

# CURSO ONLINE DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA Y COACHING NUTRICIONAL: PRÁCTICO

SKU: EVOL-8730-iNO-B | Categorías: [Coaching Nutrición y Dietética](#), [SOFT SKILLS](#)

## INFORMACIÓN DEL CURSO

Horas [60](#)

CURSO DE ESPECIALIZACIÓN

### Curso Online de Nutrición y Dietética y Coaching Nutricional: Práctico

#### Objetivos

Si desea ser un experto en nutrición y dietética y además adquirir conocimientos sobre el coaching este es su momento, con el Curso Online de Nutrición y Dietética y Coaching Nutricional: Práctico podrá conocer los aspectos fundamentales de estos conceptos y desempeñar actividades relacionadas de la mejor manera posible. Hoy en día, la inquietud por todo lo que hace referencia a la dietética y la nutrición humana es ya muy elevada y viene justificada por una serie de factores, entre los cuales destacamos una mayor exigencia de calidad de vida en la sociedad occidental contemporánea que se traduce en la búsqueda de una mejor alimentación, más sana y equilibrada. La dieta saludable es especialmente relevante en caso de que el usuario padezca alguna enfermedad, como la diabetes por ejemplo, ya que su estado de salud puede depender en gran medida de sus hábitos alimenticios. Ante esta situación es muy importante saber gestionar y motivar a personas que deseen cuidarse y mantenerse en...

#### Contenidos

##### UNIDAD DIDÁCTICA 1. INTRODUCCIÓN.

1. Conceptos.

##### UNIDAD DIDÁCTICA 2. CLASIFICACIÓN DE LOS ALIMENTOS.

1. Clasificación de los alimentos.
2. Clasificación de los nutrientes.
3. Necesidades de nutrientes: pirámide nutricional.



**UNIDAD DIDÁCTICA 3. EL SISTEMA GASTROINTESTINAL.**

1. Conceptos básicos.
2. Fisiología y anatomía del aparato digestivo.

**UNIDAD DIDÁCTICA 4. LA DIGESTIÓN.**

1. Introducción.
2. Hiperpermeabilidad.

**UNIDAD DIDÁCTICA 5. NECESIDADES NUTRICIONALES I.**

1. Transformaciones energéticas celulares.
2. Unidades de medida de la energía.
3. Necesidades energéticas del adulto sano.
4. Necesidades energéticas totales según la FAO.

**UNIDAD DIDÁCTICA 6. ¿QUÉ ES EL COACHING?**

1. El cambio, la crisis y la construcción de la identidad
2. Concepto de coaching
3. Etimología del coaching
4. Influencias del coaching
5. Influencias filosóficas
6. Influencias psicológicas
7. Otras influencias
8. Diferencias del coaching con otras prácticas
9. Corrientes actuales de coaching

**UNIDAD DIDÁCTICA 7. IMPORTANCIA DEL COACHING**

1. ¿Por qué es importante el coaching?
2. Principios y valores
3. Tipos de coaching
4. Beneficios de un coaching eficaz
5. Mitos sobre coaching

**UNIDAD DIDÁCTICA 8. ASPECTOS FUNDAMENTALES DEL COACHING I**

1. Introducción: los elementos claves para el éxito
2. Motivación
3. Autoestima
4. Autoconfianza

Si te gustó este curso también te puede interesar [Dietética y Nutrición](#)



O tal vez este otro: [Curso en Nutrición Geriátrica](#)

Puedes seguirnos en [Instagram](#)

