DUPLA TITULAÇÃO

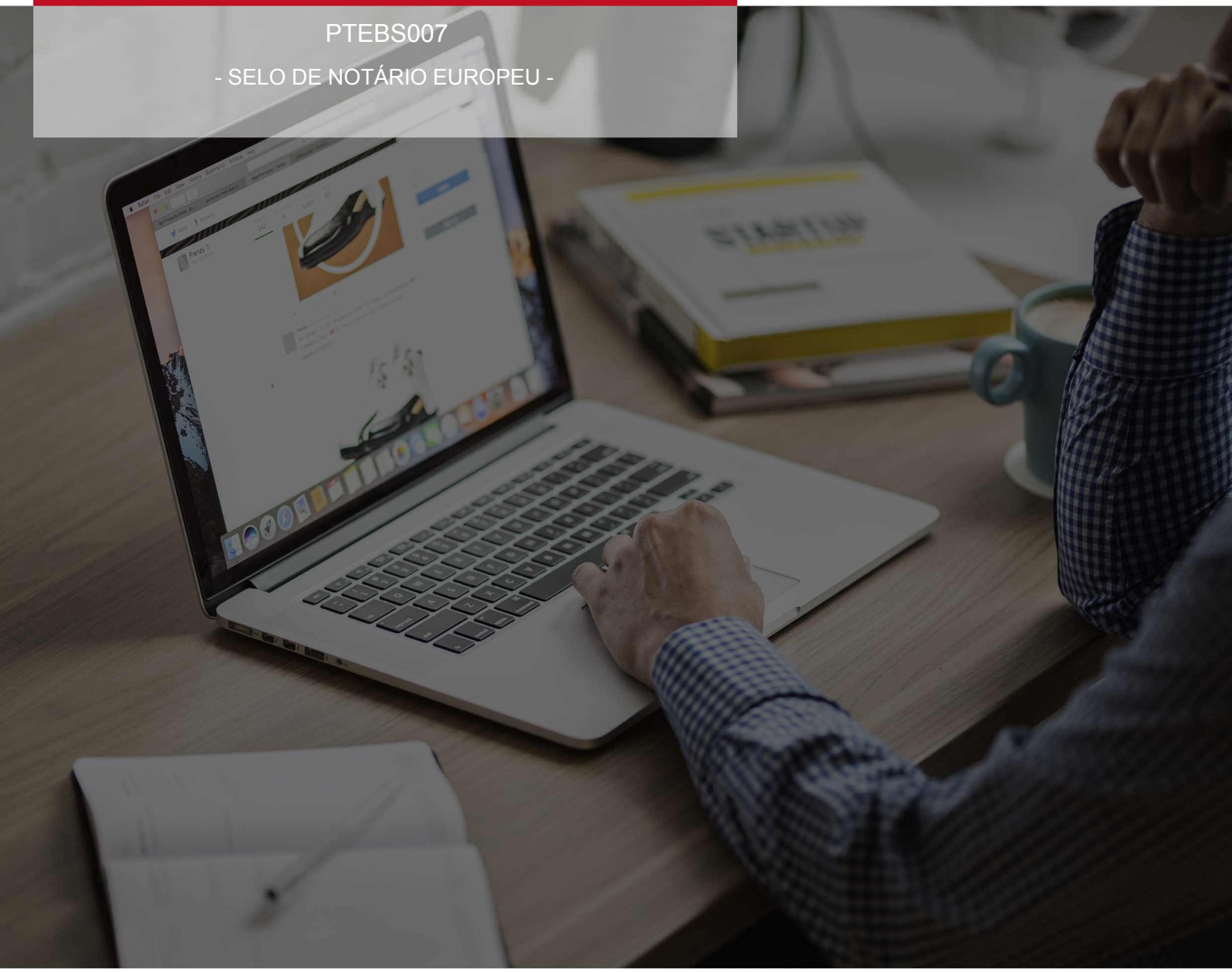
MESTRADO EM DIETÉTICA E NUTRIÇÃO

+

MESTRADO EM DIETOTERAPIA E ELABORAÇÃO DE DIETAS

PTEBS007

- SELO DE NOTÁRIO EUROPEU -



CUM LAUDE

ESPAÑA

NIHIL PRIUS FIDE

NOTARIO

CECAP

DESTINATÁRIOS

O Programa está especialmente desenhado para aquelas pessoas que estão interessadas em adquirir conhecimentos sobre **Dietética e Nutrição y Dietoterapia e Elaboração de Dietas** e que queiram garantir um percurso ascendente nesta área, com uma especial elevação e consolidação de competências.

