ICUFOR
Cursos de Formación Permanente Universitaria

Curso de Formación Permanente

Programas de Desayuno y Almuerzo Saludable en el Centro Educativo: Diseño y Participación de las Familias

6 ECTS | 150 horas | Online, a tu ritmo

Formación acreditada por
Universidad de Vitoria-Gasteiz EUNEIZ



Acerca de ICUFOR

ICUFOR es un centro privado de formación online, Centro Acreditado y Autorizado por la Universidad EUNEIZ de Vitoria-Gasteiz. Diseñamos e impartimos Cursos de Formación Permanente universitarios, pensados para la actualización y la especialización de profesionales en activo.

Nuestros cursos se estudian a tu ritmo en un campus virtual propio y terminan con el diploma de la Universidad EUNEIZ y con certificados de ICUFOR verificables.

Centro acreditado
Universidad EUNEIZ

100 % online
Campus virtual propio

Equipo docente
Disponible todo el curso



Metodología de estudio

Campus virtual propio
Estudias desde cualquier lugar y dispositivo, sin horarios.

Aprendizaje autónomo, pero acompañado
Tú marcas el ritmo y nuestro equipo de docentes resuelve tus dudas y orienta tu estudio.

Contenido del curso en PDF
El material principal, para estudiarlo a fondo, tema a tema.

Abstract de cada tema
Su síntesis, para situarte al empezar y repasar al final.

Presentación con los aspectos clave
Lo esencial de cada bloque, para jerarquizar y fijar.

Cuestionarios de evaluación
De respuesta múltiple, uno por tema.



Campus virtual

Mis cursos
Tu progreso y el siguiente tema por estudiar

Materiales
Contenido en PDF, Abstract y presentación con los aspectos clave

Cuestionarios de evaluación
Tu nota y la revisión de tus respuestas

Equipo docente
Consulta por escrito, chat y asesor de IA a cualquier hora

Secretaría
Certificados en PDF con código de verificación

Pagos y facturas
Descarga de facturas en PDF



Presentación del programa



Especialízate con este programa formativo de ICUFOR diseñado para profesionales que desean impulsar la alimentación saludable en el ámbito educativo. La nutrición infantil constituye un pilar fundamental para el desarrollo cognitivo, el rendimiento académico y la prevención de problemas de salud como el sobrepeso o los déficits nutricionales. Este curso te permitirá convertirte en un agente clave para transformar los centros educativos en verdaderos espacios promotores de hábitos alimentarios equilibrados.

Duración
150 horas

Créditos
6 Créditos ECTS

Metodología
Online

Matriculación
Permanente

Objetivos del curso

Conocer los fundamentos de la alimentación saludable en la infancia y la adolescencia, identificando los principales requerimientos nutricionales y los problemas alimentarios prevalentes en la etapa escolar.

Dominar el marco normativo y las estrategias institucionales que regulan la alimentación en centros educativos, distinguiendo las responsabilidades legales y los protocolos de actuación ante situaciones de riesgo alimentario.

Aplicar enfoques pedagógicos y metodologías activas para la educación alimentaria en el aula, integrando recursos didácticos coherentes con los programas alimentarios del centro.

Comprender el papel del centro educativo como espacio promotor de la salud alimentaria, analizando el modelo de Escuelas Promotoras de Salud y los agentes implicados en su desarrollo.

Diseñar programas de desayuno y almuerzo saludable en el centro educativo, elaborando menús equilibrados, adaptados a la diversidad del alumnado y ajustados a criterios de sostenibilidad y estacionalidad.

Gestionar la diversidad alimentaria del alumnado, implementando protocolos de actuación ante alergias, intolerancias y necesidades dietéticas derivadas de condiciones de salud, culturales o religiosas.

Objetivos del curso

Garantizar la seguridad alimentaria e higiene en los servicios de restauración escolar, aplicando el sistema APPCC y las buenas prácticas de manipulación de alimentos en todas las fases del proceso.

Desarrollar estrategias de participación activa de las familias y de evaluación continua de los programas alimentarios, utilizando instrumentos de diagnóstico, comunicación y seguimiento que aseguren la mejora, la sostenibilidad y la transferencia de buenas prácticas.

