

CURSO ONLINE:

ABORDAJE DEL SOBREPESO Y LA OBESIDAD. ACTUALIZACIÓN Y TRATAMIENTOS ASOCIADOS

Período en el que el curso permanece abierto: del 07/10/2024 al 06/10/2025

Directora de la actividad: Marta Ros Baró

Objetivo principal:

Adquirir conocimientos generales sobre el diagnóstico, prevención y manejo dietético de la obesidad, así como una introducción a las opciones quirúrgicas, para aplicar estrategias efectivas en la práctica clínica diaria

Objetivos secundarios:

- Definir la obesidad y describir los métodos diagnósticos actuales.
- Identificar los factores causantes y las consecuencias de la obesidad, incluyendo sus enfermedades asociadas.
- Desarrollar aptitudes para poder transmitir de una manera veraz a población con riesgo/patología obesidad las bases de una dieta saludable, así como las recomendaciones en la post cirugía bariátrica.
- Comprender la importancia del rol de la dieta en el manejo de la enfermedad de la obesidad.
- Conocer distintas herramientas disponibles en la valoración el estado nutricional de las que hace uso el equipo médico y de enfermería, para ampliar sus conocimientos

¿A QUIÉN ESTÁ DIRIGIDO?

Este curso online va dirigido a:

- Enfermeros/as
- Dietistas-nutricionistas
- Médicos/as

CONTENIDOS DEL CURSO

MÓDULO 1: Contextualización de la obesidad

- 1.1. Definición de obesidad
- 1.2. Criterios de diagnóstico de obesidad
 - 1.2.1. Índice de masa corporal
 - 1.2.2. Perímetro de cintura e índices relacionados
 - 1.2.3. Análisis de la composición corporal
 - 1.2.3.1. Terminología de la composición corporal
 - 1.2.3.2. Métodos y técnicas de análisis de la composición corporal
- 1.3. Prevalencia de obesidad

Módulo 2: Factores etiopatogénicos, consecuencias y enfermedades asociadas a la obesidad

- 2.1. Factores etiopatogénicos de la obesidad
 - 2.1.1. Factores genéticos
 - 2.1.2. Factores de estilo de vida
 - 2.1.3. Factores socioeconómicos
 - 2.1.4. Cronodisrupción
 - 2.1.5. Microbiota intestinal
 - 2.1.6. Embarazo y primera infancia
 - 2.1.7. Disruptores endocrinos
 - 2.1.8. Factores endocrinológicos
 - 2.1.9. Factores relacionados con enfermedades y fármacos
- 2.2. Consecuencias de la obesidad
- 2.3. Principales enfermedades asociadas a la obesidad
 - 2.3.1. Diabetes tipo 2
 - 2.3.2. Enfermedad cardiovascular
 - 2.3.3. Síndrome metabólico
 - 2.3.4. Enfermedad hepática grasa no alcohólica
 - 2.3.5. Cáncer

Módulo 3: Prevención de la obesidad

3.1. Población diana:

- 3.1.1. Gestación:
- 3.1.2. Lactancia materna:
- 3.1.3. Niños y adolescentes:
- 3.1.4. Población Adulta:
- 3.1.5. Geriatría

3.2. Detección:

- 3.2.1. Medical Training:
- 3.2.2. Anamnesis
- 3.2.3. Cuestionarios

Módulo 4: Tratamiento dietético de la obesidad

4.1. Introducción

4.2. Plan estructurado para establecer el tratamiento dietético

- Establecer y pactar los objetivos del tratamiento
- Cálculo de las necesidades energéticas estimadas utilizando el peso actual
- Cálculo de la dieta actual a partir de un registro de 3 días
- Determinación de la dieta hipocalórica
- Establecer la ingesta calórica del tipo de dieta escogida
- Cálculo de la ingesta proteica estimada a partir del peso ajustado
- Distribución de hidratos de carbono y lípidos
- Establecer necesidades de agua y fibra
- Establecer las necesidades de micronutrientes

4.3. Planificación de la dieta

- Número de ingestas y horarios
- Grupos de alimentos
- Coccciones y otros
- Método del plato
- Ejemplo menú 1200 kcal
- Ejemplo menú 1500 kcal

Módulo 5: Soluciones quirúrgica

- 5.1. Introducción a técnicas quirúrgicas para la obesidad
 - 5.1.1. Definición cirugía bariátrica
 - 5.1.2. Indicaciones para el tratamiento quirúrgico de la obesidad
 - 5.1.3. Técnicas más comunes de cirugía bariátrica
- 5.2. Técnicas restrictivas.
- 5.3. Técnicas malabsortivas
- 5.4. Técnicas mixtas
- 5.5. Situación postoperatoria
 - 5.5.1. Recomendaciones nutricionales post cirugía de la obesidad
 - 5.5.2. Posibles complicaciones postoperatorias

Módulo 6: Herramientas y recetas prácticas para los pacientes

AUTORES DEL CURSO

Marta Ros Baro: Dietista nutricionista y tecnóloga de los alimentos. Profesora colaboradora de la UOC máster de ciencias de la Salud. Doctoranda.

Mariona Balfegó Díaz: Dietista nutricionista y tecnóloga de los alimentos. Máster de Nutrición y Metabolismo, Doctora en Biomedicina.

Noemí Cuenca Quesada: Enfermera. Diplomada en nutrición y dietética. Máster en Nutrición y Calidad de los alimentos. Profesora del Grado en Nutrición Humana y Dietética en la *Facultat de Ciències de la Salut Blanquerna*. Profesora del Máster en Nutrición y Salud en la Universitat Oberta de Catalunya.

Cristina Duch Canals: Gastrónoma: especialista en cocina dietoterapéutica. Responsable creativa de recetas, menús y desarrollos culinarios. Responsable del área de gastronomía de GAN.

Secretaría de atención al usuario y resolución de dudas:

El curso ofrece un servicio de secretaría técnica para responder preguntas y brindar apoyo. Puedes contactar con ellos por correo electrónico en info2@gan-bcn.com

Detalles de interés del curso:

- o El curso permanece abierto desde el 07/10/2024 al 06/10/2025. Durante este período, puedes inscribirte y tendrás 3 meses para completar el examen final de contenidos. Si necesitas más tiempo, ponte en contacto con la secretaría técnica.
- o Todos los módulos están disponibles para su estudio desde el momento de la inscripción.
- o El examen final es tipo test. Debes obtener al menos un 70% de respuestas correctas (23 preguntas mínimo) para aprobar. Tienes 3 intentos para completarlo. o Puedes guardar las respuestas contestadas y continuar en otro momento.
- o El diploma emitido incluye un código de verificación Importante: El curso cerrará definitivamente el 06/10/25, por lo que, aunque se indique que tienes 3 meses para completarlo, ten en cuenta que no podrás acceder al examen después de dicha fecha.

Para cualquier aclaración puede llamar al: 934143555 o enviar un mail a info2@gan-bcn.com