



ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y DIETÉTICA SALUDABLE

FICHA INFORMATIVA

CONTENIDO

1	PRESENTACIÓN GENERAL DEL CURSO	3
2	OBJETIVOS.....	4
3	COORDINACIÓN, AUTORÍA Y EQUIPO DOCENTE.....	5
4	ESTRUCTURA Y CONTENIDO DEL CURSO	9
5	METODOLOGÍA.....	9
6	EVALUACIÓN FINAL Y DIPLOMA ACREDITATIVO.....	10

1 PRESENTACIÓN GENERAL DEL CURSO

El curso “**Alimentación, nutrición y dietética saludable**” organizado por semFYC es un curso on-line de 45 horas lectivas, siendo el día de inicio el 9 de marzo de 2022 y finalizando el día 20 de julio de 2022.

Los estilos de vida, y en concreto los patrones de alimentación, de una población desempeñan un importante papel en el desarrollo de enfermedades no transmisibles. Al tiempo que se han revelado como una causa principal de fallecimiento.

Además, al referirnos a los estilos de vida, se trata de elementos que, en cierta medida y aun sujetos a distintos factores, son modificables. Y de ahí la importancia de su correcto abordaje por parte de los profesionales sanitarios.

En la actualidad, y en relación con el manejo de esta clase de enfermedades, está bien contrastado la especial utilidad de centrarse antes en la promoción de la salud y en la prevención, que en su tratamiento (sin hacerlo de menos cuando proceda). Para ello, los profesionales de atención primaria han de contar con una sólida base de conceptos y de herramientas actualizadas que, en general, no son aportadas de forma práctica en su formación de grado.

Al mismo tiempo, los pacientes reciben una importante cantidad de información sobre alimentación y su impacto sobre la salud a partir de innumerables fuentes (medios de comunicación, redes sociales, Internet, boca a boca, etcétera) que en buena parte de los casos responde a un contenido erróneo, confuso, incompleto, contradictorio y, en no pocas ocasiones, interesado.

Esta formación no solo debe enfocarse hacia la mejora de la salud del paciente, sino que también tienen el potencial de mejorar los autocuidados de los profesionales a los que va dirigida. Esto es observable en el momento que promueva en ellos una mayor conciencia y conocimiento de la influencia de la alimentación en el bienestar general. Una cuestión que, probablemente, ayude a que los profesionales sanitarios sean consejeros más eficaces.

Esta actividad docente, con nº de expediente **07-AFOC-01952.7/2021**, ha sido acreditada por la Comisión de Formación Continuada de las Profesiones Sanitarias de la Comunidad de Madrid-Sistema Nacional de Salud, con **7,1 créditos** de formación continuada para las profesiones: Medicina y Enfermería.

2 OBJETIVOS

Objetivos generales:

Formar a los distintos profesionales sanitarios implicados en la Atención Primaria, en materia de alimentación, nutrición y dietética desde una perspectiva eminentemente práctica y basada en la evidencia científica más actual.

Objetivos específicos:

- Actualización sobre las cuestiones dietéticas que afectan a la salud de la población.
- Contribuir a que el/la alumno/a sea promotor del empoderamiento de sus pacientes a la hora de manejar las cuestiones relacionadas con la alimentación

de promover el empoderamiento de sus pacientes a la hora de manejar las cuestiones relacionadas con la alimentación.

- Aportar, en este contexto, las mejores herramientas para facilitar el consejo dietético tanto en la prevención como en el tratamiento de las enfermedades no transmisibles más prevalentes entre sus pacientes.
- Ayudar a entender la normal evolución del conocimiento científico, con el fin de ofrecer los mejores consejos a sus pacientes, ya sea en consulta general o especializada.

3 COORDINACIÓN, AUTORÍA Y EQUIPO DOCENTE



Juan Revenga Frauca

Graduado en Biología; Nutrición Humana y dietética; Máster en Nutrición, Alimentación, Crecimiento y Desarrollo; Profesor en la FCCS de la Universidad San Jorge. Amplia experiencia en la divulgación de contenidos relacionados con la alimentación, nutrición, dietética y salud



Beatriz Robles Martínez

Licenciada en Ciencia y Tecnología de los Alimentos; Graduada en Nutrición Humana y Dietética; Máster Internacional en Auditoría de Seguridad Alimentaria; Docente en la Universidad Isabel I. Divulgadora científica especializada en alimentación y nutrición, en colaboración con distintos medios de comunicación



Francisco Camarelles Guillem

Especialista en Medicina Familiar y Comunitaria. Doctor en Medicina. Profesor asociado de la Facultad de Medicina Universidad Autónoma de Madrid. Miembro del Grupo Abordaje al Tabaquismo (GAT) de la semFYC, y del Grupo de Educación Sanitaria y Promoción de la Salud del PAPPS de semFYC. Presidente del Organismo de Coordinación del PAPPS. CS Infanta Mercedes DA Norte. Madrid



Joaquín San José Arango

Especialista en Medicina Familiar y Comunitaria. Máster en Salud Pública. Profesor del Máster de Nutrición de la Facultad de Vigo. Miembro del grupo de trabajo de Alimentación y Nutrición de la SEMFYC. Miembro del grupo de trabajo del Grupo de Educación Sanitaria y Promoción de la Salud de la semFYC