Temario

01 Fundamentos de la alimentación saludable en la infancia y la adolescencia

1.1. Conceptos básicos de nutrición y dietética aplicados a la etapa escolar
1.2. Evolución de los hábitos alimentarios en la población infantil y juvenil
1.3. Importancia del desayuno y el almuerzo en el rendimiento académico y la salud global
1.4. Principales problemas nutricionales en la edad escolar: sobrepeso, obesidad y déficits nutricionales
1.5. La educación alimentaria como herramienta preventiva y formativa desde la primera infancia

02 El centro educativo como espacio promotor de la salud alimentaria

2.1. El modelo de Escuelas Promotoras de Salud y su aplicación al ámbito de la alimentación
2.2. Agentes implicados en la promoción de la alimentación saludable en el entorno escolar
2.3. El comedor escolar como espacio educativo, socializador y de convivencia
2.4. Experiencias nacionales e internacionales de referencia en programas de alimentación escolar
2.5. Barreras y facilitadores para la implementación de programas alimentarios en centros educativos

Temario

03 Marco normativo y regulatorio de la alimentación en centros educativos

3.1. Legislación europea y normativa estatal en materia de alimentación escolar
3.2. Normativa autonómica y su incidencia en la gestión alimentaria escolar
3.3. Estrategias y planes institucionales de promoción de la alimentación saludable en el ámbito educativo
3.4. Responsabilidades legales y protocolos de actuación ante situaciones de riesgo alimentario en el entorno escolar

04 Necesidades nutricionales y recomendaciones dietéticas en la etapa escolar

4.1. Requerimientos energéticos y nutricionales según la franja de edad del alumnado
4.2. Guías alimentarias y pirámides nutricionales aplicables al diseño de menús escolares
4.3. Distribución óptima de la ingesta calórica a lo largo de la jornada escolar
4.4. Grupos de alimentos prioritarios y frecuencia de consumo recomendada en los menús escolares
4.5. Hidratación adecuada en el entorno escolar: pautas y recursos disponibles
4.6. Criterios para limitar el consumo de alimentos ultraprocesados, bebidas azucaradas y productos de bajo valor nutricional

Temario

05 Diseño y planificación de programas de desayuno saludable en el centro educativo

5.1. Justificación y objetivos de los programas de desayuno escolar
5.2. Modelos de organización de programas de desayuno en centros educativos
5.3. Elaboración de menús de desayuno equilibrados y adaptados a la diversidad del alumnado
5.4. Recursos materiales, humanos y económicos necesarios para la implementación del programa
5.5. Aspectos logísticos y organizativos del servicio de desayuno en el centro educativo
5.6. Estrategias para fomentar la aceptación y el consumo del desayuno saludable entre el alumnado
5.7. Experiencias de éxito y modelos replicables de programas de desayuno escolar

Temario

06 Diseño y planificación de programas de almuerzo saludable en el centro educativo

6.1. Objetivos y alcance de los programas de almuerzo escolar saludable
6.2. Planificación de menús de almuerzo: criterios nutricionales y gastronómicos
6.3. Modelos de gestión del servicio de comedor escolar
6.4. Adaptación de los menús a necesidades dietéticas especiales del alumnado
6.5. El tiempo del almuerzo como espacio educativo: hábitos alimentarios, autonomía personal y convivencia
6.6. Coordinación entre el programa de almuerzo escolar y el resto de ingestas del día
6.7. Reducción del desperdicio alimentario en el servicio de comedor escolar

Temario

07 Educación alimentaria en el aula: enfoques pedagógicos y recursos didácticos

7.1. La educación alimentaria como contenido transversal en el currículo escolar
7.2. Metodologías activas para la educación alimentaria en el aula
7.3. Recursos didácticos y materiales educativos para la educación alimentaria
7.4. El huerto escolar como recurso pedagógico y de conexión con el entorno agroalimentario
7.5. Coordinación entre los programas alimentarios del centro y la acción educativa en el aula

08 Gestión de la diversidad alimentaria: alergias, intolerancias y necesidades especiales

8.1. Alergias alimentarias más prevalentes en la población escolar
8.2. Intolerancias alimentarias: diagnóstico, manejo y adaptaciones dietéticas en el comedor escolar
8.3. Necesidades alimentarias derivadas de condiciones de salud específicas del alumnado
8.4. Diversidad cultural y religiosa en la alimentación escolar: respeto, inclusión y adaptación de menús
8.5. Protocolos de actuación ante emergencias por reacciones alérgicas graves en el centro educativo
8.6. Etiquetado de alérgenos y trazabilidad en los menús escolares: requisitos y procedimientos

