



Simbiosis
S. Coop. Galega

Ficha técnica curso



CURSO ONLINE

Productos lácteos

Simbiosis, S. Coop. Galega



Simbiosis
S. Coop. Galega

Simbiosis, S. Coop. Galega

Polígono de Pocomaco

Parcela 1- Nave 5B

15190 - A Coruña

Teléfonos: 881 924 726

698 172 726

info@cooperativasimbiosis.com



Curso “Productos Lácteos”

Horas lectivas: 30

Modalidad: online bajo plataforma Moodle, con apoyo tutorial personalizado.



Esta actividad docente está acreditada por la **Comisión de Formación Continua de las Profesiones Sanitarias de Galicia**, con **3 créditos** de formación continuada, para Licenciados/grado en **Veterinaria**, Licenciados/grado en **Farmacia**, Licenciados en **Tecnología de los Alimentos**, Diplomados/Grado en **Nutrición Humana y Dietética**, Técnico Superior en **Dietética**, Técnico en **Farmacia y Parafarmacia**.

Esta acreditación es válida en todo el territorio nacional

Presentación

En este curso aprenderemos cada uno de los aspectos de la leche, así como sus derivados lácteos: la nata, los helados, la mantequilla, los quesos, los yogures y los postres lácteos... Conocerás los orígenes de la leche y los productos lácteos, su composición, propiedades y valor nutritivo, etc.

De interés para profesionales del mundo de la alimentación (tiendas de alimentación, distribuidores, restaurantes, industria alimentaria...) y también para profesionales de la enseñanza y profesionales sanitarios, así como para personas interesadas en aumentar sus conocimientos sobre los alimentos para poder llevar una alimentación saludable.



Objetivos

Conocer los aspectos más importantes de los diferentes tipos de leche y productos lácteos que podemos encontrar en el mercado y su utilización en la alimentación humana.

- Conocer las características nutricionales de la leche
- Conocer los tipos de leche según diferentes parámetros: tratamiento térmico, estado físico, contenidos graso..., y sus características.
- Conocer los aspectos fundamentales del etiquetado de la leche y productos lácteos.
- Diferenciación de leche y bebidas vegetales. Características en común y diferencias.
- Métodos de conservación de la leche: deshidratada, condensada, concentrada...
- Conocer los tipos de leches fermentadas, características, propiedades nutricionales y diferencias.
- Conocer los tipos de queso, características, propiedades nutricionales y diferencias. Quesos con DOP, quesos europeos, etc...
- Conocer las características, propiedades nutricionales y requerimientos del etiquetado de otros productos: nata, mantequilla, cuajada, helados...
- Características nutricionales de los lácteos: macro y micronutrientes, relación con enfermedades, frecuencias de consumo.
- Conocer la frecuencia de consumo e ingesta adecuada de lácteos según las guías alimentarias.
- Conocer las alergias e intolerancias alimentarias relacionadas con lácteos y alternativas en la alimentación.



Programa:

Módulo 1: LECHE

LECHE

- ¿Qué es la leche?
- Características y composición
- Composición de la leche

TIPOS DE LECHE

- Según el contenido graso
- Tipos de leche según el tratamiento térmico
 - Leche pasteurizada
 - Leche esterilizada
 - Leche UHT
 - Leche cruda.
- Según el estado físico
- Según otros parámetros
- Diferencias según la especie

ETIQUETADO DE LA LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS

- Marca de identificación
- Declaración del origen
- Menciones obligatorias de la leche
- Tratamientos permitidos
- Especie
- Etiquetado de la leche cruda
- Productos elaborados con leche cruda
- ETG.
- Presentación



BEBIDAS VEGETALES. No es leche.

- Composición: ¿Mejores o peores que la leche?
- Etiquetado y presentación

LECHES CONSERVADAS.

- Leche conservada parcial o totalmente deshidratada.
- Tipos de leche parcialmente deshidratada.
- Tipos de leche evaporada.
- Tipos de leche condensada.
- Tipos de leche totalmente deshidratada.
- Etiquetado.

