



Instituto Nacional de Formación Online

**MEDICINA Y SALUD**

**Auxiliar de alimentación  
y nutrición**



MODALIDAD  
**100%  
ONLINE**

ÁREAS  
**ENFERMERÍA  
Y FARMACIA**

DURACIÓN  
**325  
HORAS**

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



## DESCRIPCIÓN

En la actualidad, es evidente la íntima relación existente entre alimentación y salud, de modo que una alimentación equilibrada ayuda a conservar la salud y a vivir más años.

Realmente somos lo que comemos, todo aquello que comemos o bebemos afecta al funcionamiento de nuestro organismo. Así pues, una alimentación equilibrada y adaptada a los cambios que comportan todas las etapas de la vida servirá para mejorar nuestra calidad de vida y evitar la aparición de enfermedades como las cardiovasculares, la diabetes, la hipertensión, algunos tipos de cáncer, etc. por el contrario, una alimentación poco saludable implicará enfermedades originadas por exceso (por ejemplo, la obesidad) o por carencia (por ejemplo, las anemias) de nutrientes.

Al hacer referencia a la nutrición, hablamos de la ciencia que estudia el conjunto de procesos

involuntarios mediante los cuales nuestro organismo utiliza los nutrientes que hemos aportado a través de la alimentación para obtener energía, construir y reparar las estructuras orgánicas, y regular los procesos metabólicos.

Por último, la dietética se define como la ciencia que estudia los regímenes alimenticios en la salud (en las diferentes etapas fisiológicas de la vida) o en la enfermedad (dietoterapia), de acuerdo con los conocimientos sobre fisiología de la nutrición en el primer caso y sobre la fisiopatología del trastorno en cuestión en el segundo.

Con este programa se pretende hacer una guía de fácil comprensión sobre todos los temas relacionados con la alimentación, la nutrición y la salud.

## OBJETIVOS

El programa formativo de actualización médica online **«Auxiliar de alimentación y nutrición»** de **Océano Medicina** se dirige a los profesionales de la salud que deseen ampliar y mejorar sus conocimientos en el ámbito de la nutrición y alimentación desde diferentes perspectivas.

El programa formativo está formado por dos grandes bloques. El primero se centra en los conceptos básicos de alimentación y nutrición como son los nutrientes, la energía, la digestión, los alimentos, la alimentación equilibrada en

diferentes colectivos de personas (lactantes, niños, adolescentes, adultos, ancianos, embarazadas, deportistas, vegetarianos), las tendencias de las personas que comen fuera de casa, la higiene alimentaria, etc.

El segundo engloba todo un conjunto de dietas adaptadas a diferentes patologías (obesidad, diabetes, hipertensión arterial, enfermedades digestivas, cáncer, etc.) y de recomendaciones orientadas a mejorar el estado nutricional de los pacientes, y por tanto, su calidad de vida.



## AUTORES

### **María Dolores Castillo Sánchez**

*Doctora en Medicina y Cirugía por la Universidad de Granada. Experta en Nutrición. Granada.*

### **Marta González Caballero**

*Diplomada en Dietética y Nutrición Humana. Formadora ocupacional. Barcelona.*

### **María Teresa León Espinosa de los Monteros**

*Doctora en Medicina y Cirugía. Experta en Nutrición. Médica especialista en Medicina familiar y Comunitaria. Especialista en Medicina Preventiva. Hospital Virgen de las Nieves. Granada.*

## CONTENIDOS

### **Módulo I. Alimentación, nutrición y salud. Dietética y dietoterapia**

**Bloque I.** Conceptos básicos

**Bloque II.** Dietoterapia

### **Módulo II. Claves prácticas en alimentación y nutrición**

**Bloque I.** Alimentación y nutrición

**Bloque II.** Grupos de alimentos

**Bloque III.** Alimentación en las distintas situaciones de la vida

**Bloque IV.** Alimentación y enfermedad

**Bloque V.** Higiene y manipulación de alimentos

**Bloque VI.** Tendencias actuales en la alimentación

## CERTIFICACIÓN

Los programas formativos de **Océano Medicina** están avalados y recomendados por importantes instituciones y asociaciones médicas. Asimismo, están certificados por diversas universidades y entidades certificadoras (consultar en [www.oceanomedicina.com](http://www.oceanomedicina.com)).