

# DOBLE TITULACIÓN

MÁSTER EN TÉCNICAS CULINARIAS

+

EXPERTO EN ELABORACIÓN DE DIETAS

**INSTITUTODYN**  
DIETÉTICA, NUTRICIÓN Y SALUD

DYM029

- DIPLOMA AUTENTIFICADO POR NOTARIO EUROPEO -



## DESTINATARIOS

Este curso está dirigido a todas aquellas personas que deseen adquirir conocimientos sobre técnicas culinarias, salud y bienestar nutricional y elaboración de dietas.

Este pack formativo permitirá al alumnado adquirir las habilidades necesarias para efectuar operaciones de acabado de preparaciones básicas de repostería y postres elementales y elaboraciones culinarias de hortalizas, legumbres secas, pastas, arroces, huevos, pescados, crustáceos, moluscos, carnes, aves y caza además de elaboración de dietas. Además, al final de cada unidad didáctica el alumno encontrará ejercicios de autoevaluación para poder evaluar el nivel y los conocimientos adquiridos en cada apartado.

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  
600H



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: 2380€  
VALOR ACTUAL: 595€

## CERTIFICACIÓN OBTENIDA

---

Una vez finalizados los estudios y superadas las pruebas de evaluación, el alumno recibirá un diploma que certifica el “**MÁSTER EN TÉCNICAS CULINARIAS + EXPERTO EN ELABORACIÓN DE DIETAS**”, de INSTITUTO DYN, avalada por nuestra condición de socios de la CECAP, máxima institución española 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

---

- |   |   |
|---|---|
|  <a href="http://www.facebook.com/institutoDYN">www.facebook.com/institutoDYN</a> |  <a href="https://linkedin.com/school/institutodyn">linkedin.com/school/institutodyn</a> |
|  <a href="https://www.instagram.com/instituto_dyn">@instituto_dyn</a>             |  <a href="http://www.institutodyn.com">www.institutodyn.com</a>                          |
|  <a href="https://www.twitter.com/institutodyn">www.twitter.com/institutodyn</a>  |  <a href="http://www.institutodyn.com/blog">www.institutodyn.com/blog</a>                |

# CONTENIDO FORMATIVO

---

## PARTE 1. TÉCNICAS CULINARIAS

### MÓDULO 1. TÉCNICAS CULINARIAS

UNIDAD FORMATIVA 1. ELABORACIONES BÁSICAS Y PLATOS ELEMENTALES CON HORTALIZAS, LEGUMBRES SECAS, PASTAS, ARROCES Y HUEVOS

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. MAQUINARIA, BATERÍA, UTILLAJE Y HERRAMIENTAS UTILIZADOS EN LAS ELABORACIONES BÁSICAS Y PLATOS ELEMENTALES CON HORTALIZAS, LEGUMBRES SECAS, PASTAS, ARROCES Y HUEVOS.**

1. Características de la maquinaria utilizada.
2. Batería de cocina.
3. Utillaje y herramientas.

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. FONDOS, BASES Y PREPARACIONES BÁSICAS DE MÚLTIPLES APLICACIONES PARA HORTALIZAS, LEGUMBRES SECAS, PASTAS, ARROCES Y HUEVOS.**

1. Composición y elaboración de los fondos elaborados con hortalizas. Factores a tener en cuenta en su elaboración. Utilización.
2. Otras preparaciones básicas elaboradas con hortalizas y su utilización (coulís, purés, cremas, veloutés, farsas...).
3. Fondos y bases industriales elaboradas con hortalizas.
4. El sofrito y sus distintas formas de preparación según su posterior utilización.
5. Aplicación de las respectivas técnicas y procedimientos de ejecución y control para la obtención de fondos, salsas, mantequillas compuestas y otras preparaciones básicas.

