

*Nuevo curso*

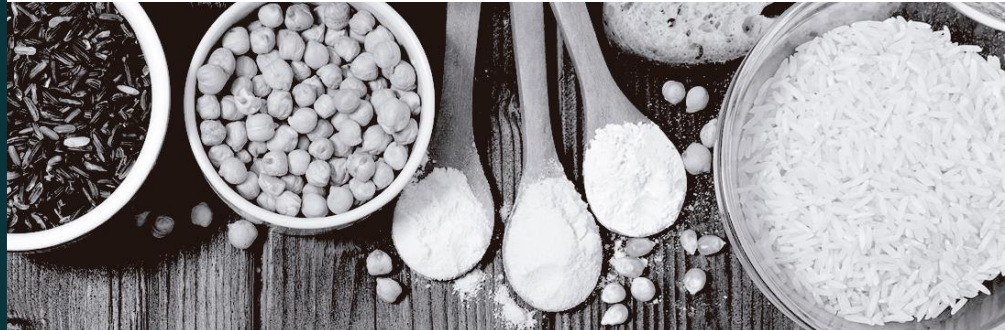
# Alergias e Intolerancias Alimentarias

“Aliméntate sin preocupaciones”

**CLASES 100% ONLINE**



# Introducción



Desde Nutritional Coaching somos conscientes de la inquietud que se origina cuando se presenta algún tipo de alergia y/o intolerancia alimentaria. Por este motivo y con el objetivo de proporcionar y ampliar el conocimiento sobre las diferentes Reacciones Adversas Alimentarias (RAA) hemos creado este nuevo curso.

Cada día nos encontramos con más personas que presentan algún tipo de RAA (alergias y/o intolerancias alimentarias), la prevalencia de las RAA en adultos supera el 30%, lo que puede suponer un impacto negativo en la calidad de vida de las personas afectadas y en las de su entorno. Por ello, desde Nutritional Coaching creemos que cualquier persona debería tener a su alcance la información adecuada para aprender a llevar una alimentación adecuada y adaptada a las necesidades de cada uno.

Asimismo, con este curso te facilitaremos la información apropiada para aprender a identificar los alérgenos en las etiquetas de los alimentos, a optar por alternativas aptas y te propondremos menús y recetas adaptadas a las diferentes alergias e intolerancias alimentarias; todo con el fin de llevar una dieta libre de preocupaciones. Alimentamos tu bienestar.



## Dirigido a

- El curso va dirigido a todas aquellas personas interesadas en el tema de las alergias e intolerancias alimentarias tanto de manera profesional como personal.
- Profesionales que quieran formarse y profundizar en el tema para poder asesorar adecuadamente a sus pacientes.

## Temporalización de la microformación

- La microformación tiene una duración recomendada de 1,5 meses y una carga lectiva de 75 horas que se completan sumando el tiempo dedicado a:
  - La visualización de los 3 módulos.
  - Lectura de materiales complementarios.
  - Realización de los test de autoevaluación.

El alumno dispone de acceso ilimitado a todos los materiales del curso.

## Método de Evaluación

- El sistema de evaluación que plantea el curso de “Alergias e intolerancias alimentarias: Aliméntate sin preocupaciones” tiene como objetivos, por un lado, asegurar los estándares de calidad y profesionalidad de los alumnos que han recibido formación en nuestro centro y, por otro, garantizar que el alumno dispone de las competencias y habilidades necesarias para aplicar estos nuevos conceptos en su vida cotidiana y/o profesional. El método de evaluación que establece Nutritional Coaching se basa en el sistema de evaluación continuada para que el alumno aprenda de sus aciertos y también de sus errores, y sea capaz de transferir su aprendizaje a su día a día así como a su lugar de trabajo.

La evaluación consiste en:

- Superación de las evaluaciones al finalizar cada módulo.

La superación de las autoevaluaciones al finalizar cada módulo le dará acceso al siguiente módulo. El alumno dispone de acceso ilimitado a todos los materiales del curso.



## Objetivos

### Objetivos generales

- Adquirir los conocimientos adecuados sobre las alergias e intolerancias alimentarias más frecuentes para aprender a gestionar nuestra alimentación adecuadamente.

### Objetivos específicos

- Aprender a identificar y distinguir posibles alergias e intolerancias alimentarias a nivel personal y profesional incrementando nuestro nivel de conocimiento sobre el tema.
- Profundizar en las principales alergias e intolerancias alimentarias (características, prevalencia, origen y causas, signos y síntomas, prevención, etc.)
- Conocer diferentes alternativas a los alimentos/sustancias que puedan provocar la reacción adversa alimentaria y adquirir recursos adecuados para llevar una alimentación personalizada para cada situación (menús, recetas, alimentos alternativos, etc.).
- Conocer posibles factores de riesgo involucrados en el desarrollo de alergias/intolerancias alimentarias.

