

# TÉCNICAS EN ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN

(CÓDIGO SENCE N° 1237828784)



## ¿A quién está dirigido?

Personal que se desempeñe en el área de alimentación, ya sea en casinos, hospitales, colegios etc.

## Objetivos

Al finalizar el curso el participante será capaz de:

- Reconocer los procesos de nutrición y alimentación como fenómenos biológicos, psíquicos y sociales.
- Identificar los requerimientos nutricionales de cada persona como una necesidad básica.
- Conocer los componentes de los alimentos y sus funciones.
- Establecer las características de la dieta para cada persona, considerando sus necesidades de nutrición.
- Establecer las características de la dieta para cada persona, considerando su situación de salud.
- Establecer las características de la dieta para cada persona, considerando su etapa del desarrollo.

## Contenidos del curso

- **Fenómeno de la alimentación:** ámbito social, psíquico y biológico.
- **Composición de los alimentos:** nutrientes, clasificación, funciones y requerimientos.
- **Pirámide alimenticia:** Grupos de alimentos. Ración diaria de alimentos.
- Requerimientos y factores que influyen en el nutriente.
- Recomendaciones calóricas en relación a la edad por kilo/peso/día, actividad, clima, situaciones especiales y diferencias individuales.
- Recomendaciones nutricionales según estado de salud, etapa del desarrollo.
- Programa de alimentación complementaria. Normativa y beneficiarios.
- Recién nacido y la lactancia materna. Ventajas de la lactancia natural.
- Técnica de amamantamiento.
- Alimentación láctea artificial.
- Técnica de preparación de mamaderas.
- Alimentación no láctea.
- Alimentación del pre-escolar. Ración para el pre-escolar
- Alimentación del adolescente. Ración del adolescente.
- Alimentación del adulto. Ración del adulto.
- Alimentación del adulto mayor. Precauciones en su dieta de acuerdo a patologías de base.
- Alimentación del paciente hospitalizado.
- Alimentación del enfermo: obeso, diabético, cardiópata, enflaquecido, alérgico-intolerante.
- Alimentación de la embarazada. Ración de la embarazada.
- Estado nutricional. Imc
- Estado nutricional como factor de riesgo de enfermedades: diabetes, obesidad, hipertensión arterial, cardiopatías, dislipidemias, infarto agudo al miocardio, desnutrición, cáncer.
- Factores nutricionales protectores.
- El juego y la dieta equilibrada en el púrpulo.
- El uso de cartillas educativas en alimentación equilibrada, dirigidas al preescolar, al adolescente a la embarazada y al adulto sano.
- Las cartillas educativas en alimentación equilibrada para el adulto mayor y el enfermo crónico.
- Medidas de manipulación higiénica y conservación de los alimentos.
- Regímenes alimenticios. Variaciones según enfermedades crónicas.

Contenidos sujetos a cambio que el profesor estime conveniente.

## Fecha y Horario

Desde el 1 de septiembre al 15 de Octubre de 2010  
Lunes, Miércoles y Viernes de 19:00 a 22:00 hrs. ( 54 Horas )

## Lugar

Dieciocho 146, Santiago Centro.

## Valor

\$ 216.000.- por persona.-  
Alumno ICEL 50% dscto.\$108.000.-

## Consultas e Inscripciones

Teléfonos: (02) 439 99 99

Inscripciones hasta el 15 de Agosto de 2010 en Admisión de:  
Dieciocho 145, Alameda 2520, Of. de República en Alameda  
2268 o al mail: bfrias@icel.cl

## Horario de Atención

Casa Central Dieciocho 145, Santiago Centro.  
De 08:00 hrs. a las 20:00 hrs.

## Forma de pago

3 cuotas, Ago, Sep y Oct. Se debe firmar pagaré.  
Éstos se dictarán sólo con un número mínimo de 12 alumnos por curso.

**ICEL**  
GRUPO EDUCACIONAL  
www.icel.cl

Actividad/es de capacitación autorizada/s por el SENCE para los efectos de la franquicia tributaria de capacitación, no conducente/s al otorgamiento de un título o grado académico.