

Programa de especialización:
**Abordaje nutricional interdisciplinario de
las enfermedades crónicas no transmisibles en adultos**

Curso

Abordaje nutricional de la obesidad en el paciente adulto



Programa general



Programa de especialización:
**Abordaje nutricional interdisciplinario de
las enfermedades crónicas no transmisibles en adultos**

Curso
“Abordaje nutricional de la obesidad en el paciente adulto”

PROGRAMA GENERAL

I. Introducción

La relación del sobrepeso y la obesidad con la salud ha sido ampliamente documentada, se reconoce que el exceso de grasa corporal es negativo para mantener la salud del organismo pues provoca alteraciones en la función orgánica y genera cambios que desencadenan en enfermedades y complicaciones, especialmente se ha asociado a enfermedades crónicas no transmisibles.

Aunque se reconoce la multicausalidad, entre los hábitos negativos que principalmente se asocian con el sobrepeso y la obesidad destacan una alimentación inadecuada y un estilo de vida sedentario, aunque también se identifican factores genéticos involucrados en su etiología, así como factores socioeconómicos y falta de capacidad de autocuidado de la salud y la nutrición, entre otros, evidenciando la complejidad para plantear su prevención y atención efectiva¹.

Actualmente, se continúan experimentando transformaciones críticas con el aumento del sobrepeso y la obesidad en la población, de acuerdo con la Organización Mundial de la Salud en 2022, una de cada ocho personas en el mundo vivían con obesidad. Así mismo, se reconoce que la obesidad provocó cinco millones de defunciones por enfermedades crónicas no transmisibles (ENT)².

En Centroamérica y República Dominicana la situación es similar, en los últimos 20 años se ha experimentado un aumento alarmante de la prevalencia del sobrepeso y la obesidad, se estima que afecta a 53.9% de hombres y 60.8% de mujeres. Las enfermedades crónicas no transmisibles relacionadas con la alimentación se han convertido en la causa principal de muerte y discapacidad³.

¹ Departamento de Enfermedades Crónicas y Nutrición, INCAP. 2023. Estrategia institucional para la prevención y control de las enfermedades no-transmisibles relacionadas a la alimentación (ENT-RA) en Centroamérica y República Dominicana. INCAP 2023-2032

<https://www.incap.int/ciipec/index.php/es/doctos-tecnicos/553-estrategia-institucional-para-la-prevencion-y-control-de-las-enfermedades-no-transmisibles-relacionadas-a-la-alimentacion-ent-ra-en-centroamerica-y-republica-dominicana-incap-2023-2032/file>

² Organización Mundial de la Salud. 2024. Sobrepeso y obesidad. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>

³ Kroker-Lobos, M. Costo de la atención de las enfermedades no transmisibles relacionadas con la alimentación y su impacto económico en el sistema de salud y capital humano en Centroamérica y República Dominicana. 2024

https://www.sica.int/documentos/revista-salud-regional-alimentacion-saludable-septima-edicion_1_134165.html

Los desafíos que plantea la epidemia de la obesidad y los estilos de vida no saludables exigen replantear prioridades en los equipos de salud de manera que planifiquen y desarrollen acciones preventivas y propicien el abordaje integral con enfoque interdisciplinario que según las nuevas evidencias han demostrado mayor impacto en su efectividad⁴.

Es necesario priorizar la detección y la atención clínica y ambulatoria de pacientes que viven con sobrepeso y obesidad, y considerar la intervención nutricional como una parte esencial de la atención integral en salud. Además, se recomienda abordarlos con la misma gravedad que cualquier enfermedad, con acceso adecuado a opciones de tratamiento y apoyo para asegurar la calidad de vida e incluso la supervivencia.

El curso **“Abordaje nutricional de la obesidad en el paciente adulto”** brinda el marco para la intervención con enfoque interdisciplinario del sobrepeso y la obesidad en pacientes adultos puntualizando en recomendaciones y pautas nutricionales para la evaluación, intervención y monitoreo efectivo.

II. Competencia

Fortalecer competencias para determinar factores de riesgo del sobrepeso y la obesidad en adultos y proponer el abordaje nutricional con enfoque interdisciplinario puntualizando en acciones de evaluación, intervención y monitoreo, así como promover la adopción de patrones de alimentación saludables y prácticas protectoras para su prevención, manejo y control, además de fomentar la calidad de vida.