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. HORTALIZAS Y LEGUMBRES SECAS.**

1. Hortalizas: definición. Distintas clasificaciones. Hortalizas de mayor consumo. Utilización en cocina. Análisis organoléptico para conocer su estado de conservación de las especies más consumidas. Distintos cortes en función de su cocinado.
2. Legumbres. Principales legumbres secas. Categorías comerciales. Distintas clases de garbanzo, judía y lenteja. Otras leguminosas frescas y secas.

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 4. PASTAS Y ARROCES.**

1. Definición de pasta. Distintas clasificaciones. Formatos más comunes. Condimentos, salsas, quesos y farsas para pasta.
2. Arroz: Definición. Clasificación en función del taño del grano. Categorías comerciales. Tipo de arroz y su preparación adecuada.

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 5. HUEVOS.**

1. Definición. Composición. Clasificación. Distintas formas para saber si está más o menos fresco. Utilización. Formas básicas de preparación. Salsas y guarniciones para acompañamiento de platos de huevos. Utilización de la clara y de la yema. Ovoproductos y su utilización.
2. Huevos de otras aves utilizados alimentación.

## **UNIDAD DIDÁCTICA 6. TÉCNICAS DE COCINADO DE HORTALIZAS.**

1. Asar al horno, a la parrilla, a la plancha.
2. Freír en aceite.
3. Saltear en aceite y en mantequilla.
4. Hervir y cocer al vapor.
5. Brasear.
6. Aplicación de las distintas técnicas de cocinado a cada una de las variedades.

## **UNIDAD DIDÁCTICA 7. TÉCNICAS DE COCINADOS DE LEGUMBRES SECAS.**

1. Operaciones previas a la cocción (limpieza y selección del grano, remojo, etc.).
2. Importancia del agua en la cocción de las legumbres.
3. Otros factores a tener en cuenta, según la variedad de legumbre.
4. Ventajas e inconvenientes de la olla a presión.

## **UNIDAD DIDÁCTICA 8. TÉCNICAS DE COCINADOS DE PASTA Y ARROZ.**

1. Cocción de pasta. Punto de cocción. Duración en función del tipo de pasta y formato.
2. Cocción de arroz. Distintos procedimientos. Punto de cocción. Idoneidad del tipo de arroz y método de cocción.

## **UNIDAD DIDÁCTICA 9. PLATOS ELEMENTALES A BASE DE HORTALIZAS, LEGUMBRES, PASTAS, ARROCES Y HUEVOS.**

1. Platos y guarniciones frías y calientes que se elaboran con hortalizas. Preparaciones y platos fríos elaborados con hortalizas. Salsas más indicadas para su acompañamiento.
2. Platos elementales de legumbres secas. Potajes, cremas y sopas de legumbres.
3. Platos elementales de pasta y de arroz más divulgados. Adecuación de pastas y salsas.
4. Platos elementales con huevos.
5. Preparaciones frías y ensaladas elementales a base de hortalizas, legumbres, pastas, arroz y huevos.

## **UNIDAD DIDÁCTICA 10. PRESENTACIÓN Y DECORACIÓN DE PLATOS A BASE DE HORTALIZAS, LEGUMBRES, PASTAS, ARROCES Y HUEVOS.**

1. Factores a tener en cuenta en la presentación y decoración de platos de hortalizas, legumbres, pasta y arroces. Montaje en fuente y en plato. Otros recipientes.
2. Adornos y acompañamientos más representativos en estos platos.

## **UNIDAD DIDÁCTICA 11. REGENERACIÓN DE PLATOS PREPARADOS CON HORTALIZAS, LEGUMBRES, PASTAS, ARROCES Y HUEVOS.**

1. Regeneración: Definición.
2. Clases de técnicas y procesos.
3. Identificación de equipos asociados.
4. Fases de los procesos, riesgos en la ejecución y control de resultados.
5. Realización de operaciones necesarias para la regeneración.
6. El sistema cook-.chill y su fundamento.
7. Platos preparados: Definición. Distintas clases. Platos preparados con hortalizas, otros vegetales y setas.

