



## **Nutrición básica**

### **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.

FORMACION INDUSTRIAL TELEMATICA

ESPECIALISTAS EN LA INDUSTRIA

FORMACION E-LEARNING

PERSONALIZADA IN COMPANY



Valor energético de los nutrientes.  
Requerimientos nutricionales.  
Recomendaciones nutricionales.  
Objetivos nutricionales.  
Guías de alimentación.  
Resumen.