

Bienestar

## Guía de alimentación saludable infantil

No te preocupes, alimentar a tu hijo es más fácil de lo que parece. Descúbrelo con este curso, guía perfecta para una alimentación saludable infantil.



## Consigue la alimentación perfecta para tus hijos

Convertirse en **padres y madres** es una de las tareas más **bonitas y difíciles** que existen. Establecer unas **rutinas sanas y nutritivas**, saber qué es **lo mejor para el bebé** en cada momento de su vida supone un **reto**.

Desde su experiencia, **Juan Llorca** y **Melisa Gómez** conversan sobre el camino que hay que recorrer para que los niños crezcan **sanos** y con unas **rutinas saludables**. Sigue los **consejos** de ambos y ofrece a tu bebé los **mejores cuidados**.

Juan Llorca y Melisa Gómez te ofrecen varias alternativas para que tus hijos tengan una alimentación adecuada.



El **chef** y la **nutricionista** llevan un tiempo trabajando juntos, fomentando la **alimentación saludable** allí por donde van. En este curso podrás disfrutar de dos **profesionales** que te ayudarán a hacerte **la vida más fácil**.

# Cursiva



Duración

**1:30 hora**



Formato

**Videocurso**



Inicio

**Ahora mismo**

## Objetivos

Los **objetivos** del curso son:

- **Perder el miedo** a ser padre o madre
- Establecer la **alimentación de tus hijos**
- Aumentar el conocimiento sobre **alimentación y nutrición**

## Programa

UNIDAD

**01**

**LA ALIMENTACIÓN INFANTIL**

- El viaje
- Dos caminos

UNIDAD

**02**

**MOMENTOS CLAVE**

- Lactancia
- 4 meses de vida
- Hasta las 12 meses de vida

UNIDAD

## 03

### ESTÍMULOS EXTERNOS

- Recompensas
- Publicidad
- El azúcar

### UNIDAD

## 04

### COMPAÑEROS DE VIAJE

- Abuelos
- Entorno sanitario

### UNIDAD

## 05

### EL CAMINO CORRECTO

- Elegir el camino adecuado
- Valor ejemplo

## Recomendado para

Este curso está pensado para personas que quieran **darle lo mejor a sus hijos**. Si quieres conocer qué es lo que más le **conviene a tu hijo** en función de la etapa en la que esté para que lleve una **vida sana** este curso es perfecto para ti. Si eres **seguidor de Juan y Melisa** también disfrutarás este curso.

## Metodología

Los videocursos de **Cursiva** se basan en un sistema aprendizaje **inmersivo**, donde el alumno escoge el momento en que inicia el curso y cuándo lo quiere acabar. Son vídeos donde los tutores conversan con la cámara, de tú a tú, por lo que es como si te lo explicaran directamente a ti. Además el reproductor de vídeo te ofrece una experiencia **transmedia** donde podrás encontrar archivos complementarios que refuerzan el discurso de los profesores. Finalmente, podrás compartir todas tus dudas y ejercicios con el resto de compañeros y el equipo de Cursiva a través de los foros habilitados en el **aula virtual**. Busca tu momento, y dale al play.

## PROCEDIMIENTO

El curso empieza en el mismo momento en el que se formaliza la matrícula. El alumno recibirá un mail con una guía que detalla de una manera fácil y clara el funcionamiento del aula virtual de **Cursiva** en general y de los videocursos en particular. Una vez comprado, el alumno tiene un acceso de dos meses a la plataforma, pudiendo ver los vídeos y los materiales complementarios tantas veces como quiera. Finalizados los dos meses de acceso, el acceso al curso expirará.

## REQUISITOS TÉCNICOS

Se recomienda conectarse desde un ordenador más o menos actual con conexión a **internet**. Serán necesarios altavoces o auriculares para escuchar alguno de los vídeos que se recomienden y se recomienda actualizar el navegador desde el que se accederá a la escuela virtual.