## UNIDAD FORMATIVA 2. ELABORACIONES BÁSICAS Y PLATOS ELEMENTALES CON PESCADOS, CRUSTÁCEOS Y MOLUSCOS

### UNIDAD DIDÁCTICA 1. MAQUINARIA, BATERÍA, UTILLAJE Y HERRAMIENTAS UTILIZADOS EN LAS ELABORACIONES BÁSICAS Y PLATOS ELEMENTALES CON PESCADOS, CRUSTÁCEOS Y MOLUSCOS.

1. Características de la maquinaria utilizada.
2. Batería de cocina.
3. Utillaje y herramientas.

### UNIDAD DIDÁCTICA 2. FONDOS, BASES Y PREPARACIONES BÁSICAS ELABORADOS CON PESCADOS, CRUSTÁCEOS Y MOLUSCOS.

1. Composición y elaboración de los fondos elaborados con pescados. Factores a tener en cuenta en su elaboración. Utilización.
2. Otras preparaciones básicas y su utilización (coulís, salsas, mantequillas compuestas, farsas y otras) que se elaboran para pescados, crustáceos y moluscos,).
3. Fondos y bases industriales elaboradas con pescados crustáceos y moluscos.
4. Algas marinas y su utilización.
5. Aplicación de las respectivas técnicas y procedimientos de ejecución y control para la obtención de fondos, sopas, salsas, mantequillas compuestas y otras preparaciones básicas.

### UNIDAD DIDÁCTICA 3. TÉCNICAS DE COCINADO DE PESCADOS, CRUSTÁCEOS Y MOLUSCOS.

1. Principales técnicas de cocinado:
2. Aplicación de las distintas técnicas de cocinado a cada especie.

### UNIDAD DIDÁCTICA 4. PLATOS ELEMENTALES A BASE PESCADOS, CRUSTÁCEOS Y MOLUSCOS.

1. Platos calientes y fríos elementales más divulgados.
2. Salsas, guarniciones y otras preparaciones adecuadas para acompañar platos con pescados, crustáceos y moluscos.

### UNIDAD DIDÁCTICA 5. PRESENTACIÓN Y DECORACIÓN DE PLATOS A BASE DE PESCADOS, CRUSTÁCEOS Y MOLUSCOS.

1. Factores a tener en cuenta en la presentación y decoración de platos de pescados, crustáceos y molusco.
2. Montaje en fuente y en plato. Otros recipientes.
3. Adornos y acompañamientos más representativos utilizados en estos platos.

### UNIDAD DIDÁCTICA 6. REGENERACIÓN DE PLATOS PREPARADOS CON PESCADOS, CRUSTÁCEOS Y MOLUSCOS.

1. Regeneración: Definición.
2. Clases de técnicas y procesos.
3. Identificación de equipos asociados.
4. Fases de los procesos, riesgos en la ejecución y control de resultados.
5. Realización de operaciones necesarias para la regeneración.
6. El sistema cook-.chill y su fundamento.

7. Platos preparados: Definición. Distintas clases. Platos preparados con pescados, crustáceos y moluscos.

## **UNIDAD FORMATIVA 3. ELABORACIONES BÁSICAS Y PLATOS ELEMENTALES CON CARNES, AVES Y CAZA**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. MAQUINARIA, BATERÍA, UTILLAJE Y HERRAMIENTAS UTILIZADOS EN LAS ELABORACIONES BÁSICAS Y PLATOS ELEMENTALES CON CARNES, AVES Y CAZA.**

1. Características de la maquinaria utilizada.
2. Batería de cocina.
3. Utillaje y herramientas.

### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. FONDOS, BASES Y PREPARACIONES BÁSICAS CONFECCIONADOS CON CARNES, AVES Y CAZA.**

1. Fondos: Definición. Clasificación. Importancia de los fondos en la cocina.
2. Principales fondos básicos. Composición y elaboración de los fondos elaborados con carnes, aves y caza. Factores a tener en cuenta en su elaboración. Utilización.
3. Otras preparaciones básicas y su utilización (duxelles, tomate concassés, roux, mirepoix, distintos aparejos, borduras, salsas para carnes y aves, mantequillas compuestas y farsas).
4. Fondos y bases industriales elaboradas con carnes, aves y caza.
5. Elementos de ligazón clásicos y texturizantes actuales.
6. Aplicación de las respectivas técnicas y procedimientos de ejecución y control para la obtención de fondos, sopas, salsas, mantequillas compuestas y otras preparaciones básicas.

### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. TÉCNICAS DE COCINADO DE CARNES, AVES, CAZA Y DESPOJOS.**

1. Definición. Fundamento de la cocción. Principales técnicas de cocinado:
2. Aplicación de las distintas técnicas de cocinado a cada tipo de corte o pieza de carne de distintas especies, a carnes de las diferentes aves domésticas, a carnes de caza y a distintos despojos.

### **UNIDAD DIDÁCTICA 4. PLATOS ELEMENTALES A BASE DE CARNES, AVES, CAZA Y DESPOJOS.**

1. Platos elementales más divulgados y su elaboración.
2. Guarniciones, salsas y otras preparaciones adecuadas para acompañar platos con carnes, aves, caza y despojos.

### **UNIDAD DIDÁCTICA 5. REGENERACIÓN DE PLATOS COCINADOS A BASE DE CARNES, AVES, CAZA Y DESPOJOS.**

3. Regeneración: Definición.
4. Clases de técnicas y procesos.
5. Identificación de equipos asociados.
6. Fases de los procesos, riesgos en la ejecución y control de resultados.
7. Realización de operaciones necesarias para la regeneración.
8. El sistema cook-.chill y su fundamento.
9. Platos preparados: Definición. Distintas clases. Platos preparados con carnes, aves, caza y despojos.

## **UNIDAD DIDÁCTICA 6. PRESENTACIÓN Y DECORACIÓN DE PLATOS.**

1. Importancia del efecto visual en la comida. Otros factores organolépticos. Factores que diferencian la decoración clásica de la actual.
2. Montaje y presentación en fuente y en plato.
3. Vajilla: Características. Distintas piezas y su utilización en función del tipo de comida. El color del plato en función de su contenido.
4. Factores a tener en cuenta en la presentación y decoración de platos.
5. Distintas técnicas de presentación de platos elaborados con carnes, aves, y caza.
6. Importancia de la presentación y servicio del plato a su bebida temperatura.

## **UNIDAD FORMATIVA 4. ELABORACIONES BÁSICAS DE REPOSTERÍA Y POSTRES ELEMENTALES**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. MAQUINARIA, BATERÍA, UTILLAJE Y HERRAMIENTAS PROPIAS DE REPOSTERÍA.**

1. Características de la maquinaria utilizada.
2. Batería, distintos moldes y sus características.
3. Utillaje y herramientas.

### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. MATERIAS PRIMAS.**

1. Harina: distintas clases y usos.
2. Mantequilla y otras grasas.
3. Distintos tipos de azúcar y otros edulcorantes.
4. Cacao y derivados: distintos tipos de cobertura de chocolate.
5. Distintos tipo de fruta y productos derivados (mermeladas, confituras, frutas confitadas, pulpas, etc.).
6. Almendras y otros frutos secos.
7. Huevos y ovoproductos.
8. Gelatinas, especias,
9. Distintas clases de mix.
10. Productos de decoración.

### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. PREPARACIONES BÁSICAS DE MÚLTIPLES APLICACIONES PROPIAS DE REPOSTERÍA.**

1. Materias primas empleadas en repostería.
2. Principales preparaciones básicas. Composición y elaboración. Factores a tener en cuenta en su elaboración y conservación. Utilización.
3. Preparaciones básicas de múltiples aplicaciones a base de: azúcar, cremas, frutas, chocolate, almendras, masas y otras: composición, factores a tener en cuenta en su elaboración, conservación y utilización.
4. Preparaciones básicas elaboradas a nivel industrial.

