

[Curso online "La importancia de la nutrición en los 1000 primeros días y las repercusiones sobre la salud futura"](#)

Periodo en el que el curso está abierto: 21/09/2023 al 20/09/2024

Directora de la actividad: José Manuel Moreno Villares

Objetivos principales del curso:

- Aprender en qué consisten las enfermedades no transmisibles y su prevalencia actual.
- Conocer las principales evidencias sobre el papel de la alimentación en el periodo de los 1000 primeros días en la prevención de la enfermedad en la vida adulta.
- Conocer la influencia de los factores ambientales, sobre todo en la alimentación, en el período de los 1000 primeros días.
- Identificar el papel de la lactancia materna en la prevención de la enfermedad.
- Dar a conocer la importancia de la actitud de los padres frente a las comidas en el desarrollo de buenos hábitos alimentarios.

Módulo 1: LAS ENFERMEDADES NO TRANSMISIBLES

1.2 El concepto de enfermedades no transmisibles (ENT)

1.2 Incidencia de las ENT en España y en el mundo

1.3 Etiopatogenia de las ENT. Tipos

1.3.1 Uso nocivo de alcohol

1.3.2 Inactividad física

1.3.3 Ingesta de sal

1.3.4 Consumo de tabaco

1.3.5 Hipertensión arterial

1.3.6 Diabetes

1.3.7 Sobrepeso y obesidad

1.3.8 Contaminación ambiental

Módulo 2 Evidencias de la programación metabólica: los estudios epidemiológicos

- 2.1 El concepto de programación metabólica. Los 1000 primeros días
- 2.2 Influencia de la nutrición durante el embarazo. Factores preconceptionales
- 2.3 Nutrición postnatal: desde el periodo de lactancia exclusiva hasta la incorporación a la mesa familiar.

MÓDULO 3: Aplicaciones prácticas: cómo mejorando la alimentación en ese periodo podemos disminuir la carga de las enfermedades no transmisibles.

- 3.1 Recomendaciones nutricionales en la mujer embarazada y en la madre que lacta.
 - 3.1.1 Alimentación de la mujer durante el embarazo
 - 3.1.2 Alimentación durante la lactancia
- 3.2 Alimentación durante el primer año de vida
 - 3.2.1 Alimentación complementaria
- 3.3 Alimentación en el segundo año de vida

Anexos: Herramientas para la consulta

- 10 Propuesta de buenos hábitos Para favorecer la prevención de la obesidad actuando desde los 1000 primeros días
- Alimentación segura durante el embarazo
- Los 1.000 primeros días. ¿Por qué son importantes?
- Recomendaciones de la Asociación Española de Pediatría sobre la alimentación complementaria

AUTORES DEL CURSO

José Manuel Moreno Villares.

- Licenciado en Medicina y Cirugía. Especialidad pediatría. Máster en Bioética y Bioderech. Co-Director del Departamento de Pediatría de la Clínica Universidad de Navarra. Profesor colaborador del Departamento de Pediatría de la Facultad de Medicina de la Universidad de Navarra. Es el actual Coordinador del Comité de Nutrición de la Asociación Española de Pediatría. Director de la revista Nutrición Hospitalaria.

María José Galiano Segovia. Licenciado en Medicina y Cirugía. Pediatra.

Raquel Núñez Ramos. Licenciado en Medicina y Cirugía. Pediatra.

A QUIÉN VA DIRIGIDO:

- Enfermeros/as
- Dietistas nutricionistas
- Farmacéuticos/farmacéuticas
- Técnicos/as en cuidados Auxiliares de Enfermería
- Técnicos/as grado superior de dietética
- Médicos/as

LOGÍSTICA

El curso permanece abierto desde el 21/09/2023 al 20/09/2024. Durante ese periodo puedes inscribirte. Una vez inscrita dispondrás de 3 meses para la realización del examen final de contenidos. Pasado este tiempo, si necesitas una ampliación del plazo deberás ponerte en contacto con la secretaría técnica por mail o tf. Tendrás disponible el acceso a todos los contenidos del curso desde el momento de la inscripción. Para la obtención del diploma acreditativo es necesario aprobar el examen final con un 70 %. El examen es tipo test y dispone de 3 intentos para su finalización. Además, puedes ir guardando las preguntas contestadas para continuar en otro momento.

Atención: Aun disponiendo de 3 meses para la realización del examen final, el último día accesible al mismo es el 20/09/2024, posteriormente a ese día el acceso al curso no estará disponible.