Permite conhecer conceitos e definições, classificação de alimentos e nutrientes, o aparelho digestivo, as necessidades nutricionais, os hidratos de carbono, os lipídios, as proteínas, as vitaminas, os minerais, a água, a dieta, a dietética e a nutrição durante a gravidez, dietética e nutrição durante a amamentação, a dietética e nutrição do lactante, a dietética e nutrição da criança, a dietética e nutrição do adolescente, a nutrição na terceira idade, entre outros conceitos relacionados com a temática do Mestrado. No final de cada unidade didática o aluno encontrará exercícios de autoavaliação.

Nesta modalidade o aluno receberá acesso a um curso inicial onde encontrará informação sobre a metodologia de aprendizagem, a titulação que receberá, o funcionamento do Campus Virtual, o que fazer uma vez o aluno tenha terminado e informação sobre Grupo Esneca Formação.

CONTENÚDO PROGRAMÁTICO

CARGA HORÁRIA
600 HORAS

MODALIDADE
ONLINE

CURSO DE INICIAÇÃO
ONLINE

TUTOR
PESSOAL

IDIOMA
PORTUGUÊS

DURAÇÃO
ATE 1 ANO
*Prorrogável

VALOR

VALOR ORIGINAL: ~~2380€~~
VALOR ATUAL: 595€

CERTIFICAÇÃO OBTIDA

Uma vez finalizados os estudos e feitas as avaliações, o aluno receberá um diploma que certifica o "**MESTRADO EM DIETÉTICA E NUTRIÇÃO + MESTRADO EM DIETOTERAPIA E ELABORAÇÃO DE DIETAS**", de ELBS BUSINESS SCHOOL, avaliada por nossa condição de sócios da CECAP, máxima instituição espanhola em formação e qualidade.

Os diplomas também trazem o selo de Notário Europeu, que atesta a validade, conteúdo e autenticidade do título em nível nacional e internacional.

REDES SOCIAIS

www.facebook.com/ELBSportugal

@elbsportugal

www.escolaelbs.pt

www.escolaelbs.pt/blog

CONTEÚDO DE FORMAÇÃO

PARTE 1. DIETÉTICA E NUTRIÇÃO

INTRODUÇÃO

MÓDULO 1. CONCEITOS

UNIDADE DIDÁTICA 1. BROMATOLOGÍA

UNIDADE DIDÁTICA 2. ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO

1. Alimentação, alimentos e porções
2. Nutrição e nutrientes
3. Qual é a relação entre a alimentação e a nutrição?

UNIDADE DIDÁTICA 3. DIETÉTICA, DIETA E NUTRICIONISTA

UNIDADE DIDÁTICA 4. SAÚDE E DOENÇA

Resumo
Espaço Didáctico

MÓDULO 2. CLASSIFICAÇÃO DE ALIMENTOS E NUTRIENTES

UNIDADE DIDÁTICA 1. CLASSIFICAÇÃO DOS ALIMENTOS

UNIDADE DIDÁTICA 2. CLASSIFICAÇÃO DOS NUTRIENTES

1. Macronutrientes
    - Carboidratos e glicídios
    - Lípidios
    - Proteínas
    - Água
2. Micronutrientes
    - Vitaminas
    - Minerais

UNIDADE DIDÁTICA 3. GRUPOS DE ALIMENTOS

1. Pirâmide da alimentação saudável
2. Roda de alimentos
3. Prato de alimentação saudável

Resumo
Espaço Didáctico

MÓDULO 3. SISTEMA DIGESTIVO

UNIDADE DIDÁTICA 1. DEFINIÇÃO E GENERALIDADES

UNIDADE DIDÁTICA 2. ANATOMIA E FISIOLOGIA DO SISTEMA DIGESTIVO

UNIDADE DIDÁTICA 3. DIGESTÃO

Resumo
Espaço Didáctico

MÓDULO 4. NECESSIDADES NUTRICIONAIS

UNIDADE DIDÁTICA 1. INTRODUÇÃO A BIOQUÍMICA

1. Ligações Covalentes
    - Classificação das ligações covalentes
2. Ligações de hidrogênio ou ponte de hidrogênio
3. Forças hidrofóbicas
4. Transformações celulares dos macronutrientes
    - Carboidratos ou açúcares
    - Lipídios ou gorduras
    - Proteínas
5. ATP ou Trifosfato de adenosina

UNIDADE DIDÁTICA 2. METABOLISMO

1. Vias metabólicas

UNIDADE DIDÁTICA 3. UNIDADES DE MEDIDA DA ENERGIA

UNIDADE DIDÁTICA 4. VALOR CALÓRICO DOS ALIMENTOS

1. Valor nutritivo e valor energético dos alimentos
2. Medição da energia/valor calórico dos alimentos
    - Medição direta
    - Medição indireta
    - Métodos teóricos

