MARE NOSTRUM
BUSINESS SCHOOL

DUPLA TITULAÇÃO

MESTRADO INTERNACIONAL EM DIETÉTICA E NUTRIÇÃO

+

MESTRADO INTERNACIONAL EM COACHING NUTRICIONAL

PTMNBS201

- DIPLOMA CERTIFICADO PELO NOTÁRIO EUROPEU -





MESTRADO INTERNACIONAL EM DIETÉTICA E NUTRIÇÃO + MESTRADO INTERNACIONAL EM COACHING NUTRICIONAL

METODOLOGIA

O aluno estudará neste manual a classificação de alimentos e nutrientes, o processo de digestão e as necessidades alimentares do ser humano.

Também estudará o conceito, disciplina e história do choaching, o perfil do coach, o coache, as disciplinas do coaching, o código ético e deontológico do coaching, as sessões de coaching, os conceitos e definições da nutrição, a classificação de alimentos e nutrientes, o sistema digestivo, as necessidades nutricionais, a dieta, o coaching nutricional, as técnicas básicas do coaching nutricional e os modelos de aplicação e ferramentas do coaching nutricional.

Os estudantes terão acesso a um curso inicial onde encontrarão informações sobre a metodologia de aprendizagem, a qualificação que receberão, como funciona o Campus Virtual, o que fazer quando o estudante tiver terminado e informações sobre a Escola Mare Nostrum. Além disso, o aluno terá acesso a um serviço de aulas online em direto.

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

CARGA HORARIA
600H

MODALIDADE
ONLINE

DURAÇÃO ATE
1 ANO

CURSO DE
INICIAÇÃO
ONLINE

TUTOR
PESSOAL

IDIOMA
PORTUGUÊS



VALOR TOTAL

VALOR ATUAL:
~~1580€~~ 395€

FLEXIBILIDADE DE PAGAMENTOS

DIFERENTES FORMAS DE PAGAMENTO

ENVIO DO DIPLOMA INCLUÍDO

RECONHECIMENTO

Uma vez concluídos os estudos e aprovadas as provas de avaliação, o estudante receberá um diploma que certifica o "MESTRADO INTERNACIONAL EM DIETÉTICA E NUTRIÇÃO + MESTRADO INTERNACIONAL EM COACHING NUTRICIONAL", da ESCOLA MARE NOSTRUM, avalada pela nossa condição de sócios da AEEN, Associação Espanhola de Escolas de Negócios.

