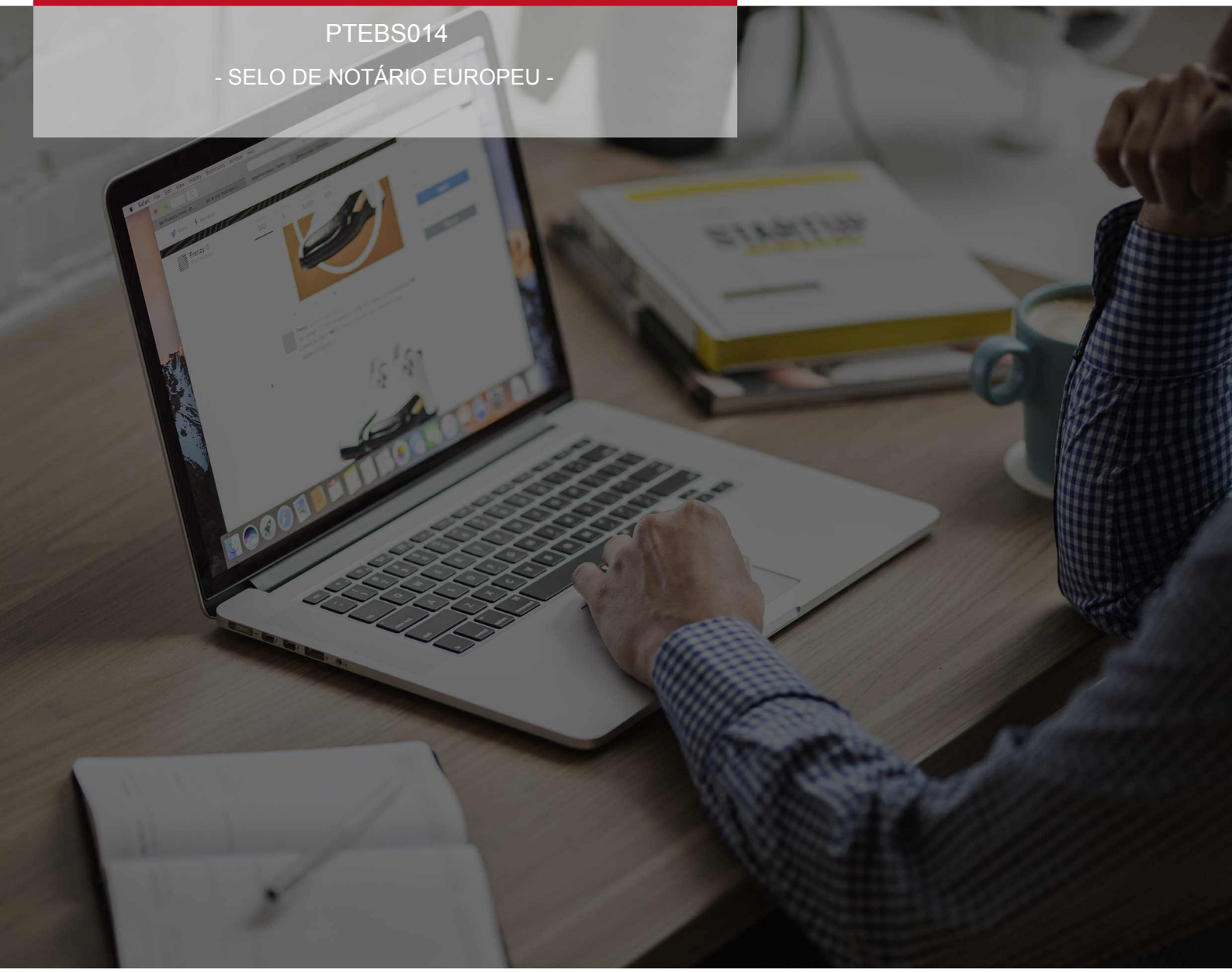
MESTRADO

MESTRADO EM NUTRIÇÃO INFANTIL

PTEBS014

- SELO DE NOTÁRIO EUROPEU -



DESTINATÁRIOS

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

Permite conhecer a introdução à nutrição, a classificação dos alimentos e dos nutrientes, o aparelho digestivo, a nutrição durante a gravidez, a nutrição da mãe lactante, a amamentação, a introdução dos alimentos, a infância, as intolerâncias e as alergias alimentares, os hábitos, as rotinas alimentares, as considerações higiénicas, as práticas complementares como as horas de sono, o tempo livre, o desporto, entre outros conceitos relacionados. Além disso, no final de cada unidade didática o aluno encontrará exercícios de autoavaliação que lhe permitirá fazer um seguimento do curso de forma autônoma.