## Profesores

**Juan Llorca** es un **chef** con más de **veinte años de experiencia** entre fogones y un apasionado de la **nutrición y alimentación infantil**. **Chef Km0**, con el **sello Slow Food**, es defensor de una **alimentación natural y de temporada**, así como responsable de alimentación de **Valencia Montessori School**, además de **youtuber, divulgador, consultor, formador** en comedores escolares y creador, junto con **Melisa Gómez**, de la iniciativa **#PorUnaEscuelaBienNutrida**.

Colabora con la **Asociación Española Contra el Cáncer** y es embajador de **Proyecto Juntos**, asociación que **lucha contra el cáncer infantil**.

En 2016 fue galardonado con el **Premio al Mejor Cocinero Bloguero de Canal Cocina**, y es impulsor de **Roots**, la primera cocina cien por cien natural y **libre de procesados** en un colegio de España.

**Melisa Gómez** es **dietista-nutricionista**, especialista en **nutrición clínica en pediatría y asesora de lactancia**. Se dedica desde hace diez años al **tratamiento dietético nutricional** tanto de niños sanos como de niños con **sobrepeso u obesidad, alergias e intolerancias, diabetes** u otras condiciones. Pertenece a l **Colegio de Dietistas y Nutricionistas de la Comunidad Valenciana** (CODiNuCoVa), la **Sociedad Latinoamericana de Nutrición** (SLAN), **Dietética Sin Patrocinadores** (DSP) y **Mamás en Acción**.

En 2015 creó **Nutrikids**, proyecto a través del cual realiza **formación, divulgación de contenidos, asesoría y apoyo a familias** y a distintos colectivos para mejorar la nutrición de los más pequeños. Forma parte del equipo del **Centro de Nutrición Aleris** y ha creado, junto con **Juan Llorca**, la iniciativa **#PorUnaEscuelaBienNutrida**.

## Obtén tu certificado

Este curso se ha desarrollado para cumplir con los niveles de excelencia profesional **de Penguin Random House Grupo Editorial**. Si quieres añadir a tu currículum un documento que acredite que dispones de esta formación, puedes escoger la opción certificado digital o certificado en papel en el momento de formalizar tu matrícula. La versión en papel viene sellada oficialmente por el grupo editorial, incluye también la versión digital y los gastos de envío.

## UN TÍTULO AVALADO POR UN GRAN GRUPO EDITORIAL

Recibe un certificado avalado por la firma del responsable académico y el logo de la escuela **Cursiva** y de **Penguin Random House Grupo Editorial**, que te permitirá certificar que has seguido con aprovechamiento un curso reconocido por un gran grupo editorial. Para ello el alumno tendrá que haber entregado un mínimo del 70% de los ejercicios pedidos por el profesor.

## VERIFICABLE

Tu certificado dispone de un número de identificación único para que cualquier empresa o institución pueda verificar su autenticidad en **Accredible**, el mismo emisor de certificados digitales con el que operan las plataformas de enseñanza a distancia como Edx o Udacity para los cursos online creados por las empresas y universidades más prestigiosas: Google, Harvard University, MIT#

## FÁCILMENTE COMPARTIBLE

La versión digital puede añadirse en un solo clic a tu perfil de **LinkedIn** para que puedas darle visibilidad en tu currículum en cuanto acabes el curso. Has aprendido de los mejores: ¡deja que se sepa!



## **En boca de todos**

La guía de alimentación saludable para familias y niños a partir de 1 año.

Tras **Sin dientes y a bocados** Juan Llorca y Melisa Gómez se han consolidado como el chef y la nutricionista que están revolucionando la alimentación infantil en España

En boca de todos es su nuevo e imprescindible libro, en el que resuelven todas aquellas dudas frecuentes sobre la alimentación de los pequeños que suelen surgir después de su primer cumpleaños. Además, nos ofrecen los mejores consejos para fomentar una alimentación saludable, entre ellos, menús

# Cursiva

semanales, trucos para cocinar con niños y más de sesenta recetas sencillas y deliciosas para disfrutar en familia.