LECHE CONCENTRADA

- Ámbito de aplicación.
- Denominaciones.
- Etiquetado.

Módulo 2: LECHES FERMENTADAS

LECHES FERMENTADAS

- ¿Qué son las leches fermentadas?

«YOGUR» O «YOGHOURT»

- Tipos de yogures
 - Según los ingredientes añadidos
 - Según la materia grasa
 - Según su estructura física
- Composición
- Valor nutritivo
- Saber diferenciarlos por su etiquetado
- No son yogures



OTRAS LECHES FERMENTADAS

- Probióticos
- Leche acidófila
- Kéfir
- Kumis
- Viili
- Skyr
- Labneh o yogures de estilo griego
- Filmjölk
- Taetmjolk
- Dahi
- Doogh

Módulo 3: QUESOS

QUESOS

- Conservación
- Maneras de cortar
- Etiquetado
 - Denominación de venta
 - Lista de ingredientes
 - Contenido de materia grasa.
- No es queso

TIPOS DE QUESOS

- Según la especie
- Según el aspecto interior
- Según la corteza
- Según la humedad
- Según el contenido de grasa sobre el extracto seco (G/ES)
- Según el tipo maduración
- Según el tipo de leche



- Según el tipo de coagulación
- Según la tecnología de fabricación
- Tecnología pasta láctica
- Tecnología pasta enzimáticas
- Tecnología pasta mixta
- Según la región de origen y calidad diferenciada

DENOMINACIONES DE CALIDAD DE QUESOS ESPAÑOLES

- Quesos con Denominación de Origen Protegida (D.O.P) de la Comunidad Autónoma de Galicia
 - Queso Arzúa-Ulloa
 - Queixo Do Cebreiro
 - Queso Tetilla
 - San Simón Da Costa
- Quesos con Denominación de Origen Protegida (D.O.P) de la Comunidad Autónoma de Asturias
 - Afuega'l Pitu
 - Queso Casín
 - Cabrales
 - Gamonedo
- Quesos con Denominación de Origen Protegida (D.O.P) de la Comunidad Autónoma de Cantabria
 - Queso Nata de Cantabria
 - Quesucos de Liébana
 - Picón-Bejes-Tresviso
- Quesos con Denominación de Origen Protegida (D.O.P) de la Comunidad País Vasco.
 - Idiazábal
- Quesos con Denominación de Origen Protegida (D.O.P) de la Comunidad de La Rioja
 - Queso Camerano
- Quesos con Denominación de Origen Protegida (D.O.P) de la Comunidad Autónoma de Navarra
 - Queso del Roncal



- Quesos con Denominación de Origen Protegida (D.O.P) de la Comunidad Autónoma de Cataluña
 - Queso de L'Alt Urgell y La Cerdanya
- Quesos con Denominación de Origen Protegida (D.O.P) de la Comunidad de Islas Baleares
 - Mahón-Menorca
- Quesos con Denominación de Origen Protegida (D.O.P) de la Comunidad de Castilla-La Mancha
 - Queso Manchego
- Quesos con Denominación de Origen Protegida (D.O.P) de la Comunidad de Castilla-León.
 - Queso Zamorano
- Quesos con Denominación de Origen Protegida (D.O.P) de la Comunidad de Murcia
 - Queso de Murcia
 - Queso de Murcia al vino
- Quesos con Denominación de Origen Protegida (D.O.P) de la Comunidad de Extremadura
 - Queso de La Serena
 - Torta del Casar
 - Queso Ibores
- Quesos con Denominación de Origen Protegida (D.O.P) de la Comunidad Autónoma de Canarias
 - Queso Majorero
 - Queso Palmero
 - Queso Flor de Guía, Media flor de Guía y Queso de Guía