III. Metodología

La modalidad del curso es 100% virtual aplicando un modelo educativo basado en la educación para adultos de aprendizaje por competencias que favorece la participación activa, el análisis crítico de información y la construcción colaborativa de aprendizaje a partir de la resolución de la actividad integradora.

Los participantes contarán con el apoyo de un tutor virtual quien brindará acompañamiento durante todo el curso, orientará el aprendizaje, facilitará el uso de herramientas en línea y guiará el fortalecimiento de competencias y el logro de objetivos planteados.

Si bien todos los contenidos temáticos del curso se encontrarán disponibles de manera permanente cada participante es responsable de organizar su tiempo para cumplir con el estudio de cada unidad según el calendario definido.

Se dispondrán de recursos básicos que consolidan la información técnica más significativa que el participante deberá estudiar, además se pone a disposición lecturas complementarias como sugeridas para profundizar en los temas o de referencia para la realización de las actividades prácticas.

⁴ Luna-Fuentes. 2024. Manejo integral de la obesidad. https://www.sica.int/documentos/revista-salud-regional-alimentacion-saludable-septima-edicion_1_134165.html

La actividad integradora consiste en un ejercicio de aplicación que los participantes deberán desarrollar conforme avancen en el estudio de los contenidos. Para esto, se ha habilitado un espacio en el Aula Virtual con un foro en el que podrá exponer sus inquietudes, compartir hallazgos y debatir sobre temas relacionados a la resolución.

Eventualmente, se publicarán convocatorias para participar en conferencias impartidas por expertos y encuentros sincrónicos en los que podrá comentar e ir aclarando sus dudas junto con su tutor y otros participantes.

IV. Contenidos

A continuación, se describe el abordaje temático del curso:

Unidad didáctica	Temas	Descripción
Unidad 1: Epidemiología y factores de riesgo del sobrepeso y la obesidad (2 semana)	<ul style="list-style-type: none"> • Epidemiología del sobrepeso y la obesidad • Factores de riesgo • Ambientes y sistemas alimentarios promotores de obesidad 	<p>Tiene como propósito analizar el panorama de la situación del sobrepeso y la obesidad en la Región, identificar los principales factores de riesgo asociados con la alimentación y los estilos de vida en adultos, así mismo, describir las consecuencias en la salud, el bienestar y su asociación con las enfermedades crónicas no transmisibles reconociendo desafíos para su abordaje interdisciplinario.</p> <p>Aborda la relación entre los sistemas y ambientes alimentarios como promotores del sobrepeso y la obesidad, con lo cual se espera profundizar en procesos y estructuras que intervienen en los patrones de alimentación.</p>
Unidad 2: Trastornos fisiopatológicos del sobrepeso y la obesidad (2 semanas)	<ul style="list-style-type: none"> • Fisiopatología de la enfermedad • Alteraciones en la alimentación • Trastornos hormonales • Obesidad y microbiota • Relación del sobrepeso y la obesidad con las ENT 	<p>Describe trastornos y cambios orgánicos, metabólicos y funcionales asociados al sobrepeso y la obesidad en adultos. Se identifican efectos comunes en órganos, tejidos y en el deterioro de la calidad de vida. Se analiza la asociación entre el sobrepeso y la obesidad con comorbilidades enfatizando en enfermedades crónicas no transmisibles relacionadas con la alimentación. Finalmente, se busca llevar a la reflexión sobre los desafíos que enfrentan los profesionales de la salud y las oportunidades para promover el abordaje interdisciplinario.</p>
Unidad 3: Evaluación del estado nutricional (2 semanas)	<ul style="list-style-type: none"> • Indicadores nutricionales ABCDE • Clasificación del sobrepeso y la obesidad • Obesidad sarcopenica 	<p>Brinda recomendaciones para la evaluación nutricional del paciente adulto que vive con sobrepeso y obesidad puntualizando en lo más significativo de la evaluación antropométrica, bioquímica, clínica, dietética y lo relacionado con el estilo de vida. Además, se orienta sobre la detección de signos clínicos e indicadores nutricionales que han demostrado efectividad para la categorización del sobrepeso y la obesidad, así como en la identificación de problemas nutricionales y comorbilidades.</p>