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
300 HORAS

MODALIDADE
ONLINE

CURSO DE INICIAÇÃO
ONLINE

TUTOR
PESSOAL

IDIOMA
PORTUGUÊS

DURAÇÃO
ATE 1 ANO
*Prorrogável

VALOR

VALOR ORIGINAL: ~~1520€~~
VALOR ATUAL: 380€

CERTIFICAÇÃO OBTIDA

Uma vez finalizados os estudos e feitas as avaliações, o aluno receberá um diploma que certifica o "**MESTRADO EM NUTRIÇÃO INFANTIL**", 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

UNIDADE DIDÁTICA 1. INTRODUÇÃO À NUTRIÇÃO

1. Bromatologia
2. Alimentação e nutrição
    - Alimentação, alimentos e rações
    - Nutrição e nutrientes
    - Qual é a relação entre a alimentação e a nutrição?
3. Dietética, dieta e dietista-nutricionista
4. Saúde e doença

Resumo
Espaço Didático

UNIDADE DIDÁTICA 2. CLASSIFICAÇÃO DE ALIMENTOS E NUTRIENTES

1. Classificação dos alimentos
2. Classificação dos nutrientes
    - Macronutrientes
        - Hidratos de carbono
        - Lipídios
        - Proteínas
        - Água
    - Micronutrientes
        - Vitaminas
        - Minerais
3. Grupos de alimentos
    - Pirâmide da alimentação saudável
    - Roda de alimentos
    - Prato para comer saudável

Resumo
Espaço Didático

UNIDADE DIDÁTICA 3. SISTEMA DIGESTIVO

1. Definição e generalidades
2. Anatomia e fisiologia do sistema digestivo
3. Digestão

Resumo
Espaço Didático

UNIDADE DIDÁTICA 4. NUTRIÇÃO DURANTE A GRAVIDEZ

1. Mudanças fisiológicas
2. Necessidades e recomendações nutricionais
    - Recomendações de hidratos de carbono
    - Recomendações de proteínas
    - Recomendações de lipídios
    - Recomendações de vitaminas e minerais
3. Distúrbios alimentares comuns
4. Modelo de dieta

5. Cuidados pré-concepcionais
6. Acompanhamento pré-natal

Resumo
Espaço Didático

UNIDADE DIDÁTICA 5. NUTRIÇÃO DA MÃE LACTANTE

1. Mudanças fisiológicas
2. Necessidades e recomendações nutricionais
    - Recomendações de hidratos de carbono, lipídios e proteínas
    - Recomendações de vitaminas e minerais
3. Modelo de dieta

Resumo
Espaço Didático

UNIDADE DIDÁTICA 6. LACTAÇÃO

1. Mudanças fisiológicas
2. Necessidades e recomendações nutricionais
3. Colostro
4. Características da lactação
    - Lactação materna
        - Dificuldades na lactação
        - Extração do leite
        - Conservação do leite
        - Lactação materna sob demanda
    - Lactação artificial
        - Mamadeira
    - Duração e frequência das mamadas

Resumo
Espaço Didático

UNIDADE DIDÁTICA 7. INTRODUÇÃO DOS ALIMENTOS

1. Evolução da alimentação
2. Conselhos para alimentação do bebé
3. Introdução dos alimentos
    - Alimentação complementar ou *Beikost*
    - *Baby-led weaning*
        - Benefícios e desvantagens do BLW
4. Desenvolvimento psicomotor

Resumo
Espaço Didático

UNIDADE DIDÁTICA 8. INFÂNCIA

1. Requisitos nutricionais
    - Energia
        - Avaliação do crescimento da criança
    - Hidratos de carbono
    - Proteínas

- Lipídios
- Vitaminas e minerais
- Hidratação

2. Evolução na etapa pré-escolar
3. Evolução na etapa escolar

Resumo
Espaço Didático

UNIDADE DIDÁTICA 9. INTOLERÂNCIAS E ALERGIAS ALIMENTARES

1. Conceitos e definições
2. Intolerância aos alimentos
    - Glúten
        - Diagnóstico
        - Tratamento
        - Dieta sem glúten
        - Rotulagem
        - Conselhos práticos para cozinhar em casa sem glúten
    - Lactose
        - Diagnóstico
        - Tratamento
        - Dieta sem lactose
        - Rotulagem
3. Alergias alimentares

Resumo
Espaço Didático

UNIDADE DIDÁTICA 10. HÁBITOS

1. Rotinas alimentares
    - Modelo de dieta
    - Menu semanal
    - Condutas
2. Considerações higiénicas
    - Lavagem das mãos
    - Limpeza dos dentes
3. Práticas complementares
    - Horas de sono
    - Tempo livre
    - Desporto
        - Atividades recomendadas

Resumo
Espaço Didático

SOLUCIONÁRIO

BIBLIOGRAFIA