QUESOS EUROPEOS

- Queso Brie
- Queso Camembert
- Queso Edam
- Queso Emmental
- Queso Gruyere
- Queso Roquefort



- Queso Mozzarella
- Queso Feta
- Queso Parmesano
- Queso Gorgonzola
- Queso Gouda
- Queso Cheddar
- Queso Raclette

Módulo 4: OTROS PRODUCTOS LÁCTEOS

QUESO FUNDIDO

QUESO CREMA

QUARK

REQUESÓN

NATA

- Tipos de nata
 - Por su origen
 - Por su composición
 - Por distintas incorporaciones
- Particularidades del etiquetado
- Nata en polvo
 - Por su origen
 - Por su composición

MANTEQUILLA

- Denominaciones de calidad
- Modelo de etiqueta



CUAJADA

- Denominaciones de venta de la cuajada

HELADOS

Módulo 5: LOS LÁCTEOS EN LA ALIMENTACIÓN HUMANA

CARACTERÍSTICAS NUTRICIONALES DE LOS LÁCTEOS

- Nutrientes más importantes: macronutrientes y micronutrientes
- ¿Son los lácteos la única fuente de calcio?
- Consumo de lácteos y relación con algunas enfermedades y las diferentes etapas de la vida

FRECUENCIA DE CONSUMO E INGESTA ADECUADA DE LÁCTEOS SEGÚN LAS GUÍAS ALIMENTARIAS

RECOMENDACIONES PARA ESCOGER UN BUEN LÁCTEO

ALERGIAS E INTOLERANCIAS

- Intolerancia a la lactosa
- Alternativas vegetales
- Alergia a la proteína de la leche de vaca

CONSEJOS PRÁCTICOS

DATOS Y CURIOSIDADES

LECHE A2



Docentes

Inés Carreira Fernández

ines.carreira@cooperativasimbiosis.com

- Licenciada en Veterinaria (USC)
- Máster en Gestión Integrada en Empresas del Sector Alimentario (Calidad, Medioambiente y Seguridad Alimentaria)
- Máster en Gestión Ambiental, Auditorías y Gestión Municipal
- Máster en Nutrición Humana (Universidad de Barcelona)

Ana M^a Chas Barba

ana.chas@cooperativasimbiosis.com

- Licenciada en Veterinaria (USC)
- Máster en Garantía de Calidad en Industrias del Sector Alimentario (San Pablo CEU)

Iria González Fraga

nutricion@cooperativasimbiosis.com

- Grado en Nutrición Humana y Dietética.
- Máster Universitario en Condicionantes Genéticos, Nutricionales y Ambientales del Crecimiento y Desarrollo



Quienes somos

Simbiosis, S. Coop. Galega somos una cooperativa de trabajo asociado que impartimos formación tanto a empresas como a particulares interesados en temas de alimentación, calidad y seguridad alimentaria, sanidad, medioambiente, sostenibilidad...

Desde **Simbiosis** apostamos por la formación, continua y de calidad, por eso nos actualizamos continuamente y buscamos colaboraciones o simbiosis con quienes trabajan e investigan en este sector.

Cursos acreditados por el Sistema Nacional de Salud: En **Simbiosis, S. Coop. Galega** impartimos cursos acreditados por la Comisión de Formación Continuada del Sistema Nacional de Salud (SNS) para las profesiones sanitarias.

Nuestros avales

- **Simbiosis, S. Coop. Galega** está inscrita en el Registro de Cooperativas de provincia de A Coruña con el nº 1429-C.
- **Simbiosis, S. Coop. Galega** está acreditada e inscrita en el Registro de entidades para la formación programada por las empresas a través de la Formación Tripartita para el empleo. Es una entidad organizadora y formadora.
- **Simbiosis, S. Coop. Galega** es entidad proveedora de actividades de formación continua acreditadas por el Sistema Nacional de Salud.

Contacto

Información general: info@cooperativasimbiosis.com

Información curso: formacion@cooperativasimbiosis.com

