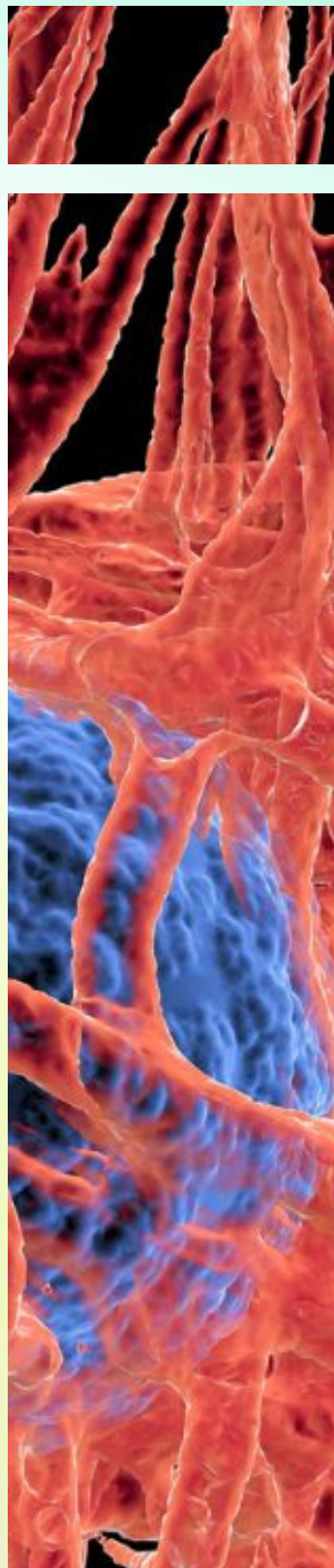
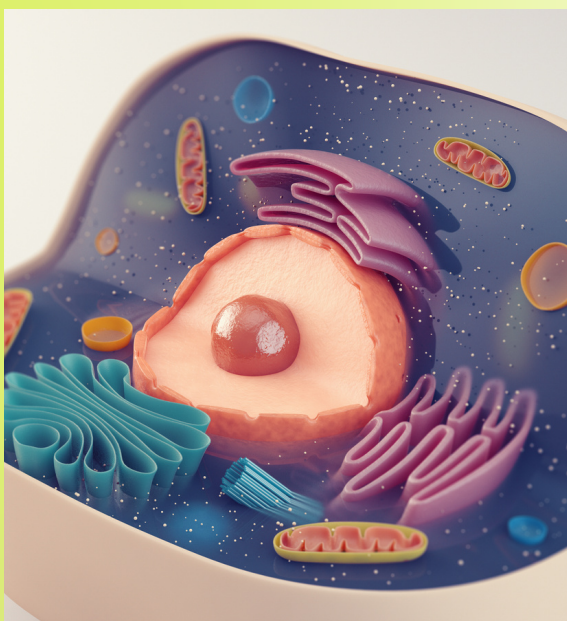




SALUD CELULAR Y CARDIOMETABÓLICA

**Estrés Oxidativo,
Inflamación y
Cardiometabolismo**

Este curso ofrece una visión integral de los procesos biológicos que subyacen al daño celular y a las alteraciones cardiometabólicas, analizando de forma clara cómo el estrés oxidativo, la inflamación de bajo grado y los desequilibrios metabólicos impactan en la salud global del paciente.

A partir de los fundamentos de la micronutrición, incluyendo vitaminas, minerales, deficiencias marginales e interacciones relevantes, el programa profundiza en los mecanismos que generan radicales libres, en los sistemas antioxidantes del organismo y en el papel del equilibrio ácido-base en la función celular.

El contenido avanza hacia la comprensión de los procesos inflamatorios, el papel de los ácidos grasos, la respuesta metabólica y su relación con patologías como el síndrome metabólico, la resistencia a la insulina y el riesgo cardiovascular.

A lo largo del curso, el profesional adquiere criterios clínicos y herramientas aplicables para identificar disfunciones, interpretar marcadores biomédicos y emplear estrategias basadas en micronutrientes y hábitos de vida que contribuyan a optimizar la salud celular y cardiometabólica del paciente.

