

Euroinnova incorpora a su oferta nuevos cursos de dietética y nutrición

La dietética es la disciplina que busca elaborar planes alimenticios balanceados adaptados a las características particulares de cada persona. El profesional de esta rama sanitaria tiene en cuenta, además, los estilos de vida para establecer de manera científica la ración alimenticia o dieta conveniente. El fin último es recomendar hábitos alimenticios para mejorar la salud de sus pacientes

En la sociedad actual los hábitos de comportamiento y consumo distan mucho de parecerse a los que existían apenas hace una década atrás. Los estilos y ritmos de vida se han transformado completamente y con ellos los patrones alimentarios. Las consecuencias de estos cambios se pueden resumir en un sedentarismo severo, un consumo excesivo de alimentos procesados y refinados acompañado de un consumo deficitario de frutas y hortalizas.

Los últimos datos de la Sociedad Española de Nutrición reflejan que el 21% de la población española es obesa mientras que al 40% se le ha diagnosticado sobrepeso. Las enfermedades más comunes se relacionan con esta circunstancia como, por ejemplo, la diabetes, el colesterol o enfermedades del corazón las cuales, en muchos casos, pueden revertirse con planes de alimentación controlados y hábitos saludables.

Además, una alimentación correcta no ayuda únicamente a controlar el avance de enfermedades sino también a prevenirlas. El estudio Predimed (prevención con dieta mediterránea) ha comprobado de manera científica que esta herencia cultural frena enfermedades como las anteriormente citadas. Por tanto una alimentación personalizada, adecuada al estado de salud y contexto de vida de cada persona, actúa como prevención y remedio en su salud.

Es precisamente de la elaboración de estos planes integrales, alimenticios, deportivos, y en general hábitos de vida, de lo que se encarga el profesional de la dietética y la nutrición desarrollando tareas como:

- Análisis de las necesidades nutricionales de la persona y la salud actual
- Desarrollar y poner en prácticas planes de cuidado dietético
- Facilitar consejos nutricionales y asesoramiento sobre nutrición
- Monitorizar la evolución de los pacientes
- Educar a las personas o grupo de personas en la nutrición.

En el curso online que ofrece Euroinnova Formación, el alumno adquiere las competencias para desarrollar estas tareas generales y otros conocimientos más específicos como composición de dietas, etiquetas de alimentos, adecuación nutricional, obesidad etc para inculcar una visión holística del conjunto de variables que afectan a la salud del individuo.

El curso de diétetica en modalidad online puede ser realizado por profesionales del sector que quieran completar su formación profesional o también, por personas que no tienen relación laboral con este ámbito pero que, sin embargo, están interesados en formarse adecuadamente para aplicar los beneficios dietéticos a su propia vida y/o a la de sus familiares.

Datos de contacto:

Sara Ávila

Nota de prensa publicada en: [Granada](#)

Categorías: [Nutrición](#) [Cursos](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>