



www.inesalud.com

La escuela de  
formación online líder  
en el sector de la salud



**Planificación de Menús y Dietas Especiales (Titulación Universitaria + 8  
Créditos ECTS)**

Avalado por:



Universidad Europea  
Miguel de Cervantes

Curso Planificacion  
Menus...

[Ver curso en la web](#)

# ÍNDICE

1

Sobre  
INESALUD

2

Somos  
INESALUD

3

Nuestros  
valores

4

Metodología  
EDAN

5

Alianzas

6

Razones  
por las que  
elegir  
INESALUD

7

Nombre  
formación,  
datos clave  
y titulación

8

Objetivos  
y salidas  
laborales

9

Temario

10

Becas y  
financiación

11

Formas de pago

12

Contacto

## SOBRE INESALUD

### SUMA CONOCIMIENTO PARA AVANZAR EN SALUD

**INESALUD** es dedicación, vocación y profesionalidad. Es tender la mano, inyectar ánimo y extraer malestar. O lo que es lo mismo, mejorar la vida de los demás y velar por la calidad de su existencia. Porque no concebimos un sistema que no proteja el bienestar y la salud de sus ciudadanos. Como tampoco entendemos el cuidado del plano físico sin el mental. Por eso, **INESALUD** es conocimiento, atención y compromiso. De ahí que nuestra mejor medicina siempre sea la investigación combinada con la pasión que le ponemos a nuestro trabajo día tras día.

## SOMOS INESALUD

**INESALUD** es un centro de educación online especializado en ciencias de la salud que ofrece formación superior con contenidos de alta calidad e impartidos por docentes reconocidos y en activo.

Gracias a la metodología **EDAN** el alumnado aprende de una forma dinámica y práctica, con contenido exclusivo, actualizado y accesible en cualquier momento o lugar, garantizando la máxima flexibilidad de estudio. Además, la formación es impartida por docentes que trasladan todo su conocimiento y experiencia de forma práctica y aseguran un aprendizaje efectivo y adaptado al entorno laboral.

+ 18 años  
formando a especialistas  
de la salud

+ de 50.000  
estudiantes formados

98%  
tasa empleabilidad

## NUESTROS VALORES

---

### Compromiso

Somos responsables y estamos comprometidos con la sociedad y con su bienestar. Este deber se materializa en ofrecer una formación de calidad con el objetivo de capacitar a los mejores profesionales sanitarios, preparándolos para hacer frente a las exigencias que demanda el sector de la salud.

### Calidad

Nuestra condición es ofrecer un servicio sobresaliente y garantizar la satisfacción del alumnado. Velamos por la excelencia en nuestros procesos, temarios, claustro y oferta formativa. Estamos en constante cambio para responder a las necesidades de los estudiantes y a los avances científicos.

### Aplicabilidad

Nuestra misión es ofrecer un modelo de aprendizaje práctico, que desarrolle el potencial del alumnado y sea de aplicación directa en su sector. Somos dúctiles, nos ajustamos a la realidad y entendemos que nuestro objetivo es instruir y preparar a profesionales en el mundo de la salud.

### Empatía

La sociedad y su bienestar nos importan. Somos humanos y sensitivos. Nos esforzamos por entender las circunstancias de las personas que nos rodean y aplicamos la escucha activa, captando, comprendiendo y aliviando.

# METODOLOGÍA EDAN

La Metodología EDAN es un sistema pedagógico basado en el aprendizaje activo. Esto significa que el alumnado adquiere conocimientos de forma práctica y dinámica, interactuando con otros compañeros del ámbito de la salud y desarrollando su capacidad crítica mediante supuestos reales. Esta metodología se define por ser:

## Eficaz

INESALUD ofrece una formación útil y efectiva. La metodología EDAN tiene en cuenta las circunstancias del alumnado y el tiempo del que dispone. Por eso, el profesorado muestra un fiel compromiso con el estudiante e imparte la formación de forma clara y directa, combinando sus objetivos con las necesidades del mercado laboral.

## Dinámica

Un aprendizaje interactivo, en un campus dinámico y con recursos multimedia, permite al estudiante profundizar en el contenido y desarrollar su pensamiento crítico de una forma entretenida y enriquecedora. A través de la gamificación y de actividades con supuestos, el alumnado afianza conocimientos y refuerza lo aprendido.

