

# C



Programa de cursos a distancia 2019

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

**Curso organizado** por la Academia Española de Nutrición y Dietética y Nutrinfo, con el aval del Consejo General de Dietistas-Nutricionistas de España.

Este curso cuenta con un **descuento especial** en su matrícula para los miembros de la Academia.

**Inscripciones y matrícula** a partir del 15 de junio.

# HABILIDADES CULINARIAS PARA DIETISTAS-NUTRICIONISTAS

## Con las manos en la masa

### ¡Apúntate!

#### DIRECCIÓN ACADÉMICA

**Raquel Bernácer Martínez** - The art of eating, culinary nutrition consulting

#### CODIRECCIÓN ACADÉMICA

**Giuseppe Ruscolillo** - Academia Española Nutrición y Dietética

#### SECRETARÍA ACADÉMICA

**Mª Amparo Bayarri Mayo** - Academia Española Nutrición y Dietética  
a.bayarri@academianutricion.org

#### PROFESORADO DEL CURSO

**Raquel Bernácer Martínez** - The art of eating, culinary nutrition consulting

#### OBJETIVOS DEL CURSO

##### OBJETIVOS GENERALES

Dotar a los Dietistas-Nutricionistas de las herramientas necesarias para mejorar el consejo culinario y la adherencia a la dieta de sus pacientes.

##### OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Recomendar los mejores utensilios culinarios a sus pacientes.
- Explicar los principios básicos de seguridad en una cocina doméstica.
- Planificar y organizar la producción de recetas, así como aplicar los principios del batchcooking (cocinar en lotes)
- Identificar, explicar y poner en práctica las principales técnicas culinarias de aplicación doméstica.
- Comprender y aplicar los mejores métodos de cocción para los principales tipos de ingredientes.
- Entender los principios básicos del equilibrio de los sabores, su combinación y construcción en una receta.
- Practicar la creación de nuevas recetas teniendo en cuenta necesidades nutricionales, propiedades organolépticas y creatividad culinaria.
- Ofrecer a sus pacientes alternativas caseras sencillas a productos procesados de uso habitual.
- Fomentar la introducción de recetas basadas en vegetales a sus pacientes.
- Aplicar técnicas culinarias apropiadas a las dietas específicas más prevalentes en consulta: hipocalóricas, control de sodio/grasas/azúcares, vegetarianismo/veganismo, alergias e intolerancias alimentarias (gluten, lactosa, proteínas del huevo, frutos secos).

#### PRESENTACIÓN DEL CURSO

Una de las características de la alimentación occidental es la falta de habilidades culinarias en la población general. Existen varias causas, desde falta de interés, motivación y tiempo, a la pérdida de la transmisión tradicional de recetas en las familias. Sin embargo, se observa una tendencia e interés creciente en la vuelta a lo tradicional, donde la cocina hecha en casa adquiere una nueva dimensión. El dietista-nutricionista puede ser uno de los vectores de transmisión de habilidades y tradición gastronómica a sus pacientes y clientes, de forma que contribuya a mejorar las habilidades culinarias de la población. Este curso está específicamente diseñado para que el dietista-nutricionista y los técnicos superiores en dietética profundicen en el área culinaria tanto desde el punto de vista teórico como práctico y obtengan las herramientas necesarias para ofrecer una atención diferenciada y de mayor calidad a sus pacientes y clientes.

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

Ante la crisis de salud a la que nos enfrentamos, con tasas de sobrepeso, obesidad, diabetes y otras enfermedades no transmisibles relacionadas con la alimentación, se hace necesario aunar la ciencia de la nutrición con las artes culinarias. Los Dietistas-Nutricionistas (DNS) y Técnicos Superiores en Dietética (TSDs) disponen del conocimiento científico acerca de la relación entre salud y alimentación, pero sus conocimientos culinarios suelen ser muy básicos, pese a la formación recibida. Al mejorar sus habilidades culinarias, los DNS y TSDs estarán mejor capacitados para fomentar cambios de hábitos en la población al mejorar la confianza culinaria de sus pacientes, además de formarles en conceptos básicos de alimentación y salud. Ante el creciente interés de la población en la cocina, los profesionales de la Nutrición y Dietética deben disponer de las herramientas y conocimientos adecuados para no sólo dar el mejor consejo dietético, sino también culinario aplicado al hogar. No se trata de convertirse en un cocinero profesional, sino de entender y profundizar en los fundamentos básicos de la cocina para realizar una aplicación doméstica de calidad.

