



INSTITUTO CHILE

Innovando en capacitación

NUTRICIÓN Y BIENESTAR EN LA TERCERA EDAD

Proporcionar a los participantes conocimientos profundos y habilidades prácticas en los principios básicos de la nutrición específica para la tercera edad, incluyendo la planificación de dietas saludables, el manejo de desafíos nutricionales.



CONTENIDOS



MÓDULO I

Entendimiento de necesidades nutricionales específicas, importancia de macronutrientes y micronutrientes, hidratación y manejo de enfermedades crónicas.



MÓDULO II

Guías alimentarias y patrones de comida saludables, lectura de etiquetas nutricionales, uso de suplementos y adaptación de recetas para adultos mayores.



MÓDULO III

Manejo de la pérdida de apetito y problemas de deglución, prevención de fragilidad y caídas, estrategias contra la malnutrición y mejora de la salud cognitiva.



MÓDULO IV

Conexión entre nutrición, ejercicio y bienestar, técnicas de mindfulness y reducción del estrés, importancia del sueño y fomento de la socialización.

REQUISITOS DE INGRESO

Lecto - escritura, manejo de PC nivel usuario, acceso computador para ingreso a plataforma E-learning.



+56 9 30765734



info@institutochile.cl



www.institutochile.cl



INSTITUTO CHILE

Innovando en capacitación

DURACIÓN Y ACCESO DEL CURSO



DURACIÓN

100% online, accede en tus propios tiempos, no requiere asistencia. Dispondrás de 2 meses para completar los 4 módulos.



INICIO DEL CURSO

Puedes inscribirte e ingresar inmediatamente, nuestros cursos están siempre activos y son guiados por nuestro equipo de tutores.

EVALUACIONES Y MATERIAL



EVALUACIONES

Las evaluaciones enfatizan casos prácticos con respuestas de opción múltiple y proporcionan feedback inmediato, facilitando un aprendizaje ininterrumpido.



MATERIAL DESCARGABLE

4 manuales de contenido (textos revisados y resumidos no perderás tu tiempo con extensos textos).

CERTIFICADO

Todos nuestros cursos una vez finalizados y aprobando la prueba final podrás descargar tu diploma emitido por el organismo de capacitación acreditado por sence Instituto Chile.



SISTEMA DE PAGO

Transferencia electrónica.
Sistema de pago online.



+56 9 30765734



info@institutochile.cl



www.institutochile.cl