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



PLANO DE ESTUDO

PARTE 1. DIETÉTICA E NUTRIÇÃO

MÓDULO 1. CONCEITOS E DEFINIÇÕES

UNIDADE DIDÁTICA 1. BROMATOLOGIA

UNIDADE DIDÁTICA 2. ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO

UNIDADE DIDÁTICA 3. DIETÉTICA, DIETA E NUTRICIONISTA

UNIDADE DIDÁTICA 4. SAÚDE E DOENÇA

Resumo
Espaço Didático
Soluções

MÓDULO 2. CLASSIFICAÇÃO DE ALIMENTOS E NUTRIENTES

UNIDADE DIDÁTICA 1. CLASSIFICAÇÃO DOS ALIMENTOS

UNIDADE DIDÁTICA 2. CLASSIFICAÇÃO DOS NUTRIENTES

UNIDADE DIDÁTICA 3. GRUPOS DE ALIMENTOS

Resumo
Espaço Didático
Soluções

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 Didático
Soluções

MÓDULO 4. NECESSIDADES NUTRICIONAIS

UNIDADE DIDÁTICA 1. INTRODUÇÃO A BIOQUÍMICA

UNIDADE DIDÁTICA 2. METABOLISMO

UNIDADE DIDÁTICA 3. UNIDADES DE MEDIDA DA ENERGIA

UNIDADE DIDÁTICA 4. VALOR CALÓRICO DOS ALIMENTOS

UNIDADE DIDÁTICA 5. NECESSIDADES ENERGÉTICAS DE UM INDIVÍDUO SAUDÁVEL

Resumo
Espaço Didático
Soluções

MÓDULO 5. CARBOIDRATOS

UNIDADE DIDÁTICA 1. DEFINIÇÃO E GENERALIDADES

UNIDADE DIDÁTICA 2. CLASSIFICAÇÃO DOS CARBOIDRATOS

UNIDADE DIDÁTICA 3. FUNÇÕES DOS CARBOIDRATOS

UNIDADE DIDÁTICA 4. DIGESTÃO DOS CARBOIDRATOS

UNIDADE DIDÁTICA 5. METABOLISMO DOS CARBOIDRATOS

UNIDADE DIDÁTICA 6. FIBRA DIETÉTICA

Resumo
Espaço Didático
Soluções

MÓDULO 6. LÍPIDIOS

UNIDADE DIDÁTICA 1. DEFINIÇÃO E GENERALIDADES

UNIDADE DIDÁTICA 2. FUNÇÕES LIPÍDICAS

UNIDADE DIDÁTICA 3. ÁCIDOS GRAXOS

UNIDADE DIDÁTICA 4. CLASSIFICAÇÃO DOS LÍPIDIOS

UNIDADE DIDÁTICA 5. DIGESTÃO E ABSORÇÃO LIPÍDICA

UNIDADE DIDÁTICA 6. DISTRIBUIÇÃO E TRANSPORTE DE LIPÍDIOS

Resumo
Espaço Didático
Soluções

MÓDULO 7. PROTEÍNAS

UNIDADE DIDÁTICA 1. DEFINIÇÃO E GENERALIDADES

UNIDADE DIDÁTICA 2. AMINOÁCIDOS

UNIDADE DIDÁTICA 3. CLASSIFICAÇÃO DAS PROTEÍNAS

UNIDADE DIDÁTICA 4. DIGESTÃO E ABSORÇÃO PROTEICA

UNIDADE DIDÁTICA 5. METABOLISMO PROTEICO

UNIDADE DIDÁTICA 6. NECESSIDADES PROTEICAS

UNIDADE DIDÁTICA 7. ORIGEM E VALOR BIOLÓGICO DAS PROTEÍNAS

UNIDADE DIDÁTICA 8. DOENÇAS RELACIONADAS

Resumo
Espaço Didático
Soluções

MÓDULO 8. VITAMINAS

UNIDADE DIDÁTICA 1. DEFINIÇÃO E GENERALIDADES

UNIDADE DIDÁTICA 2. CLASSIFICAÇÃO DAS VITAMINAS

UNIDADE DIDÁTICA 3. DOENÇAS POR AUSÊNCIA OU EXCESSO DE VITAMINAS

Resumo
Espaço Didático
Soluções

MÓDULO 9. MINERAIS

UNIDADE DIDÁTICA 1. DEFINIÇÃO E GENERALIDADES

UNIDADE DIDÁTICA 2. CLASSIFICAÇÃO DOS MINERAIS

Resumo
Espaço Didático
Soluções

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 Didático
Soluções

BIBLIOGRAFIA

EXAME

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

PARTE 3. INTRODUÇÃO AO COACHING

MÓDULO 1. COACHING: CONCEITO, DISCIPLINA E HISTÓRIA

UNIDADE DIDÁTICA 1. CONCEITO DE COACHING

UNIDADE DIDÁTICA 2. HISTÓRIA DO COACHING

UNIDADE DIDÁTICA 3. DIFERENÇA ENTRE O COACHING E OUTRAS DISCIPLINAS

