



Programa Dietètica i nutrició en geriatria

● ● ● Objectius

- Facilitar coneixements i tècniques per millorar dietes i menús de la gent gran.
- Reconèixer les necessitats nutritives i alimentaries de cada persona.
- Fer ús de les normes bàsiques d'higiene alimentària.

● ● ● Destinataris

Professionals en actiu que dins la seva tasca laboral es trobin amb relació directa amb la necessitat d'alimentació: infermers/es, auxiliars de clínica, auxiliars de geriatria, treballadors/es familiars,...

● ● ● Contingut

1. Energia i nutrients

- 1.1. Concepte d'energia.
- 1.2. Descripció de les necessitats nutricionals
- 1.3. Nutrients: Hidrats de carboni, Lípids, Proteïnes, Vitamines, Sals minerals, Aigua

2. Els aliments.

- 2.1. Concepte d'aliment.
- 2.2. Grup de la llet.
- 2.3. Grup de la carn, peix i ous.
- 2.4. Grup dels cereals, tubercles i llegums.
- 2.5. Grup de les fruites i verdures.
- 2.6. Grup dels aliments greixosos: Olis, Margarines, Grasses animals, Fruits secs greixosos.
- 2.7. Grup de la miscel·lània: Sucre, Mel, Galetes i pastissos, Begudes alcoholiques, Begudes refrescants.

3. Alimentació de les persones grans.

- 3.1. Grups d'edat.
- 3.2. Condicions de vida de les persones grans.
- 3.3. Factors de risc nutricional.
- 3.4. Influències de la selecció d'aliments.
- 3.5. Avaluació nutricional de la persona gran.
- 3.6. Costums dietètics.

4. Dietoteràpia.

● ● ● Temporització

Durada: 30 hores
Horari: de 16:00 a 20:00 (dimarts i dijous)
Dates: 18,20,25,27 de maig i 1, 3, 8 i 10 de juny

MAIG						
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

JUNY						
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

● ● ● Formador/a

Professionals en actiu de l'àmbit socio-sanitari amb experiència docent