**DURACIÓN:** 6 meses

**NÚMERO MÁXIMO DE ALUMNOS:** 1 tutor cada 50 alumnos

#### METODOLOGÍA DOCENTE

La propuesta de programación incluye un programa constituido por MÓDULOS: temas y actividades. Se pretende que los módulos formen entidades amplias y autosuficientes, con objetivos propios, de forma que las actividades previstas para cada una de ellas permitan en su caso su evaluación.

Los módulos estarán estructurados de la siguiente manera:

1. Temas. Se expondrán con documentos virtuales en formato PDF y videos con presentaciones de powerpoint.

2. Actividades.

- Test de evaluación de conocimientos: se propondrá un test de 15 preguntas para afianzar los conceptos más importantes de cada módulo.
- Recetas obligatorias: en los módulos pertinentes, se propondrán dos recetas que el alumno tendrá que hacer en su casa. Las recetas se evaluarán siguiendo los criterios establecidos.
- Ejercicios obligatorios: en los módulos pertinentes, se propondrán entre uno y dos ejercicios obligatorios que se evaluarán siguiendo los criterios establecidos. En estos casos, los ejercicios estarán relacionados con el manejo de utensilios culinarios, organización de una cocina o planificación de menús.

#### ¿CÓMO VAN A SER LAS TUTORÍAS?

El alumnado puede enviar un e-mail al docente, planteando una duda o consulta específica sobre el módulo que se esté cursando. El e-mail será respondido directamente al alumno.

Los foros de discusión permiten volcar preguntas, dudas, artículos, gráficos, etc. que se comparten con los docentes y el resto de alumnos. Todos tendrán la posibilidad de responder y debatir sobre los temas planteados.

#### REQUISITOS ACADÉMICOS PARA LA REALIZACIÓN DEL CURSO

El curso está destinado a graduados en Nutrición Humana y Dietética, así como Técnicos Superiores en Dietética y licenciados en Nutrición (Latinoamérica). Dada la practicidad del curso, también podrán acceder otras disciplinas sanitarias como profesionales sanitarios de atención primaria y endocrinos.

#### RESUMEN DEL PROGRAMA DEL CURSO

<b>MÓDULO I</b> Duración (horas): 10 Semanas (5-6h/semana): 2	Conceptos básicos de cocina profesional aplicados a la cocina doméstica.
<b>MÓDULO II</b> Duración (horas): 15 Semanas (5-6h/semana): 3	Introducción a la ciencia de la cocina.
<b>MÓDULO III</b> Duración (horas): 8 Semanas (5-6h/semana): 1, 2	Métodos de cocción básicos de aplicación doméstica.
<b>MÓDULO IV</b> Duración (horas): 15 Semanas (5-6h/semana): 3	Cocciones aplicadas alimentos vegetales.
<b>MÓDULO V</b> Duración (horas): 15 Semanas (5-6h/semana): 3	Cocciones aplicadas a alimentos animales.
<b>MÓDULO VI</b> Duración (horas): 15 Semanas (5-6h/semana): 3	Organolepsia: sabores, aromas y texturas.
<b>MÓDULO VII</b> Duración (horas): 8 Semanas (5-6h/semana): 1, 2	Creación de recetas, menús y planificación semanal.
<b>MÓDULO VIII</b> Duración (horas): 15 Semanas (5-6h/semana): 3	Preparaciones caseras básicas I.
<b>MÓDULO IX</b> Duración (horas): 15 Semanas (5-6h/semana): 3	Preparaciones caseras básicas II.
<b>MÓDULO X</b> Duración (horas): 15 Semanas (5-6h/semana): 3	Introducción a la cocina dietoterapéutica.

**Horas totales del curso:** 130 horas (6 de estudio, 1 de tutoría y 1 de evaluación) en 6 meses

#### PRECIOS

Miembros de la Academia o antiguos alumnos de Nutrinfo: 650 €

Miembros de Colegios o Asociaciones adscritos al Consejo General de Dietistas-Nutricionistas de España: 845 €

No Miembros de la Academia: 1.020 €

Más información / inscripciones o para disfrutar del precio reducido hacer clic en:

**INCRIBIRME/MÁS INFORMACIÓN**

**DESEO HACERME MIEMBRO DE LA ACADEMIA Y DISFRUTAR DEL PRECIO REDUCIDO PARA MIEMBROS**

Organiza:



Con el auspicio de:

