



# MÁSTER EN ANOREXIA Y BULIMIA + MÁSTER EN DIETÉTICA Y COACH NUTRICIONAL

NUT002

[www.inensal.com](http://www.inensal.com)



Certificación universitaria internacional

Escuela asociada a:





## DESTINATARIOS

El doble **Máster en Anorexia y Bulimia + Máster en Dietética y Coach Nutricional** va dirigida a todas aquellas personas que quieran ampliar sus nociones en cuanto al tratamiento de los desórdenes alimenticios. A lo largo de la formación, el alumno conocerá el funcionamiento del sistema gastrointestinal y profundizará en las principales las necesidades nutricionales. Asimismo, el estudiante distinguirá entre los diferentes trastornos de la conducta alimentaria (obesidad, anorexia, bulimia...) y sabrá evaluar cada caso para plantear un diagnóstico diferencial. Por otro lado, se formará la práctica del coaching nutricional y descubrirá los beneficios de su aplicación. Las funciones del coach, la figura del coach o las técnicas y dinámicas de la transformación son otras fuentes de estudio que completan el máster. Una vez finalizada la titulación, el alumno tendrá los conocimientos necesarios para diagnosticar, tratar y prevenir trastornos relacionados con la alimentación a partir de herramientas como el coaching nutricional.



## MODALIDAD

Puedes elegir entre:

- **A DISTANCIA:** una vez recibida tu matrícula, enviaremos a tu domicilio el pack formativo que consta de los manuales de estudio y del cuaderno de ejercicios.
- **ONLINE:** una vez recibida tu matrícula, enviaremos a tu correo electrónico las claves de acceso a nuestro Campus Virtual donde encontrarás todo el material de estudio.

El alumno puede solicitar **PRÁCTICAS GARANTIZADAS** en empresas. Mediante este proceso se suman las habilidades prácticas a los conceptos teóricos adquiridos en el curso. Las prácticas serán presenciales, de 3 meses aproximadamente, en una empresa cercana al domicilio del alumno.



## DURACIÓN

La duración del curso es de 1500 horas.



## IMPORTE

Importe Original: 1240€

**Importe Actual: 620€**



## CERTIFICACIÓN OBTENIDA

Una vez finalizados los estudios y superadas las pruebas de evaluación, el alumno recibirá un diploma que certifica la "MÁSTER EN ANOREXIA Y BULIMIA + MÁSTER EN DIETÉTICA Y COACH NUTRICIONAL", de la ESCUELA INTERNACIONAL DE DIETÉTICA, NUTRICIÓN Y SALUD avalada por nuestra condición de socios de la CECAP, máxima institución española en formación y de calidad.

Los diplomas, además, llevan el sello de Notario Europeo, que da fe de la validez de los contenidos y autenticidad del título a nivel nacional e internacional.

El alumno tiene la opción de solicitar junto a su diploma un Carné Acreditativo de la formación firmado y sellado por la escuela, válido para demostrar los contenidos adquiridos.

Además, podrá solicitar una Certificación Universitaria Internacional de la Universidad Católica de Cuyo-DQ con un reconocimiento de 60 ECTS.

\*El contenido del curso se encuentra orientado hacia la adquisición de formación teórica complementaria. Ciertas profesiones requieren una titulación universitaria u oficial que puedes consultar en la web del Ministerio de Educación y en el Instituto Nacional de Cualificaciones.



### PARTE 1. MÁSTER EN ANOREXIA Y BULIMIA

#### MÓDULO 1. INTRODUCCIÓN A LA DIETÉTICA Y NUTRICIÓN

##### 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. NECESIDADES NUTRICIONALES II

1. Valor energético de los alimentos.
2. Tablas de composición de los alimentos.
3. Ley de isodinamia y ley de los mínimos.

##### UNIDAD DIDÁCTICA 7. COMPOSICIÓN Y VALOR NUTRITIVO DE LOS PRINCIPALES GRUPOS DE ALIMENTOS

1. Clasificación de los alimentos.
2. Alimentos de origen animal.
3. Alimentos de origen vegetal.
4. Otros alimentos.

5. Influencia del procesado de los alimentos en su composición y valor nutricional.

#### MÓDULO 2. ASPECTOS NUTRICIONALES.

##### UNIDAD DIDÁCTICA 8. ASPECTOS NUTRICIONALES DE LAS PROTEÍNAS

1. Definición.
2. Digestión, absorción y metabolismo.
3. Química de las proteínas: constitución, clasificación y propiedades.
4. Raciones dietéticas recomendadas.
5. Aminoácidos esenciales.
6. Suplementación y complementación proteica.
7. Principal fuente de proteínas.
8. Deficiencia de proteínas.
9. Exceso de proteínas.
10. Métodos de evaluación de la calidad o valor nutritivo de las proteínas.