### **UNIDAD DIDÁCTICA 4. TÉCNICAS DE COCINADO EMPLEADAS EN LA ELABORACIÓN DE PREPARACIONES DE MÚLTIPLES APLICACIONES DE REPOSTERÍA Y POSTRES ELEMENTALES.**

1. Asar al horno.
2. Freír en aceite.
3. Saltear en aceite y en mantequilla.
4. Hervir y cocer al vapor.

## **UNIDAD DIDÁCTICA 5. POSTRES ELEMENTALES.**

1. Importancia del postre en la comida. Distintas clasificaciones.
2. Aplicación de las respectivas técnicas y procedimientos de ejecución y control para la obtención de los postres elementales más representativos de repostería.

## **UNIDAD DIDÁCTICA 6. REGENERACIÓN DE PRODUCTOS UTILIZADOS EN REPOSTERÍA.**

1. Regeneración: Definición.
2. Clases de técnicas y procesos.
3. Identificación de equipos asociados.
4. Fases de los procesos, riesgos en la ejecución y control de resultados.
5. Realización de operaciones necesarias para la regeneración.
6. Postres y otros productos preparados. Distintas clases.

## **UNIDAD DIDÁCTICA 7. PRESENTACIÓN Y DECORACIÓN DE POSTRES ELEMENTALES.**

1. Técnicas a utilizar en función de la clase de postre.
2. Utilización de manga, cornets, biberones y otros utensilios.
3. Cremas, chocolates y otros productos y preparaciones empleados en decoración.
4. Importancia de la vajilla.

## **PARTE 2. ELABORACIÓN DE DIETAS**

### **MÓDULO 1. DIETÉTICA Y NUTRICIÓN**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. 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 2. CLASIFICACIÓN DE ALIMENTOS Y NUTRIENTES.**

1. Clasificación de los alimentos
2. Clasificación de los nutrientes
  - Macronutrientes
    - Hidratos de carbono y 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 3. APARATO DIGESTIVO**

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

### **UNIDAD DIDÁCTICA 4. 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 y 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 y reposo (GER)
  - Gasto energético total (GET)
  - Consejos para acelerar el metabolismo basal

### **UNIDAD DIDÁCTICA 5. HIDRATOS DE CARBONO**

1. Definición y generalidades
2. Clasificación de los hidratos de carbono
  - Monosacáridos
  - Oligosacáridos
  - Polisacáridos
3. Funciones de los hidratos de carbono
4. Digestión de los hidratos de carbono
5. Metabolismo de los hidratos de carbono
  - Glucólisis
  - Vía de las pentosas
  - Ciclo de Krebs
  - Fosforilación oxidativa
  - Gluconeogénesis
  - Ciclo de Cori
  - Metabolismo del glucógeno
6. Fibra dietética

### **UNIDAD DIDÁCTICA 6. LÍPIDOS**

1. Definición y generalidades
2. Funciones lipídicas

3. Ácidos grasos
  - Biosíntesis
  - Catabolismo
4. Clasificación de los lípidos
  - Perspectiva dietética y nutricional
  - Perspectiva química
    - Saponificables
    - Insaponificables
5. Digestión y absorción lipídica
6. Distribución y transporte lipídico

## **UNIDAD DIDÁCTICA 7. PROTEÍNAS**

1. Definición y generalidades
2. Aminoácidos
3. Clasificación de las proteínas
  - Proteínas simples
  - Proteínas conjugadas
  - Proteínas derivadas
4. Digestión y absorción proteica
5. Metabolismo proteico
  - Descarboxilación
  - Desaminación
    - Transaminación
    - Desaminación oxidativa
  - Ciclo de la urea
  - Ciclo de krebs o ciclo del ácido cítrico
  - Gluconeogénesis
  - Síntesis de los ácidos grasos
  - Síntesis de las proteínas
6. Necesidades proteicas
7. Origen y valor biológico de las proteínas
  - Proteínas de origen animal
  - Proteínas de origen vegetal
8. Enfermedades relacionadas

## **UNIDAD DIDÁCTICA 8. VITAMINAS**

1. Definición y generalidades
2. Clasificación de las vitaminas
  - Vitaminas liposolubles
    - Vitamina A o retinol
    - Vitamina D o calciferol
    - Vitamina E o tocoferol
    - Vitamina K
  - Vitaminas hidrosolubles
    - Vitamina C o ácido ascórbico
    - Complejo B
3. Enfermedades por ausencia o exceso de vitaminas
  - Avitaminosis e hipovitaminosis
  - Hipervitaminosis

## **UNIDAD DIDÁCTICA 9. MINERALES**

1. Definición y generalidades

## 2. Clasificación de los minerales

- Macrominerales
  - Calcio
  - Fósforo
  - Magnesio
  - Azufre
  - Sodio, potasio y cloro
- Microminerales
  - Hierro
  - Cobre
  - Yodo
  - Magnesio
  - Cromo
  - Cobalto
  - Zinc
  - Flúor
  - Selenio

## **UNIDAD DIDÁCTICA 10. AGUA**

1. Definición y generalidades
2. Funciones del agua
3. Balance hídrico
4. Sed y deshidratación crónica
5. Consejos para mantener una buena hidratación

## **SOLUCIONARIO**

## **BIBLIOGRAFÍA**

## **MÓDULO 2. DIETOTERAPIA. ELABORACIÓN DE DIETAS**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. LA DIETA**

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

### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. SALUD Y BIENESTAR NUTRICIONAL**

1. Valoración del estado nutricional
  - Anamnesis
    - Historia clínica, datos socioeconómicos y psicosociales, y estilo de vida
    - Historia dietética y hábitos alimentarios
    - Actividad física
  - Estudio antropométrico y composición corporal
    - Protocolo de preparación
    - Material antropométrico
    - Medidas básicas
  - Parámetros bioquímicos
    - Proteínas somáticas (corporal/muscular)
    - Proteínas viscerales

### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. DIETÉTICA Y NUTRICIÓN DURANTE EL EMBARAZO**

1. Cambios fisiológicos
2. Necesidades y recomendaciones nutricionales
3. Trastornos alimentarios comunes
4. Modelo de dieta

### **UNIDAD DIDÁCTICA 4. DIETÉTICA Y NUTRICIÓN DE LA MADRE DURANTE LA LACTANCIA**

1. Cambios fisiológicos
2. Necesidades y recomendaciones nutricionales
3. Recomendaciones dietéticas en la lactancia
4. Tipos de lactancia
  - Lactancia materna
  - Lactancia artificial
5. Modelo de dieta

### **UNIDAD DIDÁCTICA 5. DIETÉTICA Y NUTRICIÓN DEL LACTANTE**

1. Cambios fisiológicos
2. Necesidades y recomendaciones nutricionales
  - Alimentación complementaria o *Beikost*
  - El biberón

### **UNIDAD DIDÁCTICA 6. DIETÉTICA Y NUTRICIÓN DEL INFANTE**

1. Cambios fisiológicos
2. Pirámide nutricional infantil
3. Necesidades y recomendaciones nutricionales
  - Buenos hábitos alimentarios
4. Modelo de dieta

### **UNIDAD DIDÁCTICA 7. DIETÉTICA Y NUTRICIÓN DEL ADOLESCENTE**

1. Cambios fisiológicos
2. Modificación de las costumbres y de los hábitos
  - Necesidades y recomendaciones nutricionales
  - Buenos hábitos alimentarios
3. Modelo de dieta

### **UNIDAD DIDÁCTICA 8. DIETÉTICA Y NUTRICIÓN EN LA TERCERA EDAD**

1. Cambios fisiológicos
2. Cambios sociológicos
3. Necesidades y recomendaciones nutricionales
  - Buenos hábitos alimentarios
  - Evitar la malnutrición
4. Consejos para mantenerse activo
5. Modelo de dieta

## **SOLUCIONARIO**

## **BIBLIOGRAFÍA**