Unidad didáctica	Temas	Descripción
Unidad 4: Intervenciones nutricionales del sobrepeso y obesidad (2 semanas)	<ul style="list-style-type: none"> Abordaje integral del paciente con sobrepeso y obesidad Intervenciones nutricionales Patrones de alimentación Dietas falaces Farmacoterapia Cirugía bariátrica Actividad física y estilo de vida saludable 	Brinda lineamientos y pautas para el manejo nutricional del sobrepeso y la obesidad en adultos a partir de la priorización de estrategias interdisciplinarias centradas en el paciente según sus necesidades y condiciones específicas. Se orienta sobre la ejecución del plan de atención nutricional con colaboración interdisciplinaria priorizando el establecimiento de metas, alternativas de atención integral e identificación de acciones para monitorear efectivamente el progreso del paciente.
Tema transversal: Herramientas para el cambio del comportamiento	<ul style="list-style-type: none"> Comportamiento alimentario en la enfermedad Medición del comportamiento alimentario Modificación del comportamiento alimentario Estrategias para promover el cambio de comportamiento 	Identifica y describe habilidades básicas del equipo interdisciplinario para estimular y apoyar cambios progresivos en la adopción o mantenimiento de conductas saludables en los pacientes adultos, presentando instrumentos y herramientas que han demostrado efectividad en la modificación del comportamiento alimentario.

Taller: Búsqueda sistemática de información (1 semana)

V. Duración

El curso tiene una duración de nueve semanas y se estima la inversión entre 10 -12 horas de estudio semanales. Iniciando el 13 de mayo y finalizando el 14 de julio del 2026.

VI. Tutoría

La tutoría consistirá en guiar el proceso de enseñanza aprendizaje, brindando acompañamiento técnico y asistencia para el uso de herramientas tecnológicas del aula virtual.

Cada participante contará con el acompañamiento de un tutor con experiencia en la temática, cuyas funciones son:

- Orientar el acceso y manejo operativo del Aula Virtual y el uso de sus herramientas.
- Clarificar contenidos y actividades de aprendizaje incluidas en el programa educativo.
- Promover el logro de los objetivos y competencias planteadas.
- Identificar carencias conceptuales e informar progresos en el estudio del curso.
- Calificar y realimentar los resultados obtenidos en las actividades de aprendizaje de manera oportuna y permanente.

- Mantener el canal de comunicación abierto, motivando e incentivando la asimilación y adopción del nuevo aprendizaje.
- Brindar acompañamiento permanente en el curso.

VII. Evaluación

La aprobación del curso requiere la acumulación mínima de 70.0 puntos que el participante irá acumulando con la entrega y la participación en diferentes actividades de aprendizaje programadas, evaluación inicial y final, además de cumplir con los requisitos establecidos para el curso.

VIII. Requisitos de participación

Los interesados en participar deben cumplir con los siguientes para lograr una participación efectiva:

- Ser profesional de salud médico, licenciado en enfermería, nutricionista u otra carrera de salud afín interesado en fortalecerse en la temática.
- Deseable contar con experiencia e interés en la atención de adultos con enfermedades crónicas no transmisibles.
- Haber completado el proceso de inscripción en el programa de especialización.
- Disponibilidad de tiempo para dedicar 10 horas semanales de estudio y participar en actividades sincrónicas.
- Compromiso para participar en actividades individuales y grupales.
- Deseable contar con habilidades para uso de buscadores y bases de datos para acceso a evidencia científica.
- Deseable tener conocimiento de idioma inglés para lectura de documentos técnicos.

Requisitos tecnológicos:

- Contar con computadora y acceso a internet estable y confiable para acceder a las actividades del curso con una velocidad mínima de internet de 512 MB.
- Conocimiento básico del sistema operativo de su computadora (Windows 7 o el sistema OS 9 para MAC).
- Conocimientos básicos de software y otras utilidades como lo son:
 - Programas de computación que manejan documentos de texto, hojas de cálculo y presentaciones de diapositivas.
 - Correo electrónico.
 - Internet y buscadores.
 - Zoom.