UNIDADE DIDÁTICA 5. NECESSIDADES ENERGÉTICAS DE UM INDIVÍDUO SAUDÁVEL

1. Gasto energético em repouso (GER)
2. Gasto energético total (GET)
3. Dicas para acelerar o metabolismo basal

Resumo
Espaço didáctico

MÓDULO 5. CARBOIDRATOS

UNIDADE DIDÁTICA 1. DEFINIÇÃO E GENERALIDADES

UNIDADE DIDÁTICA 2. CLASSIFICAÇÃO DOS CARBOIDRATOS

1. Monossacarídeos
2. Oligossacarídeos
3. Polissacarídeos

UNIDADE DIDÁTICA 3. FUNÇÕES DOS CARBOIDRATOS

UNIDADE DIDÁTICA 4. DIGESTÃO DOS CARBOIDRATOS

UNIDADE DIDÁTICA 5. METABOLISMO DOS CARBOIDRATOS

1. Glicólise
2. Vía das pentoses
3. Ciclo de Krebs
4. Fosforilação oxidativa
5. Gliconeogênese
6. Ciclo de Cori
7. Metabolismo do glicogênio

UNIDADE DIDÁTICA 6. FIBRA DIETÉTICA

Resumo
Espaço didáctico

MÓDULO 6. LÍPIDIOS

UNIDADE DIDÁTICA 1. DEFINIÇÃO E GENERALIDADES

UNIDADE DIDÁTICA 2. FUNÇÕES LIPÍDICAS

UNIDADE DIDÁTICA 3. ÁCIDOS GRAXOS

1. Biossíntese
2. Catabolismo

UNIDADE DIDÁTICA 4. CLASSIFICAÇÃO DOS LÍPIDIOS

1. Perspectiva dietética e nutricional
2. Perspectiva química
    - Saponificáveis
    - Insaponificáveis

UNIDADE DIDÁTICA 5. DIGESTÃO E ABSORÇÃO LIPÍDICA

UNIDADE DIDÁTICA 6. DISTRIBUIÇÃO E TRANSPORTE DE LIPÍDIOS

Resumo
Espaço didáctico

MÓDULO 7. PROTEÍNAS

UNIDADE DIDÁTICA 1. DEFINIÇÃO E GENERALIDADES

UNIDADE DIDÁTICA 2. AMINOÁCIDOS

UNIDADE DIDÁTICA 3. CLASSIFICAÇÃO DAS PROTEÍNAS

1. Proteínas simples
2. Proteínas conjugadas
3. Proteínas derivadas

UNIDADE DIDÁTICA 4. DIGESTÃO E ABSORÇÃO PROTEICA

UNIDADE DIDÁTICA 5. METABOLISMO PROTEICO

1. Descarboxilação
2. Desaminação
    - Transaminação
    - Desaminação oxidativa
3. Ciclo da ureia
4. Ciclo de Krebs o ciclo do ácido cítrico
5. Gliconeogêneses
6. Sínteses dos ácidos graxos
7. Sínteses das proteínas

UNIDADE DIDÁTICA 6. NECESSIDADES PROTEICAS

UNIDADE DIDÁTICA 7. ORIGEM E VALOR BIOLÓGICO DAS PROTEÍNAS

1. Proteínas de origem animal
2. Proteínas de origem vegetal

UNIDADE DIDÁTICA 8. ENFERMIDADES RELACIONADAS

Resumo
Espaço didáctico

MÓDULO 8. VITAMINAS

UNIDADE DIDÁTICA 1. DEFINIÇÃO E GENERALIDADES

UNIDADE DIDÁTICA 2. CLASSIFICAÇÃO DAS VITAMINAS

1. Vitaminas lipossolúveis
    - Vitamina A ou retinol
    - Vitamina D ou calciferol
    - Vitamina E ou tocoferol
    - Vitamina K
2. Vitaminas hidrossolúveis
    - Vitamina C ou ácido ascórbico
    - Complexo B

UNIDADE DIDÁTICA 3. ENFERMIDADES POR AUSÊNCIA OU EXCESSO DE VITAMINAS

1. Avitaminose e hipovitaminose
2. Hipervitaminose

Resumo
Espaço didáctico

MÓDULO 9. MINERAIS

UNIDADE DIDÁTICA 1. DEFINIÇÃO E GENERALIDADES

UNIDADE DIDÁTICA 2. CLASSIFICAÇÃO DOS MINERAIS

1. Macrominerais
    - Cálcio
    - Fósforo
    - Magnésio
    - Enxofre
    - Sódio, potássio e cloro
2. Microminerais
    - Ferro
    - Cobre
    - Iodo
    - Manganês
    - Cromo
    - Cobalto
    - Zinco
    - Flúor
    - Selênio

