

Curso virtual

Alimentación en adultos con enfermedades no transmisibles

15.ª edición

Programa general

Del 14 de agosto al
22 de octubre de 2024



Curso virtual: Alimentación en adultos con enfermedades no transmisibles

Programa general

I. INTRODUCCION

Es bien reconocido que las enfermedades no transmisibles -ENT- dentro de las que se enmarcan el sobrepeso, la obesidad, la diabetes, la insuficiencia renal crónica, las dislipidemias y la hipertensión, tienen un componente de alimentación muy importante. No sólo en la promoción y prevención, sino también en el tratamiento de estos padecimientos con el fin de evitar la aparición temprana de complicaciones.

La alimentación debe ser valorada como una de las primeras opciones en la terapia que se ofrezca a las personas que presentan este tipo de patologías, sin embargo, resulta necesario desarrollar estrategias educativas que mejoren la adherencia al tratamiento ya que los cambios en el estilo de vida que incluyen no sólo alimentación si no también actividad física y salud mental, por más sencillos que parezcan son difíciles de implementar y muchas veces el paciente no tiene un acompañamiento debido, ni una red de apoyo familiar y social que facilite el cambio de hábitos.

Es importante que el profesional de salud conozca los lineamientos nutricionales del tratamiento del paciente con enfermedades no transmisibles, aunque no sea su área de especialidad en el equipo de atención, debe brindarse un tratamiento integral y herramientas efectivas para cambios en el estilo de vida que tengan un impacto en la evolución de las ENT.

En este curso se introducirá sobre la epidemiología, y factores de riesgo de las ENT. Se abordarán generalidades de la enfermedad, guías actualizadas sobre el manejo médico-nutricional y se revisarán los principales nutrientes que deben ser tomados en cuenta en la alimentación de personas que estén diagnosticadas con las principales enfermedades no transmisibles.

II. PROPÓSITO DEL CURSO

El propósito del curso es que el profesional de salud tenga la capacidad de identificar, evaluar y diseñar lineamientos generales y efectivos sobre la alimentación para modificar los factores de riesgo biológicos presentes en individuos que padecen alguna de las enfermedades no transmisibles de mayor prevalencia, con el fin de contribuir a mejorar la calidad de vida de estas personas.



III. DIRIGIDO

Este curso está dirigido a médicos, nutricionistas, enfermeras, estudiantes de último año de licenciatura de las carreras mencionadas u otros profesionales de salud interesados en fortalecerse y actualizarse en la temática.

IV. DESCRIPCION DEL CURSO

El curso está conformado por seis módulos que serán revisados en el transcurso de diez semanas, tiempo durante el cual se presentan diferentes actividades orientadas a proporcionar lineamientos generales para el manejo efectivo de pacientes con sobrepeso y obesidad, haciendo referencia los nutrientes que tienen mayor impacto en la alimentación, que se emplea en personas diagnosticadas con las patologías anteriormente mencionadas, así como los fundamentos básicos de algunas estrategias que se han desarrollado.

El objetivo es hacer una revisión de la evidencia que le permita al profesional en salud orientar apropiadamente las recomendaciones que ofrece a sus pacientes, establecer estrategias para apoyar la educación en alimentación y nutrición y fortalecer el trabajo multidisciplinario para el abordaje de estas enfermedades.

Los contenidos temáticos del curso están estructurados en seis módulos didácticos que abordan los siguientes temas:

Temas	Descripción
Inducción (1 semana)	Consistirá en las orientaciones generales para el uso efectivo de las herramientas del aula virtual del INCAP, como opciones de consulta, carga y descarga de documentos, además utilización efectiva de las salas virtuales.
Tema 1: Epidemiología y factores de riesgo de ENT (1 semana)	Para iniciar, se revisarán datos epidemiológicos y repercusiones de impacto de las ENT en la región, también se abordarán los factores de riesgo individuales y colectivos, y los principales determinantes que las condicionan.
Tema 2: Sobrepeso y Obesidad (2 semanas)	Se presentarán los lineamientos generales para el manejo efectivo de pacientes con sobrepeso y obesidad, haciendo referencia a los nutrientes más importantes en el manejo del sobrepeso y obesidad, y se revisarán las estrategias dietéticas sobre su abordaje nutricional. Se discutirán dietas heterodoxas o falaces, y su evidencia clínica. Se llevará a cabo un ejercicio de panel en donde se tendrá la oportunidad de analizar los diferentes tipos de dietas, su evidencia clínica, efectividad y aspectos limitantes.