Temario

09 Seguridad alimentaria e higiene en los servicios de restauración escolar

9.1. Principios generales de seguridad alimentaria aplicados al ámbito de la alimentación escolar
9.2. Sistema de Análisis de Peligros y Puntos de Control Crítico (APPCC) en comedores escolares
9.3. Buenas prácticas de manipulación de alimentos en el entorno escolar
9.4. Limpieza, desinfección y mantenimiento de instalaciones, equipos y utensilios
9.5. Gestión de proveedores, trazabilidad y registro documental de los procesos alimentarios

Temario

10 Estrategias para la participación activa de las familias en los programas alimentarios escolares

10.1. Fundamentación de la participación familiar en la promoción de la alimentación saludable
10.2. Diagnóstico de las necesidades, expectativas y barreras de las familias respecto a la alimentación escolar
10.3. Canales y herramientas de comunicación entre el centro educativo y las familias en materia alimentaria
10.4. Diseño de programas de formación y sensibilización dirigidos a las familias
10.5. Estructuras de participación formal: comisiones de comedor, AMPA y consejos escolares
10.6. Estrategias para garantizar la continuidad de los hábitos alimentarios saludables en el hogar
10.7. Gestión de conflictos y resistencias en el proceso de participación familiar en los programas alimentarios

Temario

11 Evaluación, seguimiento y mejora continua de los programas de alimentación escolar

11.1. Diseño del plan de evaluación del programa alimentario escolar
11.2. Indicadores de calidad nutricional y de satisfacción del servicio de alimentación
11.3. Herramientas y técnicas de recogida de datos para la evaluación del programa
11.4. Interpretación de resultados y elaboración de informes de evaluación para los agentes implicados
11.5. Mejora continua, sostenibilidad y transferencia de buenas prácticas

Titulación y certificados

Diploma de la Universidad EUNEIZ

Al aprobar todos los cuestionarios de evaluación recibes el **diploma en formato digital** de Curso de Formación Permanente, con sus 6 créditos ECTS y 150 horas.

Certificados de ICUFOR

Se descargan en PDF desde la Secretaría del campus, con un código único y QR para verificarlos.



Universidad de Vitoria-Gasteiz EUNEIZ

Proceso de matriculación

1 **Pulsa «Matricularme» en la ficha del curso**
Completa tus datos personales y de facturación.

2 **Elige la forma de pago**
Tarjeta, PayPal o transferencia bancaria.

3 **Entra en el campus y empieza**
Recibes por correo tus datos de acceso y, en cuanto se confirma el pago, tienes el temario completo. La matrícula está abierta todo el año.

Matricúlate | Más información



Métodos de pago

Pago único
El precio se abona una sola vez, sin cuotas ni renovaciones.

Seguridad
Pago online en la pasarela de Stripe o de PayPal.

Flexibilidad
Tarjeta de crédito o débito, PayPal o transferencia.

Acceso inmediato
Con tarjeta o PayPal, el campus se activa al momento.

Simplicidad
Matrícula y pago en dos pasos.

Facturación
Facturas en «Pagos y facturas» del campus.



¿Por qué elegir ICUFOR?

01

Formación accesible

Formación universitaria rigurosa y acreditada, íntegramente online y compatible con tu trabajo.

02

Calidad universitaria

Cada curso está acreditado por la Universidad EUNEIZ, con su memoria académica y sus créditos ECTS.

03

Impulso a tu carrera

Contenidos de utilidad práctica y una titulación que suma en méritos, concursos y bolsas de empleo.

04

Especialización

Cada curso trata una única temática a fondo: combínalos y construye tu propio itinerario.

05

Atención de calidad

Consultas al equipo docente por escrito o por chat, y un asesor de IA a cualquier hora.

¿Por qué elegir ICUFOR?

06

Contenidos actualizados

Los cursos se revisan periódicamente para incorporar las novedades de cada ámbito.

07

El curso, por escrito

Cada tema en tres formatos: contenido en PDF, Abstract y presentación con los aspectos clave.

08

Autónomo, pero acompañado

Tú decides tu ritmo y nuestro equipo de docentes resuelve tus dudas y orienta tu estudio.

09

Enseñanza adaptada

Sin horarios ni conexiones obligatorias: seis meses para terminar, ampliables si lo necesitas.

10

Estudio sencillo e intuitivo

Un campus virtual propio, sin instalar nada y accesible desde cualquier dispositivo.

¿Necesitas más información?

Te contamos cómo funciona el curso, los plazos y la titulación, sin compromiso.

www.icufor.com

info@icufor.com

+34 858 895 080

+34 746 044 519

Formación acreditada por Universidad de Vitoria-Gasteiz EUNEIZ