## Activa

El alumnado es el protagonista y se potencia que aprenda de forma proactiva y desenvuelta. En este sentido, se persigue que los estudiantes sean participativos y compartan su conocimiento y visión. Para cumplir con este objetivo, se favorece el collaborative learning, trabajando en equipo y compartiendo ideas y opiniones a través de foros.

## Nutritiva

La formación de INESALUD se enmarca en el contexto actual de la medicina y los contenidos impartidos están actualizados según las novedades e investigaciones del sector. Los docentes, por su parte, priman una enseñanza aplicada al entorno laboral y se sirven de su experiencia para ofrecer un aprendizaje basado en casos reales.

## ALIANZAS

INESALUD ofrece información en salud de la mano de un referente en el sector:



Gracias a esta asociación, el alumnado se forma con los mejores profesionales del sector, en activo y con gran experiencia como docentes y especialistas de la salud. Además, ambas entidades fomentan la investigación y la actualización de prácticas en el entorno de la salud, organizando congresos de forma continuada.



UNIVERSIDAD  
NEBRIJA



Universidad Europea  
Miguel de Cervantes



SAN IGNACIO  
UNIVERSITY  
MIAMI, FL



e-CAMPUS  
UNIVERSITY

## RAZONES POR LAS QUE ELEGIR INESALUD



### Contenido de calidad

Diseñado cuidadosamente y actualizado día a día para adaptarse por completo a la realidad laboral del momento.



### Oposiciones

Obtén puntos para la bolsa de trabajo gracias a los cursos de formación sanitaria baremables.



### Claustro de renombre

Profesores que trabajan en el sector sanitario y están especializados en diferentes áreas de la medicina.



### Metodología online

Apostamos por ofrecer estudios online con las herramientas más innovadoras.



### Flexibilidad de estudio

Garantizando la calidad y excelencia estés donde estés y sea cual sea el momento en el que decidas estudiar.



### Becas y financiación

Benefíciate de nuestro sistema de becas adaptadas a tu perfil y disfruta de nuestras facilidades de financiación.

# Planificación de Menús y Dietas Especiales (Titulación Universitaria + 8 Créditos ECTS)

## Para qué te prepara

Este curso de Experto en Planificación de Menús y Dietas Especiales le prepara para adquirir los conocimientos y competencias que permitan diseñar y poner en práctica dietas y menús adaptadas a diferentes situaciones, edades, demandas y colectivos en un contexto no clínico sino propio de la restauración comercial, atender a todas las necesidades de los clientes con el objetivo de fidelizar, incorporando nuevos platos en la carta del establecimiento diversificando la oferta gastronómica y creando nuevas oportunidades de negocio y adquirir conocimientos nutricionales y buenos hábitos de alimentación.

## Titulación

Este curso de Experto en Planificación de Menús y Dietas Especiales le prepara para adquirir los conocimientos y competencias que permitan diseñar y poner en práctica dietas y menús adaptadas a diferentes situaciones, edades, demandas y colectivos en un contexto no clínico sino propio de la restauración comercial, atender a todas las necesidades de los clientes con el objetivo de fidelizar, incorporando nuevos platos en la carta del establecimiento diversificando la oferta gastronómica y creando nuevas oportunidades de negocio y adquirir conocimientos nutricionales y buenos hábitos de alimentación.





## Objetivos

- Adquirir los conocimientos y competencias que permitan diseñar y poner en práctica dietas y menús adaptadas a diferentes situaciones, edades, demandas y colectivos en un contexto no clínico sino propio de la restauración comercial. - Adquirir conocimientos nutricionales y buenos hábitos de alimentación.

## A quién va dirigido

Este curso de Experto en Planificación de Menús y Dietas Especiales está dirigido a todas aquellas personas interesadas en formarse en el ámbito de la dietética y la nutrición; y, especialmente en la planificación de menús y dietas especiales.

## Salidas laborales

Dietética y Nutrición

## UNIDAD DIDÁCTICA 1. MENÚ Y DIETAS ESPECIALES DURANTE EL EMBARAZO

1. Introducción a la alimentación durante el embarazo
2. Cambios fisiológicos durante el embarazo
3. Necesidades nutricionales en el embarazo
  1. - Energía
  2. - Proteínas
  3. - Lípidos
  4. - Vitaminas
  5. - Minerales
4. Recomendaciones dietéticas en el embarazo
  1. - Evitar el consumo excesivo
  2. - Consejos antes y durante la gestación
5. Complicaciones más frecuentes en el embarazo
  1. - Problemas asociados al bajo peso de la embarazada
  2. - Problemas asociados a la obesidad de la embarazada
  3. - Patologías gestacionales relacionadas con la dieta
  4. - Complicaciones grávidas más frecuentes

