









Nutrición y Estrategias <mark>basadas en Evidencia</mark>



La nutrición clínica es una herramienta esencial en la prevención, el tratamiento y el manejo de múltiples enfermedades. Este curso se desarrolla desde una visión práctica y actualizada sobre cómo aplicar la nutrición de forma terapéutica en distintos contextos clínicos, proporcionando criterios sólidos para la toma de decisiones y el acompañamiento del paciente.

Tras revisar los fundamentos nutricionales y la evaluación del estado nutricional, el programa profundiza en la intervención dietética en patologías metabólicas, cardiovasculares, gastrointestinales, oncológicas y otras enfermedades crónicas. Se abordan estrategias específicas para diabetes, dislipidemias, síndrome metabólico, enfermedad celíaca, intestino irritable, cáncer y afecciones hepáticas y renales, integrando recomendaciones basadas en evidencia y adaptaciones dietéticas concretas. El curso incorpora además un módulo dedicado a la investigación y a las tendencias actuales en nutrición, abordando metodologías de estudio, análisis crítico de la evidencia, nutrición personalizada, genómica nutricional y el papel de las nuevas corrientes dietéticas en la práctica clínica.

Una formación diseñada para profesionales que buscan actualizarse y aplicar la nutrición como una herramienta terapéutica efectiva, segura y basada en ciencia sólida.

Objetivos del curso

Al finalizar este curso, los participantes serán capaces de:

- Diagnosticar y evaluar el estado nutricional en pacientes con enfermedades metabólicas, cardiovasculares y crónicas.
- Aplicar estrategias dietéticas para enfermedades específicas.
- Diseñar intervenciones personalizadas, y manejar soporte nutricional en pacientes complejos.
- Interpretar investigación científica en nutrición.
- Analizar las nuevas tendencias dietéticas y tecnológicas.

Metodología del curso

El curso combina sesiones pregrabadas de aproximadamente 40 minutos cada una con recursos complementarios para maximizar el aprendizaje:

- Videoclases: Cada módulo incluye clases grabadas con contenido didáctico y actualizaciones científicas.
- Lecturas y recursos adicionales: Artículos científicos, guías prácticas y estudios de caso.
- Actividades evaluativas: Resolución de casos clínicos y autoevaluaciones para consolidar los conocimientos adquiridos.



MÓDULO 1: Fundamentos de la Nutrición

Capítulo 1: Fundamentos de la Nutrición

- Definición y objetivos de la nutrición.
- Macronutrientes: carbohidratos, proteínas y grasas.
 - Fuentes alimentarias.
 - Funciones en el organismo.
 - Requerimientos diarios.

Capítulo 2: Vitaminas y Minerales

- Vitaminas y minerales esenciales.
 - Tipos de vitaminas: liposolubles e hidrosolubles.
 - Principales minerales y sus funciones.
- Antioxidantes y fitoquímicos.

Capítulo 3: Alimentación y Salud a lo Largo de la Vida.

Evaluación del Estado Nutricional y Guías Alimentarias

- Conceptos básicos de una dieta equilibrada.
- Etapas de la vida y necesidades nutricionales.
 - o Infancia, adolescencia, adultez y vejez.
- Factores que influyen en las necesidades nutricionales.
- Métodos de evaluación del estado nutricional.
- Índice de Masa Corporal (IMC).
- Perímetros corporales y análisis de composición corporal.
- Interpretación de guías alimentarias globales.

MÓDULO 2: Nutrición Clínica y Terapéutica

Capítulo 1: Introducción a la Nutrición Clínica y Nutrición en Enfermedades Metabólicas y Cardiovasculares

- Rol del nutricionista en el ámbito clínico.
- Principios de la terapia nutricional.
- Evaluación del estado nutricional en pacientes.
- Diabetes mellitus: tipos y manejo nutricional.
- Dislipidemias y enfermedades cardiovasculares.
- Intervenciones dietéticas específicas.

Capítulo 2: Nutrición en Enfermedades Gastrointestinales

- Trastornos digestivos comunes.
 - o Enfermedad celíaca.
 - o Síndrome del intestino irritable.
- · Adaptaciones dietéticas y recomendaciones.



Capítulo 3: Nutrición en el Cáncer y Otras Enfermedades Crónicas

- Nutrición y prevención del cáncer.
- Soporte nutricional durante el tratamiento oncológico.
- Dietas especializadas para enfermedades renales y hepáticas.

MÓDULO 6: Investigación y Tendencias Actuales en Nutrición

Capítulo 1: Metodología de la Investigación en Nutrición

- Tipos de estudios en nutrición.
- Interpretación de estudios científicos.
- Evaluación crítica de la investigación.

Capítulo 2: Tendencias Emergentes en Nutrición.

- Dietas populares y su evidencia científica.
 - o Dieta cetogénica.
 - o Ayuno intermitente.
- Nutrición de precisión
- Nutrición personalizada y genómica nutricional

Capítulo 3: Futuro de la Nutrición y la Salud Pública

- Innovaciones en alimentos funcionales y suplementos.
- Políticas públicas y su impacto en la nutrición.
- Desafíos en el campo de la nutrición.

Nutrición y Estrategias basadas en Evidencia