

P



Jornadas y seminarios presenciales

Solicitada la acreditación por la Comisión de Formación Continuada de Navarra del Sistema de Acreditación de la Formación Continuada de las profesiones sanitarias en el Sistema nacional de Salud.

¡Apúntate!

TÉCNICA CULINARIA Y SALUD

Ocho horas a toda máquina

DIRECCIÓN ACADÉMICA

Óscar Picazo - Fundación Mapfre

PROFESORADO DEL CURSO

Óscar Picazo - Fundación Mapfre

Formación académica:

Dietista-Nutricionista y licenciado en Química.
Especializado en patología digestiva, celiacía, enfermedades autoinmunes y reeducación nutricional para la salud y la pérdida de peso.
Grado en Nutrición Humana y Dietética por la Universidad Internacional Isabel I de Castilla.
Licenciado en Química por la Universidad de Alcalá.
Jefe de proyectos de sensibilización en salud en Fundación Mapfre.

Docencia:

Docente en el Máster Universitario en Entrenamiento y Nutrición Deportiva en la Universidad Europea de Madrid
Director docente de Nutriscience en Madrid.

Docente del Máster Internacional en Nutrición Clínica y Deportiva (IIICEFS – Universidad Isabel I)

Investigación:

Perfil de Google Académico: <https://scholar.google.es/citations?user=l7tMh2cAAAAJ&hl=es>

OBJETIVOS DEL CURSO

OBJETIVOS GENERALES

Conocimiento de la importancia del cocinado de alimentos para la salud.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Aplicación de los conocimientos en consulta.

METODOLOGÍA DOCENTE

- Explicar los contenidos del curso mediante presentación en power point.
- Materiales y contenidos en pdf

PERTINENCIA DE LA ACTIVIDAD, ¿POR QUÉ SE HA DECIDIDO HACER ESTE CURSO?

En este curso sobre cocina y salud se abordará la importancia de cómo se consumen los alimentos, frente al cuanto y el por qué. Además de señalar la repercusión sobre la salud del cocinado, se abordará el efecto de distintas técnicas sobre los grupos de alimentos y su contenido en micro y macronutrientes, y se pondrá sobre la mesa el problema de no tener en cuenta el cocinado en estudios de investigación en nutrición.

DURACIÓN: 8 horas

PROFESIONALES A LOS QUE SE DIRIGE

Dietistas-Nutricionistas diplomados o graduados. Otros profesionales de la salud.

PLAZAS: 50

RESUMEN DEL PROGRAMA DEL CURSO

MÓDULO I

Introducción

- 1.1. Importancia del cocinado de alimentos para la salud.
- 1.2. Técnicas culinarias: clasificación.
- 1.3. Efectos generales del cocinado sobre los alimentos.

MÓDULO II

Cocina y valor nutricional

- 2.1. Cocinado y carbohidratos.
- 2.2. Cocinado y proteínas.
- 2.3. Cocinado y lípidos.
- 2.4. Vitaminas liposolubles
- 2.5. Vitaminas hidrosolubles
- 2.6. Minerales
- 2.7. Otras sustancias de interés

MÓDULO III

Sustancias indeseables

- 3.1. Reacción de Maillard. Derivados: acrilamida, furanos. Productos avanzados de glicación.
- 3.2. Hidrocarburos policíclicos aromáticos. Aminas heterocíclicas.
- 3.3. Peroxidación lipídica. Productos avanzados de lipoxidación.

MÓDULO IV

Cocinado como factor de confusión
Conclusiones

- 5.1. Cocinado como factor de confusión en investigación en nutrición.
- 5.2. Técnicas más recomendables por grupo de alimentos.

PRECIOS

- Miembros de la Academia: 30 euros
- Miembros del Consejo: 45 euros
- No miembros: 60 euros

LUGARES Y FECHAS

EDICIÓN EN BARCELONA

9 de junio de 2018
Sede de la Academia Española de Nutrición y Dietética.
Consell de Cent, 314, Portal B.
08007 Barcelona.

EDICIÓN EN PAMPLONA

20 de octubre de 2018
C/ Luis Morondo, 4
Oficina 5. Pamplona

EDICIÓN EN MADRID

17 de noviembre de 2018
Dirección pendiente de confirmación

[INCRIBIRME/
MÁS INFORMACIÓN](#)

[INCRIBIRME/
MÁS INFORMACIÓN](#)

[INCRIBIRME/
MÁS INFORMACIÓN](#)