María del Campo Giménez

Especialista en Medicina de Familia y Comunitaria. Miembro del Grupo de Trabajo de Educación Sanitaria y Promoción de la Salud del PAPPS. Vocal de JMF de SCAMFYC. Miembro del Grupo de Trabajo de Salud Planetaria de la semFYC



semFYC

Rodrigo Córdoba García

Especialista en Medicina Familiar y Comunitaria. Doctor en Medicina. Profesor de la Facultad de Medicina de Zaragoza. Miembro del Grupo de investigación en tabaquismo. Miembro del grupo de tabaco (GAT) de la SEMFYC. Coordinador del Grupo de Educación Sanitaria y Promoción de la Salud de la



Violeta Ramírez Arroyo

Especialista en Medicina Familiar y Comunitaria. Realizando el grado de nutrición humana y dietética en la Universidad Católica de Ávila y Doctorado con Dr. Palou y Dra. Picó en la Universidad de las Islas Baleares



Juana María Gómez Puente

Graduada en Enfermería por la Universidad Autónoma de Madrid. 31 años de experiencia en Atención Primaria. Autora de los contenidos sobre alimentación de la página web del MSCBS sobre estilos de vida saludable. Docente pre y postgrado en distintos ámbitos de EpS, metodología enfermera y entrevista motivacional. Pertenece a la Red de Enfermeras para Cuidados Cardiovasculares en Atención Primaria de SEMAP y al grupo de Educación Sanitaria y de Promoción de la Salud del PAPPS de semFYC



Maria Blanquer Genovart

Diplomada en Nutrición Humana y Dietética; Máster en Salud Pública; Técnica Superior en Dietética y Nutrición y Auxiliar de Clínica. Trabaja desde el 2009 en la Agència de Salut Pública de Catalunya y en docencia universitaria y formación continuada dirigida a profesionales de la salud.

Asesora a empresas del ámbito de la alimentación



Pilar Vaqué Castilla

Especialista en Medicina Familiar y Comunitaria. Miembro del grupo de trabajo de Nutrición y alimentación de la SEMFYC. Investigadora colaboradora del grupo NUTRIMMIC IRBLleida



Maria Manera Bassols

Diplomada en Nutrición Humana y Dietética; Máster en Medicina Preventiva y Promoción de la Salud. Docente en varios cursos de formación de postgrado; Dietista-Nutricionista en el Plan integral para la promoción de la salud a través de la actividad física y la alimentación saludable

(Agencia de Salud Pública de Catalunya).



Yuki Sepúlveda Muro

Residente de cuarto año de Medicina Familiar y Comunitaria. Máster en Medicina de Emergencias, Urgencias y Catástrofes de Catalunya.

4 ESTRUCTURA Y CONTENIDO DEL CURSO

El curso está formado por 12 módulos:

Módulo 1. Introducción

Módulo 2. Calorías, nutrientes, gramos y porcentajes

Módulo 3. Etiquetado, etiquetado frontal. Legislación. Apps

Módulo 4. Guías alimentarias basadas en la evidencia, de la teoría al plato

Módulo 5. Planificación de menús

Módulo 6. Elegir bien lo que se bebe

Módulo 7. Consejo breve sobre alimentación

Módulo 8. Intervención en consulta programada

Módulo 9. Adelgazar y concepto "dieta"

Módulo 10. Desnutrición-malnutrición, TCA's

Módulo 11. #trendingtopic más habituales en el mundo de la dietética

Módulo 12. Sano y seguro. Seguridad alimentaria

5 METODOLOGÍA

El modelo pedagógico de semFYC promueve el papel central, protagonista, autónomo y activo del participante en el curso gracias a la modalidad de teleformación y al Campus Virtual semFYC; permitiendo que cada alumno/a pueda ir gestionando su propio proceso formativo sin barreras espaciales ni temporales, desde cualquier lugar y en cualquier momento.

Para trabajar los objetivos planteados cada uno de los módulos está integrado por 5 grandes bloques:

- **Contenido teórico.** Se recomienda su lectura como marco básico de referencia y resumen de las ideas principales trabajadas.
- **Bibliografía de referencia** aconsejada para ampliar y profundizar en el contenido teórico.
- **Presentación de un caso práctico** interactivo, donde se presenta un hipotético caso clínico y mediante la formulación de preguntas cerradas tipo test se va guiando la toma de decisiones.
- **“Foro de debate”.** Con el objetivo de fomentar el trabajo reflexivo y colaborativo.
- Breve **cuestionario autoevaluación**, con el objetivo de afianzar y reforzar los conocimientos significativos del módulo.

6 EVALUACIÓN FINAL Y DIPLOMA ACREDITATIVO

Al finalizar todos los módulos, se deberá realizar la **evaluación final** mediante la resolución de un cuestionario tipo test.

Se dispondrá de un único intento. NO SE PERMITE REPETIR EL CUESTIONARIO, aunque, NO HAY TIEMPO LIMITADO para responder las preguntas planteadas y se podrá acceder las veces que se quiera al cuestionario y continuar el intento en diferentes sesiones.

Para acceder al cuestionario de evaluación final es obligatorio haber visualizado el contenido teórico del curso.

La realización de la evaluación final es obligatoria y es necesario superar el 80 % de respuestas correctas para poder recibir el diploma acreditativo del curso.