## UNIDAD DIDÁCTICA 2. MENÚ Y DIETAS ESPECIALES DURANTE LA LACTANCIA

1. La lactancia
2. Cambios fisiológicos durante la lactancia
3. Necesidades nutricionales en la lactancia
  1. - Energía
  2. - Hidratos de carbono
  3. - Proteínas
  4. - Lípidos
  5. - Vitaminas
  6. - Minerales
  7. - Agua y líquidos
4. Recomendaciones dietéticas en la lactancia
5. Medidas higiénicas y consumo de medicamentos
6. Tipos de lactancia
  1. - Lactancia natural
  2. - Lactancia artificial
  3. - Lactancia mixta
7. Posición para la lactancia
8. Duración y frecuencia en las tomas

## UNIDAD DIDÁCTICA 3. MENÚ Y DIETAS ESPECIALES EN EL LACTANTE

1. Cambios fisiológicos
2. Hitos del desarrollo importantes en la nutrición
3. Evolución de la alimentación
  1. - De los 0 a los 6 meses
  2. - De los 6 a los 12 meses
4. Necesidades nutricionales del lactante (0-12 meses)
5. Alimentos que conviene evitar en la alimentación del bebé
6. Comparación de la leche materna con la leche vaca

7. El calostro
8. Alimentación complementaria o Beikost
9. Recomendaciones para preparar el biberón
10. Malnutrición
  1. - Grupos de riesgo de desnutrición
  2. - Tipología de la desnutrición
11. Manifestaciones patológicas asociadas a la desnutrición
12. El lactante con rechazo del alimento

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 4. MENÚ Y DIETAS ESPECIALES EN LA INFANCIA**

1. Requerimientos nutricionales en energía, macronutrientes y micronutrientes
2. Introducción a la nutrición humana en la infancia
3. Alimentación tras el primer año de vida
  1. - Alimentación en el segundo y tercer año
4. Importancia de una buena nutrición en la edad infantil
  1. - Crecimiento
  2. - Peso adecuado
  3. - El ejercicio físico
  4. - Consumo en la población infantil y adolescente. Estudio ENALIA
5. Alimentación en la infancia
  1. - Niño preescolar de 1- 3 años de edad
  2. - Niño de 4 - 6 años de edad
  3. - Niño de 7- 12 años de edad
6. Ritmos alimentarios durante el día
  1. - Decálogo para fomentar en los niños hábitos saludables en la alimentación
7. Plan semanal de comidas
8. Alimentos desaconsejados
9. Alergias alimentarias
  1. - Sintomatología
  2. - Actuaciones a seguir
  3. - Intolerancia a la lactosa
10. Alimentación e higiene bucodental
  1. - Afecciones bucodentales
  2. - Cuidar los dientes durante toda la vida

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 5. MENÚ Y DIETAS ESPECIALES EN LA ADOLESCENCIA**

1. Cambios fisiológicos
  1. - El estirón puberal
  2. - La modificación de la composición corporal
2. Necesidades y recomendaciones nutricionales
3. Adolescentes: consejos de una vida saludable

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 6. MENÚ Y DIETAS ESPECIALES EN LA TERCERA EDAD**

1. Introducción
2. Cambios fisiológicos, psicológicos y sociales en el envejecimiento
3. Necesidades nutricionales en el envejecimiento
  1. - Energía

2. - Proteínas
3. - Hidratos de carbono
4. - Lípidos
5. - Vitaminas y minerales
6. - Agua
4. Aspectos culinarios en la dieta del anciano
5. Consejos para la planificación de los menús en ancianos
  1. - Primeros platos
  2. - Segundos platos
  3. - Postres
6. Alimentación básica adaptada
7. Menopausia
  1. - Cambios fisiológicos
  2. - Requerimientos nutricionales
  3. - Recomendaciones para lograr un buen estado nutricional y de salud durante la menopausia

## **UNIDAD DIDÁCTICA 7. MENÚ Y DIETAS ESPECIALES EN DIFERENTES ESTADOS PATOLÓGICOS**

1. Dieta hiposódica
2. Dieta hipocalórica
  1. - Ejemplos de dietas hipocalóricas
3. Dieta hipercalórica
4. Dieta baja en azúcar
  1. - Dieta para la diabetes mellitus
  2. - Dieta para la diabetes gestacional
5. Dieta para la osteoporosis
6. Dieta astringente
7. Dieta de protección gástrica. Antiulcerosa común
8. Dieta pobre en grasa. Protección Biliar