Al finalizar, Nutritional Coaching® expedirá un certificado de validez internacional al alumno que haya superado el curso.

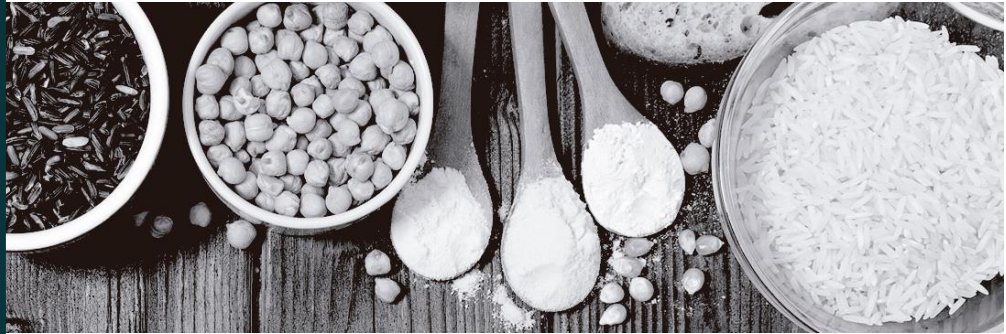
# Equipo docente



## Jaime Giménez Sánchez

Doctorando en Nutrición. Diplomado en Nutrición Humana y Dietética por la Universidad Ramón Llull. Postgrado en Farmacología, Nutrición y Suplementación en el Deporte por Universidad de Barcelona. Diplomado en Coaching Salud por TISOC (The International School of Coaching). Máster en Nutrición y Calidad de los Alimentos por la UIB. Certified Lifestyle Medicine for Weight Management. Harvard Medical School. Responsable técnico en Máster en Nutrición en la Actividad Física y el deporte Universidad de Barcelona. Director Científico Postgrado Health Coaching en Universitat Oberta de Catalunya. Coordinador Posgrado en Coaching Nutricional y Nuevos enfoques en la atención al paciente en Universidad de Barcelona. Tutor del Seminario Coaching Nutricional del Máster Universitario de Nutrición y Salud perteneciente a la UOC (Universitat Oberta de Catalunya). Coautor Libro Coaching Nutricional, haz que tu dieta funcione (Random House Mondadori). Miembro del Colegio oficial de DN de Cataluña (CAT543). Vicepresidente Chapter Spain IAC (International Association of Coaching).

# Plan de Estudio



El Plan de estudios está diseñado y elaborado por nuestro equipo docente con el objetivo de facilitar a los alumnos los contenidos de una forma práctica, fácil y amena. En toda nuestra formación hacemos uso de la tecnología más avanzada en formación en línea y mantenemos actualizados todos nuestros contenidos formativos.

Módulos teórico-prácticos:

Módulo 1

Introducción a las alergias e intolerancias alimentarias.

Módulo 2

Alergias alimentarias.

Módulo 3

Intolerancias alimentarias.

# Plan de Estudio



## Módulo 1 Introducción a las alergias e intolerancias alimentarias

- Introducción (Aclarando conceptos, principales alergias alimentarias, principales tipos de intolerancias alimentarias)
- Origen y causas
- Epidemiología
- ¿Qué pasa en tu cuerpo?
- Sintomatología clínica. Signos y síntomas
- Diagnóstico y prevención
- Tratamiento nutricional
- Normativa legal (etiquetaje, restaurante, colectividades,...)

## Módulo 2 Alergias alimentarias

### Alérgenos de Origen Animal

Proteína de la leche de vaca  
Huevo  
Pescado  
Marisco

### Alérgenos de origen vegetal

Legumbres  
Alergia al gluten/trigo/cereales que contienen gluten  
Frutas y vegetales  
Frutos secos

## Módulo 3 Intolerancias alimentarias

- Gluten
- Lactosa
- Otros: Dieta baja en FODMAPs
- Fructosa y sorbitol
- Histamina (déficit DAO)

# Contacto



## Más información e inscripciones

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

[info@nutritionalcoaching.com](mailto:info@nutritionalcoaching.com)

[formacion@nutritionalcoaching.com](mailto:formacion@nutritionalcoaching.com)

## Oficina España

C/Ángel Vidal 25 Bajos 1º - 08870 Sitges (Barcelona)

T +34 93 250 38 58 / +34 601 203 709

