de colectivos (comedores escolares, residencias geriátricas, nutrición hospitalaria). Tópicos, mitos, errores y controversias en Nutrición. Educación nutricional

## Duración y número de horas

El curso tiene una duración de un curso académico. Consulta convocatorias disponibles. Equivale a 250 horas de formación.

Tanto la realización del programa completo del curso como las pruebas de evaluación previstas, son a distancia.

## Titulación y créditos

Experto en Nutrición y planificación dietética por la UCM. 20 créditos ECTS.

## Matrícula

El precio del curso es de 1.720 € (no incluye las tasas de emisión del título).

## Solicitud de inscripción

Deberás cumplimentar el boletín de inscripción correspondiente y seguir los pasos que allí se te indican. También puedes inscribirse

directamente a través de internet, accediendo al boletín de inscripción en la página: [www.cursoscoinsa.com](http://www.cursoscoinsa.com).

## Información y Secretaría

Teléfono: 91 541 08 00

E-mail: [info@cursoscoinsa.com](mailto:info@cursoscoinsa.com)

[www.cursoscoinsa.com](http://www.cursoscoinsa.com)