Resumo
Espaço Didático
Soluções

MÓDULO 2. PERFIL DO COACH

UNIDADE DIDÁTICA 1. HABILIDADES

UNIDADE DIDÁTICA 2. OS ERROS MAIS COMUNS DO COACH

Resumo
Espaço Didático
Soluções

MÓDULO 3. COACHEE: O PROTAGONISTA DO PROCESSO

UNIDADE DIDÁTICA 1. QUEM É O COACHEE

UNIDADE DIDÁTICA 2. ASPETOS SOCIAIS E COGNITIVOS DO COACHEE

Resumo
Espaço Didático
Soluções

MÓDULO 4. DISCIPLINAS DO COACHING

UNIDADE DIDÁTICA 1. DISCIPLINAS DO COACHING

Resumo
Espaço Didático
Soluções

MÓDULO 5. CÓDIGO ÉTICO E DEONTOLÓGICO DO COACHING

UNIDADE DIDÁTICA 1. CONSIDERAÇÕES DEONTOLÓGICAS E ÉTICAS DO COACHING

Resumo
Espaço Didático
Soluções

MÓDULO 6. SESSÕES DE COACHING

UNIDADE DIDÁTICA 1. SOU COACH, POR ONDE COMEÇO

UNIDADE DIDÁTICA 2. DESENVOLVIMENTO DE UMA SESSÃO DE COACHING

UNIDADE DIDÁTICA 3. PRE-DISPOSIÇÃO PARA AVANÇAR DO COACHE

UNIDADE DIDÁTICA 4. FIM DO PROCESSO DE COACHING

Resumo
Espaço Didático
Soluções

MÓDULO 7. CONCEITOS E DEFINIÇÕES

UNIDADE DIDÁTICA 1. BROMATOLOGIA

UNIDADE DIDÁTICA 2. ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO

UNIDADE DIDÁTICA 3. DIETÉTICA, DIETA E NUTRICIONISTA

UNIDADE DIDÁTICA 4. SAÚDE E ENFERMIDADE

Resumo
Espaço Didático
Soluções

MÓDULO 8. CLASSIFICAÇÃO DE ALIMENTOS E NUTRIENTES

UNIDADE DIDÁTICA 1. CLASSIFICAÇÃO DOS ALIMENTOS

UNIDADE DIDÁTICA 2. CLASSIFICAÇÃO DOS NUTRIENTES

UNIDADE DIDÁTICA 3. GRUPOS DE ALIMENTOS

Resumo
Espaço Didático
Soluções

MÓDULO 9. SISTEMA DIGESTIVO

UNIDADE DIDÁTICA 1. DEFINIÇÃO E GENERALIDADES

UNIDADE DIDÁTICA 2. ANATOMIA E FISIOLOGIA DO SISTEMA DIGESTIVO

UNIDADE DIDÁTICA 3. DIGESTÃO

Resumo
Espaço Didático
Soluções

MÓDULO 10. NECESSIDADES NUTRICIONAIS

UNIDADE DIDÁTICA 1. INTRODUÇÃO A BIOQUÍMICA

UNIDADE DIDÁTICA 2. METABOLISMO

UNIDADE DIDÁTICA 3. UNIDADES DE MEDIDA DA ENERGIA

UNIDADE DIDÁTICA 4. VALOR CALÓRICO DOS ALIMENTOS

UNIDADE DIDÁTICA 5. NECESSIDADES ENERGÉTICAS DE UM INDIVÍDUO SAUDÁVEL

Resumo
Espaço Didático
Soluções

MÓDULO 11. A DIETA

UNIDADE DIDÁTICA 1. CONCEITO

UNIDADE DIDÁTICA 2. DIETA BALANCEADA

UNIDADE DIDÁTICA 3. MITOS DA NUTRIÇÃO E DIETÉTICA

Resumo
Espaço Didático
Soluções

MÓDULO 12. COACHING NUTRICIONAL

UNIDADE DIDÁTICA 1. O QUE É O COACHING NUTRICIONAL?

UNIDADE DIDÁTICA 2. PAPEL DO COACH NUTRICIONAL

Resumo
Espaço Didático
Soluções

MÓDULO 13. TÉCNICAS BÁSICAS DO COACHING NUTRICIONAL

UNIDADE DIDÁTICA 1. DEFINIÇÃO DO OBJETIVO

UNIDADE DIDÁTICA 2. GESTÃO DE EMOÇÕES

UNIDADE DIDÁTICA 3. PROGRAMAÇÃO NEUROLINGUÍSTICA (PNL)

UNIDADE DIDÁTICA 4. MINDFULNESS

UNIDADE DIDÁTICA 5. MELHORA DA AUTOESTIMA

UNIDADE DIDÁTICA 6. MOTIVAÇÃO E NOVOS HÁBITOS ALIMENTARES

Resumo
Espaço Didático
Soluções

MÓDULO 14. MODELOS DE APLICAÇÃO E FERRAMENTAS DO COACHING NUTRICIONAL

UNIDADE DIDÁTICA 1. MODELOS DE APLICAÇÃO

UNIDADE DIDÁTICA 2. FERRAMENTAS

Resumo
Espaço Didático
Soluções

BIBLIOGRAFIA

EXAME