

# Nutrición básica

**Duración:** 60 horas.

**Modalidad:** online

**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

- **1. Anatomía e histología del aparato digestivo**
  - Introducción
  - Partes del tubo digestivo
  - Glándulas anejas
  - Resumen
- **2. Fisiología digestiva**
  - Introducción
  - Principales mecanismos digestivos
  - Resumen
- **3. Conceptos básicos de nutrición y metabolismo**
  - Introducción
  - Alimentación, nutrición y metabolismo: conceptos básicos
  - Metabolismo energético

- Metabolismos intermediarios
- Mecanismo de regulación de la ingesta
- Resumen
- **4. Tipos de nutrientes**
  - Introducción
  - Definición y clasificación de los nutrientes
  - Hidratos de carbono
  - Lípidos
  - Proteínas
  - Vitaminas
  - Minerales
  - Agua
  - Resumen
- **5. Requerimientos nutricionales**
  - Introducción
  - Requerimientos nutricionales
  - Valor energético de los nutrientes
  - Requerimientos nutricionales
  - Recomendaciones nutricionales
  - Objetivos nutricionales
  - Guías de alimentación
  - Resumen