



WE TRAIN
ESPAÑA

Curso Online
Educación Alimentaria

Programa General del Curso

Educación Alimentaria

- El peso ideal y la composición corporal
- Necesidades Nutricionales y Alimenticias. Calorías, Agua y Macronutrientes.
- Las Líneas Guía, los Grupos, las Pirámides y las Porciones Alimentarias
- Educación Alimentaria para Adultos y Niños
- La alimentación entre Fisiología y Patología
- Las intolerancias alimentarias
- La comida y la psique
- Elementos de biología, anatomía y fisiología humanas

Objetivos y modalidad de uso de la plataforma

Nuestro curso de Educación Alimentaria, desarrollado por el médico nutricionista italiano Giorgio Pitzalis, otorga todas las bases para un correcto régimen dietético, indispensable para el organismo y el mantenimiento de un estado óptimo de salud y bienestar.

El curso analiza los distintos elementos nutricionales y sus funciones para nuestro organismo: nociones fundamentales para una correcta alimentación y la salud de cada persona; además, a través de numerosas lecciones y videos explicativos, se expondrán las principales reglas de una buena educación alimentaria que deberían ser seguidas siempre por todos nosotros.

Desafortunadamente, es justo en los países industrializados en los cuales las personas poseen el hábito de “comer poco y mal”, desde una edad temprana, olvidando la importancia de algunos macronutrientes indispensables para un óptimo estado de salud.

El curso se frecuenta enteramente en línea, sobre nuestra plataforma de educación a distancia, donde se pueden encontrar las lecciones, videolecciones y quiz para la autoevaluación.

Al finalizar el curso, se enviará un certificado final de participación.