

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

Curso

Alimentación en adultos con enfermedades crónicas no transmisibles II



Programa general



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

Curso
**“Alimentación en adultos con
enfermedades crónicas no transmisibles II”**

PROGRAMA GENERAL

I. Introducción

Si bien la etiología es compleja, muchas Enfermedades Crónicas No Transmisibles -ENT- se pueden prevenir mediante prácticas que incluyan la adopción de patrones alimentarios saludables, la actividad física y el mantenimiento de un peso adecuado. Partiendo que los patrones alimentarios saludables se caracterizan por dietas ricas en frutas, verduras, cereales integrales, productos lácteos bajos en grasa y descremados, y proteínas magras¹.

Un estilo de vida inadecuado se ha asociado principalmente a tres problemas físicos graves: presión arterial alta (hipertensión), nivel alto de azúcar en sangre (diabetes) y niveles altos en grasas (hiperlipidemia). Estos son los factores de riesgo más importantes de infarto y accidente cerebrovascular². Aunque se deberá tener en cuenta que, en términos de muertes atribuibles, el principal factor de riesgo metabólico es la presión arterial elevada, seguido por el sobrepeso y la obesidad y glucosa sanguínea elevada³.

Según la Organización Panamericana de la Salud -OPS- las enfermedades cardiovasculares constituyen la mayoría de las muertes por ENT (17,9 millones cada año), seguidas del cáncer (9,0 millones), las enfermedades respiratorias (3,9 millones) y la diabetes (1,6 millones), a nivel mundial.

En la Región centroamericana siete de cada diez muertes y 80% de los años de vida que se pierden fueron por muerte prematura y discapacidad asociados a una ENT relacionada con la alimentación⁴. Además, estas ocupan el primer lugar en las tasas de mortalidad, particularmente las enfermedades cardiovasculares (ECV)⁵

Frente a este escenario desafiante y en constante crecimiento, es fundamental que el personal de salud fortalezca sus competencias para ofrecer una atención integral a las personas que viven con ENT. Asimismo, es crucial que asuman un rol de liderazgo en la atención efectiva, abarcando el cuidado integral: desde la promoción de la salud y la prevención, hasta la detección oportuna, el tratamiento, la rehabilitación y los cuidados

¹ Neuhouser ML. The importance of healthy dietary patterns in chronic disease prevention. Nutr Res. 2019 Oct;70:3-6. doi: 10.1016/j.nutres.2018.06.002. Epub 2018 Jul 10. PMID: 30077352; PMCID: PMC6328339.

² Organización Mundial de la Salud (OMS). 2005. Avoiding Heart Attacks and Strokes

³ Organización Panamericana de la Salud. Enfermedades no transmisibles. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/enfermedades-no-transmisibles>

⁴ 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

⁵ INCAP. 2014. Estrategia para la prevención del sobrepeso y obesidad en la niñez y adolescencia de Centroamérica y República Dominicana.

paliativos con enfoque interdisciplinario en que cada profesional de la salud aporta a mejorar la calidad del abordaje y contribuye a prevenir el deterioro y malnutrición del paciente,

El **Curso “Alimentación en adultos con enfermedades crónicas no transmisibles II”** aborda el marco para la intervención nutricional interdisciplinaria de dislipidemias, hipertensión arterial, accidente cerebro vascular y cáncer, analizando recomendaciones de alimentación y estilo de vida, así como las pautas para la evaluación nutricional, intervención nutricional y monitoreo efectivo.

II. Competencia

Fortalecer competencias para la atención integral de pacientes con enfermedades crónicas no transmisibles recurrentes, dislipidemias, hipertensión arterial, accidente cerebro vascular y cáncer enfatizando en intervenciones integrales orientadas a la priorización de riesgos, problemas nutricionales y a la aplicación de estrategias para mejorar la calidad de vida, prevenir complicaciones y recuperar el deterioro nutricional.

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 una actividad integradora.

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.

La actividad integradora consistirá 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 podrán 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 se organizarán encuentros sincrónicos en los que podrá comentar e ir aclarando sus dudas junto con su tutor y otros participantes.

Se 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.

IV. Duración

El curso tiene una duración de una semana de inducción y ocho semanas de estudio de contenidos; se estima la inversión entre 10 -12 horas de estudio semanales. Iniciando el 14 de octubre y finalizando el 15 de diciembre del 2026.

