



FOTO 01 Introducción a la dieta cetogénica: selección de alimentos con bajo aporte de hidratos de carbono y presencia de grasas y proteínas dentro de una planificación alimentaria.



FOTO 02 Cambios metabólicos: la reducción de carbohidratos modifica el uso de sustratos energéticos y favorece una mayor participación del metabolismo de los lípidos.



FOTO 03 Metabolismo de hidratos y lípidos: el curso aborda cómo el organismo adapta sus fuentes de energía cuando disminuye la disponibilidad de glucosa alimentaria.



FOTO 04 Utilización de cuerpos cetónicos: se estudia su formación y su función como fuente energética alternativa en el contexto de una dieta cetogénica.



FOTO 05 Tipos de dieta cetogénica: se analizan diferentes enfoques y composiciones, junto con criterios para comprender su aplicación y sus características.



FOTO 06 Usos e indicaciones: la formación incluye aspectos clínicos, valoración profesional y fundamentos para reconocer cuándo una estrategia cetogénica puede ser considerada.



FOTO 07 Valoración y seguimiento: se estudian pautas de evaluación del paciente, control de la evolución y relación entre alimentación y composición corporal.

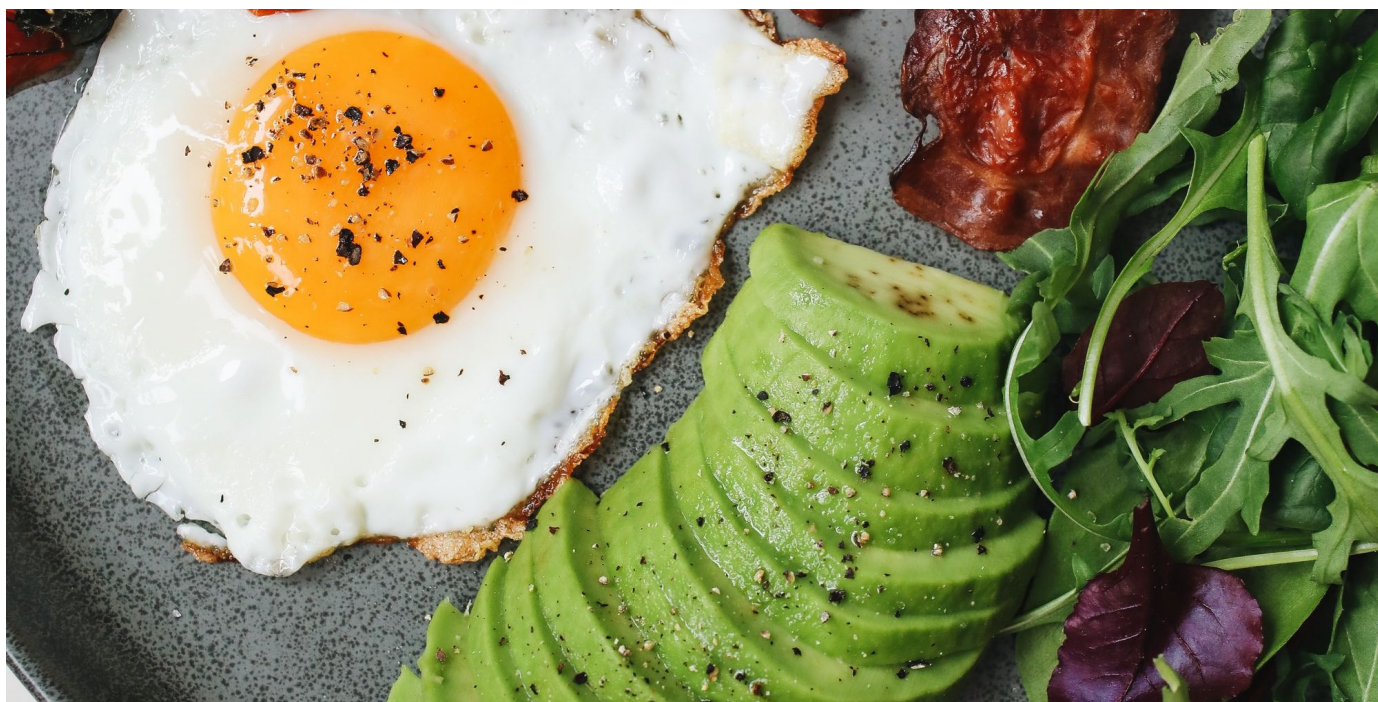


FOTO 08 Alimentos habituales en preparaciones bajas en carbohidratos: huevos, aguacate, hojas verdes y otras opciones que pueden integrar modelos de recetas cetogénicas.



FOTO 09 Frutos secos y grasas alimentarias: el curso permite comprender su lugar dentro de una planificación cetogénica y la importancia de controlar porciones y composición.



FOTO 10 Preparación de recetas: se trabajan modelos de comidas cetogénicas y criterios para organizar la alimentación tanto en el hogar como fuera de él.