## **UNIDAD DIDÁCTICA 8. MENÚ Y DIETAS ESPECIALES EN DISLIPEMIAS**

1. Introducción a las dislipemias
  1. - Clasificación
  2. - Síntomas y diagnóstico
  3. - Dislipemia y riesgo de enfermedades
2. Tratamiento de las dislipemias
  1. - Tratamiento dietético
  2. - Tratamiento farmacológico
3. Alimentos recomendables y no recomendables para las dislipemias

## **UNIDAD DIDÁCTICA 9. MENÚ Y DIETAS ESPECIALES EN DIABETES**

1. Características generales de la diabetes
  1. - La diabetes como factor de riesgo de las enfermedades cardiovasculares
2. Resistencia a la insulina y síndrome metabólico
  1. - El síndrome metabólico
3. Alimentación adecuada en la diabetes para prevenir enfermedades
  1. - Recomendaciones generales
  2. - Planes de alimentación por raciones

#### 4. Ejercicio físico y diabetes

### UNIDAD DIDÁCTICA 10. MENÚS Y DIETAS ESPECIALES EN OBESIDAD

1. Generalidades de la obesidad
2. Epidemiología de la obesidad
3. Causas del sobrepeso y la obesidad
4. Fisiopatología de la obesidad
  1. - Fisiología del apetito y de la saciedad
  2. - Bases neurofisiológicas de la conducta de la ingesta
5. Tipos de sobrepeso y obesidad
6. Tratamiento de la obesidad
  1. - Dietas hipocalóricas
  2. - Planificación de la dieta
  3. - Sustitutivos de comidas
  4. - Intervención quirúrgica

### UNIDAD DIDÁCTICA 11. MENÚS Y DIETAS ESPECIALES EN EL DEPORTE

1. Introducción
2. Gasto calórico
3. Hidratos de carbono
  1. - Factores que regulan la utilización del combustible durante el ejercicio
  2. - Índice glucémico y actividad física
  3. - Planificación de la ingesta de hidratos de carbono: antes, durante y después del ejercicio
4. Grasas
  1. - Grasas durante el reposo
  2. - Influencia del sexo y el entrenamiento sobre la oxidación de las grasas durante la actividad física
5. Proteínas
6. Pautas nutricionales para el entrenamiento de hipertrofia

### UNIDAD DIDÁCTICA 12. MENÚS Y DIETAS ESPECIALES EN LA DIETA VEGETARIANA

1. Introducción al vegetarianismo
2. Pirámide alimentaria vegetariana
3. Ventajas y desventajas de la dieta vegetariana
4. Consejos de alimentación sana para los vegetarianos
5. Ejemplos de menús vegetarianos
  1. - Menú vegetariano I
  2. - Menú vegetariano II

## BECAS Y FINANCIACIÓN

Consulta nuestro programa completo de becas en la web

**25%** Beca ALUMNI

**20%** Beca DESEMPLEO

**15%** Beca EMPRENDE

**15%** Beca RECOMIENDA

**15%** Beca GRUPO

**20%** Beca FAMILIA NUMEROSA

**20%** Beca DISCAPACIDAD

**20%** Beca para profesionales, sanitarios, colegiados/as



## FORMAS DE PAGO



Tarjeta de crédito



PayPal

 bizum

Bizum

 amazon pay

Amazon Pay



PayU

Matricúlate en cómodos plazos sin intereses. Fracciona tu pago con la garantía de:



innovapay

Fracciona el pago de tu curso en cómodos plazos y sin intereses.



## ¿Te ha parecido interesante esta formación?

Si aún tienes dudas, nuestro equipo de asesoramiento académico estará encantado de resolverlas.

Pregúntanos sobre nuestro método de formación, nuestros profesores, las becas o incluso simplemente conócenos.

## Solicita información sin compromiso

Llámadme gratis

¡Matricularme ya!

## ¿Encuétranos aquí!

### Edificio Educa Edtech

Camino de la Torrecilla N.º 30 EDIFICIO  
EDUCA EDTECH, C.P. 18.200, Maracena (Granada)

Telf.: 958 050 746

## Horario atención al cliente

Lunes a viernes: 9:00 a 20:00h

Sábados: 10:00 a 14:00h

"¡Síguenos para estar al tanto de todas nuestras novedades!"