V. Contenidos

A continuación, se describe el abordaje temático del curso:

Unidad didáctica	Temas	Descripción
Unidad 1: Dislipidemias	Nutrientes y estrategias importantes para el tratamiento alimentario y nutricional: • Colesterol • Grasa saturada • Grasa trans • Grasas mono/poli • Fibra • Azúcar • Alcohol • Patrón de dieta mediterránea	Se analizan los factores de riesgo, la evidencia científica y los lineamientos actuales para el abordaje nutricional de las dislipidemias, las cuales se caracterizan por niveles elevados de colesterol o lípidos en sangre. Esta condición incrementa el riesgo de obstrucción arterial (aterosclerosis), así como de infartos, accidentes cerebrovasculares y otras complicaciones del sistema cardiovascular. Se hace énfasis en la importancia del estilo de vida y los hábitos alimentarios saludables, como estrategias clave para reducir los niveles de lípidos y el riesgo cardiovascular. Asimismo, se abordan aspectos generales sobre el uso de fármacos hipolipemiantes y sus efectos.
Unidad 2: Hipertensión arterial	Nutrientes y estrategias importantes para el tratamiento alimentario y nutricional: • Sodio • Potasio • Fibra • Alcohol Dieta DASH	Se revisan recomendaciones respaldadas por estudios clínicos e instancias e referencia para el abordaje nutricional de la hipertensión arterial en adultos. Dado que esta condición representa uno de los principales factores de riesgo modificables para el desarrollo de enfermedades cardiovasculares, el objetivo es promover su detección temprana y mejorar su control. Se describen aspectos clave del tratamiento nutricional interdisciplinario, que incluye la adopción de un estilo de vida

Unidad didáctica	Temas	Descripción
		saludable, el mantenimiento de un peso adecuado, la adopción de un patrón de alimentación cardiosaludable, como la dieta DASH, la reducción del consumo de sodio, la práctica regular de actividad física, el manejo del estrés y eliminación del consumo de alcohol.
Unidad 3: Accidente cerebrovascular	• Generalidades del accidente cerebro vascular • Factores de riesgo • Nutrientes y estrategias importantes para el manejo nutricional: ✓ Ácidos grasos ✓ Omega 3 ✓ Patrón de alimentación, dieta DASH • Recomendaciones nutricionales para el manejo de la disfagia post ACV	"Se abordarán las generalidades de los accidentes cerebrovasculares (ACV), así como los factores de riesgo alimentarios y de estilo de vida asociados con su prevención primaria y secundaria. Asimismo, se revisarán las principales recomendaciones nutricionales, destacando el papel de nutrientes específicos como los ácidos grasos, el sodio, el alcohol y los ácidos grasos omega-3. También se analizará la influencia de los patrones de alimentación, con énfasis en la dieta DASH e. Además, se analizarán las recomendaciones para el manejo nutricional de la disfagia posterior a un ACV, reconociéndola como uno de los principales factores de riesgo de malnutrición. Por ello, es fundamental su detección oportuna y la referencia a un equipo interdisciplinario para asegurar una atención adecuada y efectiva que considere modificaciones en la dieta para cubrir el aporte de nutrientes y evitar deterioro del estado nutricional incluyendo pérdida de masa muscular, entre otros.
Unidad 4: Cáncer	Nutrientes y estrategias importantes para el tratamiento alimentario y nutricional: • Factores de riesgo alimentarios y de estilo de vida • Malnutrición en pacientes con cáncer, y	Finalmente, se abordará el cáncer, reconocido como la segunda causa principal de muerte por ENT. Se identificarán los principales factores de riesgo relacionados con la alimentación y el estilo de vida, con el propósito de definir estrategias de abordaje nutricional desde un enfoque interdisciplinario.

Unidad didáctica	Temas	Descripción
	herramientas de tamizaje nutricional • Abordaje nutricional del paciente con cáncer • Patrones de alimentación • Complicaciones y efectos relacionados a la alimentación y nutrición de los diferentes tratamientos • Mitos y realidades del cáncer	Se analizarán diversos mecanismos para prevenir y tratar la malnutrición en pacientes oncológicos, así como contribuir a mejorar la tolerancia a los tratamientos médicos. También se revisarán herramientas de tamizaje y evaluación nutricional, junto con recomendaciones para planear la dieta o estrategias de soporte nutricional, según la función digestiva, la sintomatología y los requerimientos específicos de cada paciente. Se destacará la importancia de promover la comodidad y calidad de vida durante todo el proceso de atención. Además, se identificarán complicaciones frecuentes asociadas a los tratamientos oncológicos y su impacto en el estado nutricional. Se abordarán mitos y realidades relacionados con la nutrición en el contexto del cáncer.
Tema transversal: Estrategias para promover el cambio de comportamiento en pacientes adultos con ENT	• Atender la psicología y nutrición en el paciente • Estrategia de cambio de comportamiento en el paciente con ENT • Enfoque centrado en la conducta y no en la enfermedad	Se identifican los desafíos conductuales recurrentes y propios de pacientes con enfermedades crónicas no transmisibles puntualizando en factores de riesgo conductuales modificables. Así mismo, se propone una estrategia de cambio de comportamiento por fases aplicando el enfoque centrado en la conducta y no en la enfermedad.

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.

IX. Inscripción

- Para considerar su participación deberá completar en línea la ficha de inscripción ingresando a la página: [Formulario de preinscripción](#).
- Las solicitudes serán evaluadas por Coordinación y se le informará sobre su aceptación para completar la documentación requerida.

X. Contacto

Para más información comuníquese a:

- Teléfono: (+502) 2315-7916
- Correo electrónico: infoeducacion@incap.int