##### UNIDAD DIDÁCTICA 9. ASPECTOS NUTRICIONALES DE LOS LÍPIDOS

1. Definición y composición.
2. Distribución.
3. Funciones.
4. Clasificación.

##### UNIDAD DIDÁCTICA 10. ASPECTOS NUTRICIONALES DE LOS HIDRATOS DE CARBONO

1. Generalidades.
2. Funciones.
3. Clasificación.

##### UNIDAD DIDÁCTICA 11. ASPECTOS NUTRICIONALES DE LOS MINERALES

1. Introducción.
2. Clasificación.
3. Funciones generales de los minerales.

##### UNIDAD DIDÁCTICA 12. ASPECTOS NUTRICIONALES DE LAS VITAMINAS

1. Introducción.
2. Funciones.
3. Clasificación.
4. Necesidades reales y complementos vitamínicos.

## UNIDAD DIDÁCTICA 13. IMPORTANCIA NUTRICIONAL DEL AGUA

1. Introducción.
2. El agua en el cuerpo humano.
3. Distribución de agua en el cuerpo humano.
4. El agua y soluciones acuosas.
5. Recomendaciones sobre el consumo de agua.
6. Balance hídrico.
7. Trastornos relacionados con el consumo de agua.
8. Contenido de agua en los alimentos.

## MÓDULO 3. TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA

### UNIDAD DIDÁCTICA 14. TRASTORNOS ALIMENTARIOS O PSICOPATOLOGÍA ALIMENTARIA

1. Historia de los trastornos de la conducta alimentaria.
2. Clasificación actual de los trastornos de la conducta alimentaria.
3. Contexto sociocultural de los trastornos de la conducta alimentaria.

### UNIDAD DIDÁCTICA 15. LA OBESIDAD

1. Concepto y clasificación de la obesidad.
2. Epidemiología.
3. Obesidad en diferentes momentos de la vida.
4. Obesidad y complicaciones asociadas.
5. Normas alimentarias en la obesidad.

### UNIDAD DIDÁCTICA 16. ANOREXIA

1. Concepto y clasificación de la anorexia.
2. Manifestaciones clínicas.
3. Criterios de diagnóstico.
4. Tratamiento, evolución y pronóstico.

### UNIDAD DIDÁCTICA 17. LA BULIMIA

1. Concepto y clasificación.
2. Causas, incidencia y factores de riesgo.
3. Manifestaciones clínicas.
4. Criterios diagnósticos.
5. Evolución y pronóstico.
6. Diferencias entre anorexia y bulimia.

## UNIDAD DIDÁCTICA 18. OTROS TRASTORNOS DE CONDUCTA ALIMENTARIA

1. Vigorexia.
2. Ortorexia.
3. Trastorno por atracón.
4. Desnutrición.

### UNIDAD DIDÁCTICA 19. EVALUACIÓN CLÍNICA Y CRITERIOS DIAGNÓSTICOS DE LOS TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA. DIAGNÓSTICO DIFERENCIAL

1. El proceso de evaluación.
2. Criterios diagnósticos.
3. Diagnóstico diferencial.

### UNIDAD DIDÁCTICA 20. FISIOLOGÍA Y NEUROBIOLOGÍA DE LA REGULACIÓN DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA

1. Desarrollo de la conducta alimentaria y sus alteraciones.
2. Alteraciones neurobiológicas.

### UNIDAD DIDÁCTICA 21. TRATAMIENTO INTERDISCIPLINARIO DE LOS TRASTORNOS DE LA CONDUCTA

1. Niveles de tratamiento.
2. Psicoterapia y psicofarmacología.
3. Abordaje clínico y nutricional.
4. Otros abordajes.

## PARTE 2. MÁSTER EN DIETÉTICA Y COACH NUTRICIONAL

### MÓDULO 1. COACHING NUTRICIONAL

#### UNIDAD DIDÁCTICA 1. ¿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 2. 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 3. ASPECTOS FUNDAMENTALES DEL COACHING I