Resumo
Espaço didáctico

MÓDULO 10. ÁGUA

UNIDADE DIDÁTICA 1. DEFINIÇÃO E GENERALIDADES

UNIDADE DIDÁTICA 2. FUNÇÕES DA ÁGUA

UNIDADE DIDÁTICA 3. EQUILÍBRIO HÍDRICO

UNIDADE DIDÁTICA 4. SEDE E DESIDRATAÇÃO CRÔNICA

UNIDADE DIDÁTICA 5. CONSELHOS PARA MANTER UMA BOA HIDRATAÇÃO

Resumo
Espaço didáctico

QUESTIONÁRIO

BIBLIOGRAFIA

PARTE 2. DIETOTERAPIA E ELABORAÇÃO DE DIETAS

MÓDULO 1. A DIETA

UNIDADE DIDÁTICA 1. CONCEITO

UNIDADE DIDÁTICA 2. DIETA EQUILIBRADA

UNIDADE DIDÁTICA 3. VERDADES E MITOS NA NUTRIÇÃO E DIETÉTICA

Resumo
Autoavaliação
Soluções

MÓDULO 2. SAÚDE E BEM-ESTAR NUTRICIONAL

UNIDADE DIDÁCTICA 1. AVALIAÇÃO DO ESTADO NUTRICIONAL

Resumo
Autoavaliação
Soluções

MÓDULO 3. DIETÉTICA E NUTRIÇÃO DURANTE A GRAVIDEZ

UNIDADE DIDÁTICA 1. MUDANÇAS FISIOLÓGICAS

UNIDADE DIDÁCTICA 2. NECESSIDADES E RECOMENDAÇÕES NUTRICIONAIS

UNIDADE DIDÁTICA 3. TRASTORNOS ALIMENTARES COMUNS

UNIDADE DIDÁTICA 4. MODELO DE DIETA

Resumo
Autoavaliação
Soluções

MÓDULO 4. DIETÉTICA E NUTRIÇÃO DA MÃE DURANTE A AMAMENTAÇÃO

UNIDADE DIDÁTICA 1. MUDANÇAS FISIOLÓGICAS

UNIDADE DIDÁTICA 2. NECESSIDADES E RECOMENDAÇÕES NUTRICIONAIS

UNIDADE DIDÁTICA 3. TIPOS DE AMAMENTAÇÃO

UNIDADE DIDÁTICA 4. MODELO DE DIETA

Resumo
Autoavaliação
Soluções

MÓDULO 5. DIETÉTICA E NUTRIÇÃO DO BEBÉ

UNIDADE DIDÁTICA 1. MUDANÇAS FISIOLÓGICAS

UNIDADE DIDÁTICA 2. NECESSIDADES E RECOMENDAÇÕES NUTRICIONAIS

Resumo
Autoavaliação
Soluções

MÓDULO 6. DIETÉTICA E NUTRIÇÃO DA CRIANÇA

UNIDADE DIDÁTICA 1. MUDANÇAS FISIOLÓGICAS

UNIDADE DIDÁCTICA 2. PIRÂMIDE NUTRICIONAL INFANTIL

UNIDADE DIDÁTICA 3. NECESSIDADES E RECOMENDAÇÕES NUTRICIONAIS

UNIDADE DIDÁTICA 4. MODELO DE DIETA

Resumo
Autoavaliação
Soluções

MÓDULO 7. DIETÉTICA E NUTRIÇÃO DO ADOLESCENTE

UNIDADE DIDÁTICA 1. MUDANÇAS FISIOLÓGICAS

UNIDADE DIDÁTICA 2. MODIFICAÇÃO DOS COSTUMES E DOS HÁBITOS

UNIDADE DIDÁTICA 3. MODELO DE DIETA

Resumo
Autoavaliação
Soluções

MÓDULO 8. DIETÉTICA E NUTRIÇÃO NA TERCEIRA IDADE

UNIDADE DIDÁTICA 1. MUDANÇAS FISIOLÓGICAS

UNIDADE DIDÁTICA 2. MUDANÇAS SOCIOLÓGICAS

UNIDADE DIDÁTICA 3. NECESSIDADES E RECOMENDAÇÕES NUTRICIONAIS

UNIDADE DIDÁTICA 4. CONSELHOS PARA SE MANTER ATIVO

UNIDADE DIDÁTICA 5. MODELO DE DIETA

Resumo
Autoavaliação
Soluções

BIBLIOGRAFIA

EXAME