Temas	Descripción
Tema 3: Dislipidemias (1 semana)	<p>Se identificarán los nutrientes más importantes para el tratamiento alimentario de las diferentes dislipidemias, tomando en cuenta factores promotores y factores beneficiosos (colesterol, ácidos grasos saturados, ácidos grasos trans, ácidos grasos monoinsaturados, polinsaturados, fibra, azúcar y consumo de alcohol). Se desarrollará un caso clínico que busca aplicar conocimiento sobre nutrientes para el manejo de dislipidemias.</p>
Tema 4: Hipertensión arterial (1 semanas)	<p>Abordará aspectos generales y los factores dietéticos involucrados en el manejo de la hipertensión arterial. Se revisarán las guías actuales de manejo y los nutrientes relacionados con los patrones de dietas actuales (Dieta DASH), como sodio, potasio, fibra y consumo de alcohol. Para este propósito se analizará temas en relación con este patrón de alimentación.</p>
Tema 5: Diabetes tipo 2 (2 semanas)	<p>Se analizará el tratamiento dietético del paciente con diabetes tipo 2, se estudiarán los criterios diagnósticos, la clasificación y aspectos para su tratamiento integral. Se revisarán las guías actuales de manejo y los nutrientes relacionados para un mejor control glicémico (conteo y consumo de porciones de carbohidratos, el índice glicémico de los alimentos, patrones de alimentación, recomendación de consumo de ácidos grasos, etc.). Se desarrollará una herramienta educativa con lo cual se busca sintetizar los aspectos más necesarios para evaluar su propio riesgo de diabetes.</p>
Tema 6: Insuficiencia Renal Crónica (2 semana)	<p>Se revisarán las guías actuales para el manejo médico nutricional incluyendo los criterios para la clasificación de la enfermedad renal crónica en adultos, además, se identificarán los nutrientes críticos y estrategias para la alimentación adecuada según el estadio de la enfermedad. Para aplicar la temática se analizarán casos de manera que se apliquen los protocolos de atención de acuerdo con el estadio de la enfermedad renal y condiciones propias del paciente.</p>

U. METODOLOGÍA

La modalidad del curso es 100% virtual e interactivo con un modelo educativo basado en los principios de la educación de adultos que favorecen la participación, el análisis crítico de la información y casos.

El curso se implementará en el [Aula virtual del INCAP](#), haciendo uso de recursos y herramientas del internet. Como parte de las actividades de enseñanza aprendizaje se



realizarán conferencias virtuales y para consolidar el nuevo conocimiento se realizarán diferentes actividades de análisis y ejercicios prácticos.

Durante el proceso educativo se contará con el acompañamiento tutorial de un profesional con experiencia en la temática, que orientarán, motivarán y promoverán la asociación del nuevo conocimiento para aplicación en su entorno laboral.

La tutoría consistirá en brindar acompañamiento, ofrecer la orientación para el acceso y manejo operativo del Aula Virtual y uso de herramientas, así como orientar el fortalecimiento técnico en las temáticas, resolver dudas y brindar realimentación sobre los resultados obtenidos en las actividades de aprendizaje de manera oportuna y permanente. Además, de promover el logro de los objetivos planteados.

VI. EVALUACIÓN

La aprobación del curso requiere la acumulación mínima de 70.0 puntos que el participante irá acumulando con la entrega y realización de diferentes actividades de aprendizaje programadas, así como las evaluaciones inicial y final.

Actividad	Punteo asignado
Prueba Inicial	Requisito
Tema 1	10.0
Tema 2	15.0
Tema 3	15.0
Tema 4	15.0
Tema 5	15.0
Tema 6	15.0
Prueba final	15.0
Total	100.0