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

## UNIDAD DIDÁCTICA 4. ASPECTOS FUNDAMENTALES DEL COACHING II

1. Responsabilidad y compromiso
2. Acción
3. Creatividad
4. Contenido y proceso
5. Posición meta
6. Duelo y cambio

## UNIDAD DIDÁCTICA 5. ÉTICA Y COACHING

1. Liderazgo, poder y ética
2. Confidencialidad del Proceso
3. Ética y Deontología del coach
4. Código Deontológico del Coach
5. Código Ético

## UNIDAD DIDÁCTICA 6. EL COACH

1. La figura del coach
2. ¿Quién es el coach?
3. Funciones del coach
4. Comportamiento del coach
5. El coach como guía
6. Tipos de coach
7. Coach interno
8. Coach externo
9. Coach directivo
10. Papel del coach en el proceso de coaching ejecutivo
11. Definición
12. Puntos de desarrollo intelectual
13. Gestión diaria

## UNIDAD DIDÁCTICA 7. LA FIGURA DEL COACHEE

1. La figura del coachee
2. ¿Quién es el coachee?
3. Disposición del coachee
4. El éxito a través del coaching
5. Características del destinatario del coaching
6. La personalidad
7. Los aspectos sociales
8. Los aspectos cognitivos
9. La capacidad para recibir el coaching
10. Valoración de la capacidad para recibir coaching
11. Mejorar la capacidad de recibir coaching del cliente
12. La autoconciencia del cliente
13. Valoración de la autoconciencia
14. Mejorar la autoconciencia del cliente

## UNIDAD DIDÁCTICA 8. EL PROCESO DE COACHING: ASPECTOS GENERALES

1. Coaching ¿herramienta o proceso?
2. Motivación en el proceso
3. La voluntad como requisito del inicio del proceso
4. Riesgos del proceso de coaching

## UNIDAD DIDÁCTICA 9. FASES EN EL PROCESO DE COACHING

1. Primera fase: establecer la relación de coaching
2. Segunda fase: planificación de la acción
3. Tercera fase: ciclo de coaching
4. Cuarta Fase: evaluación y seguimiento
5. Una sesión inicial de coaching
6. Establecer sintonía y sentar las bases de la confianza
7. Manejar las expectativas del cliente
8. Valoración del cliente y obtención de información
9. Descubrir el problema más acuciante del cliente
10. Diseñar la alianza del coaching
11. Tratar con las cuestiones prácticas
12. Compromiso con el programa de coaching
13. Comenzar el coaching con la cuestión más acuciante

## UNIDAD DIDÁCTICA 10. INTRODUCCIÓN A LAS TÉCNICAS DE COACHING

1. Técnicas en coaching: transformar lo negativo en positivo
2. Las dinámicas: definición
3. ¿Para qué se utilizan las técnicas grupales y para qué no?
4. Elección de la técnica adecuada

5. Diferentes herramientas: estructurales, personales, exploratorias y de aprendizaje

## **UNIDAD DIDÁCTICA 11. EL PROCESO DE CAMBIO**

1. Autoconciencia. ¿Dónde estoy?
2. Desarrollo de la autoconciencia
3. Ser consciente del presente
4. Propiedad de los sentimientos
5. Conciencia de las elecciones
6. Cambio y coaching
7. Modelo de cambio personal de cuatro etapas
8. Modelo motivacional de cambio

## **UNIDAD DIDÁCTICA 12. INTRODUCCIÓN AL COACHING PERSONAL**

1. Interiorización
2. Compromiso
3. Confianza
4. Orgullo
5. Comportamientos limitantes
6. Emociones y coaching
7. El trabajo con emociones
8. Cualidades para establecer un buen feedback emocional
9. La resistencia al cambio
10. Dificultades con el proceso de coaching
11. Manifestaciones de resistencia

## **UNIDAD DIDÁCTICA 13. INTRODUCCIÓN AL COACHING EJECUTIVO**

1. Principios de coaching ejecutivo
2. La empresa y el coach
3. Coaching ejecutivo: un contrato de tres miembros
4. El proceso de coaching ejecutivo
5. El coach como líder y formador de líderes