Una formación diseñada para integrar ciencia, clínica y prevención en el abordaje actual de los procesos inflamatorios y metabólicos.

Objetivos del curso

Al finalizar este curso, los participantes serán capaces de:

- Reconocer los mecanismos bioquímicos.
- Comprender el papel de la nutrición celular en la modulación del daño celular.
- Evaluar el impacto clínico de los desequilibrios ácido-base y ácidos grasos.
- Conocer estrategias de intervención nutricional enfocadas a patologías cardiometabólicas.
- Interpretar signos clínicos y pruebas con procesos de oxidación e inflamación.

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: Bases de la Micronutrición

Capítulo 1: Bases de la micronutrición

- Definición y objetivos de la disciplina micronutricional.
- Alteraciones orgánicas y funcionales.
- Mediciones alteraciones

Capítulo 2: Deficiencias Marginales y Evidencia Científica

- Subcarencias y deficiencias
- Causas
- Depleciones
- Evidencias científicas

Capítulo 3: Vitaminas para un Funcionamiento Celular Óptimo

- Micronutrientes Vitaminas
 - Hidrosolubles
 - Liposolubles

Capítulo 4: Minerales para un Funcionamiento Celular Óptimo

- Minerales y su fisiología
 - Funciones
 - Fuentes y medición
 - Ingestas
 - Deficiencias y carencias
 - Suplementación indicaciones

MÓDULO 2: Usos de la Micronutrición

Capítulo 1: Una Herramienta en la práctica diaria

- Historia Clínica
- Cuestionarios complementarios.
- Guías micronutrientes
- Consecuencias deficiencias subclínicas

Capítulo 2: Interacciones Fármaco - Nutriente

- Interacciones farmacocinéticas: metabolismo y enfermedades crónicas.
- Interacciones fármaco - nutrientes, y fármaco - plantas medicinales.
- Recursos para la comprobación de interacciones.

Capítulo 3: Tipo de Dieta y Enfermedades Crónicas

- Tipos de dietas y marcadores.
- Análisis de los cambios en la alimentación moderna.
- Deficiencias Micronutricionales

MÓDULO 3: Equilibrio Ácido Base e Inflamación: micronutrición

Capítulo 1: Radicales libres y estrés oxidativo

- Radicales libres: fisiopatología
- Estrés oxidativo: efectos y patologías
- Procesos de glicación
- Lucha antioxidante: medición y micronutrientes

Capítulo 2: Ácidos grasos

- Bioquímica: química orgánica
- Funciones ácidos grasos
- Micronutrición y ácidos grasos
- Usos prácticos: acción de la micronutrición

Capítulo 3: Equilibrio Ácido base

- Definición, fisiología y pH
- Transtornos del equilibrio ácido básico
- Equilibrio ácido básico y PRAL
- Diagnóstico de la acidosis metabólica de bajo grado
- Micronutrición para la acidosis metabólica de bajo grado

Capítulo 4: Inflamación

- Mecanismos bioquímicos y causas
- Inflamación y micronutrición
- Ácidos grasos e inflamación
- Polifenoles e inflamación

MÓDULO 4: Salud Cardiovascular

Capítulo 1: Cardiovascular: generalidades y factores de riesgo

- Repaso anatómico y fisiológico
- Factores de riesgo cardiovascular
- Micronutrición cardioprotectora

Capítulo 2: Síndrome metabólico y resistencia a la insulina

- Definición y consenso del síndrome metabólico
- Causas, factores de riesgo y tratamiento micronutricional en síndrome metabólico
- Insulinorresistencia : causas, nutrición y micronutrición

Capítulo 3: Riesgo metabólico: tejido adiposo, inflamación y obesidad

- Factores y clasificación del riesgo cardiometabólico
- Marcadores de riesgo cardiometabólico: recomendaciones
- Tejido adiposo, inflamación y obesidad
- Tratamiento

Estrés Oxidativo, Inflamación y Cardiometabolismo

@aisaludintegrativa
