

Curso Universitario de Especialización en Actualización en obesidad infantil



Información sobre el programa formativo

- ✓ **Horas de formación:** 150
- ✓ **Créditos ECTS:** 6
- ✓ **Duración:** El alumno dispondrá de un tiempo mínimo de 1 mes para realizar el curso universitario de especialización y un máximo de 6 meses.

Este curso universitario de especialización en obesidad Infantil pretende formar a los profesionales con conocimientos especializados en dietética y nutrición de personas de edad pediátrica, conociendo la influencia del sobrepeso y la obesidad, aprendiendo a prevenirlos y optimizar su tratamiento. Como síndrome heterogéneo de etiopatogenia compleja requiere de una comprensión y abordaje integral para establecer tratamientos diferenciales, basados en el conocimiento y de mayor eficacia. La obesidad precisa de un cambio de paradigma y una estrategia sostenible, significa para los profesionales diagnosticar correctamente a todo paciente obeso y plantear estrategias adecuadas de tratamiento en los tres ejes fundamentales de actuación: la alimentación, el ejercicio físico y las actitudes hacia la comida, a los que se añaden los fármacos y la cirugía bariátrica, metabólica y plástica en los pacientes en los que esté indicado.

Inscribirme



Certificación: Universidad Europea Miguel de Cervantes



Los alumnos que realicen un **Máster, Experto Universitario o Curso de especialización online Título Propio de la Universidad Europea Miguel de Cervantes (UEMC)** recibirán, una vez finalizado, un certificado expedido en créditos y horas. Este documento es únicamente emitido por la universidad certificadora de las actividades formativas, es decir, por la UEMC. Los diplomas acreditados por la UEMC no llevarán categoría profesional.

Esta universidad en ningún caso expedirá el título correspondiente al programa formativo si no ha transcurrido el tiempo mínimo desde la matrícula del alumno. Una vez transcurrido el tiempo mínimo que exige la universidad y finalice la edición, se procederá a solicitar el diploma a la Universidad, la cual suele tardar en remitir los diplomas de los cursos de especialización unos cuatro meses y de seis a nueve meses cuando se trata de máster o expertos universitarios. Igualmente los alumnos una vez realizada la formación, podrán solicitar un certificado provisional expedido por ESHE a la espera de recibir el diploma de la Universidad Europea Miguel de Cervantes.

Según las bases de la **UEMC no se puede mostrar el certificado** que los alumnos recibirían al realizar las formaciones, este sería a modo de ejemplo:



Parte delantera del certificado



Parte trasera del certificado



Carpeta del certificado de Máster y expertos universitarios

¿A quién va dirigido?

Dirigido a profesionales sanitarios que estén ejerciendo o se interesen por ejercer un papel en la prevención, diagnóstico, tratamiento médico y quirúrgico de la obesidad infantil: Médicos especialistas en Endocrinología y Nutrición, Médicos especialistas en Pediatría o especialidades afines, en Atención Primaria, Grado en Farmacia, en Ciencia y Tecnología de los alimentos, en Nutrición y Dietética, en Actividad física y deporte, en Psicología, en Enfermería, en Fisioterapia, Profesionales de la enseñanza con implicaciones en salud, Agentes sociales relacionados con la promoción de la salud o cualquier otro Grado o licenciado universitario relacionado.

Objetivos

Generales

Este curso universitario de especialización capacita al alumno además para:

- Aplicar los distintos métodos de abordaje nutricional y tratamiento dietético de la obesidad infantil.
- Aportar criterios objetivos de buena práctica y aspectos éticos relacionados con los tratamientos actuales de la obesidad.
- Conocer las comorbilidades relacionadas con el sobrepeso y la obesidad infantil y su prevención.
- Conocer los distintos grados de evidencia científica del tratamiento de la obesidad infantil.
- Identificar y diagnosticar la obesidad en etapas de lactancia, infancia y adolescencia.

Específicos

- Mejorar los conocimientos sobre la regulación del metabolismo intermediario, la homeostasis energética y la fisiopatología de la obesidad, así como la prevención de la misma.
- Proporcionar habilidades, competencias y conocimientos teóricos que capaciten al profesional para realizar con solvencia una prevención, diagnóstico y tratamiento integral de la obesidad infantil y sus enfermedades asociadas: cambio de estilo de vida, y tratamiento quirúrgico, farmacológico y psicopatológico, con una visión estratégica y científica rigurosa.
- Proporcionar las bases de conocimiento y herramientas necesarias para la investigación clínica en obesidad y sus comorbilidades.

Inscribirme



Salidas profesionales

- El curso universitario de especialización en obesidad Infantil se dirige esencialmente a desempeñar su labor clínica e investigadora en el ámbito de la prevención, diagnóstico e intervención de pacientes con trastornos alimentarios y obesidad, tanto en centros públicos como privados, así como, en actividades de docencia e investigación.
- Otros profesionales no universitarios.

Requisitos para la inscripción

Copia del DNI, TIE o Pasaporte.

La inscripción en este curso online / a distancia permanecerá abierta durante todo el año.

Evaluación



La evaluación estará compuesta de **140 test** de opción alternativa (verdadero/falso). El alumno debe finalizar el curso universitario de especialización y hacerlo con aprovechamiento de, al menos, un 60% tanto de los tests planteados en el mismo que se realizarán a través de la plataforma virtual online.

Contenidos

Módulo I: Obesidad infantil

Tema I. La obesidad, una epidemia que ya afecta a los más pequeños:

- Introducción.
- La obesidad puede aparecer por diferentes causas.
- ¿Qué tipos de obesidad existen?
- ¿Cómo conocer si un niño es o no obeso?
- El impacto del peso sobre la salud del niño. Complicaciones asociadas a la obesidad en la edad adulta.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema II. La importancia de una correcta alimentación desde el nacimiento para prevenir la obesidad infantil:

- Introducción.
- ¿Cuántas tomas son las adecuadas para el lactante que toma el pecho?
- Tipos de leche de fórmula para biberón.
 - Características de este tipo de leches.
- ¿Cuántas tomas son las adecuadas para el lactante que toma biberón?
- Un destete progresivo evita problemas de sobrealimentación o de desnutrición en el pequeño.
 - Consejos para la introducción de nuevos alimentos.
- Alimentación del niño de los 4 a los 5 meses.
- Alimentación del niño de los 6 a los 9 meses.
- Alimentación del niño de los 10 a los 12 meses.
- Alimentación del niño de los 12 a los 18 meses.
- Alimentación del niño de los 18 a los 24 meses.
- Alimentación del niño de los 24 a los 36 meses.
- Alimentación en la edad escolar.
- Alimentación durante la adolescencia.
- ¿Cuántas raciones de alimentos se recomiendan en función de la edad?

Tema III. Los alimentos que deben formar parte de la dieta de cualquier niño:

- Introducción.
- Grupo de los farináceos.
- Grupo de las verduras y las hortalizas.
 - Las verduras más nutritivas son las de temporada.

- Qué hacer para que los niños consuman las verduras.
- Grupo de las frutas.
 - Comer frutas de temporada es la opción más saludable en la edad de crecimiento.
 - Qué hacer para que los niños consuman las frutas.
- Grupo de los lácteos.
- Grupo de los proteicos.
- Grupo de las grasas.
- Grupo misceláneo.
- Otros alimentos.
- Tablas de composición nutricional de los diferentes grupos de alimentos.
- Los alimentos funcionales, ¿deben formar parte de la alimentación de los niños?

Tema IV. Talla y peso adecuados a diferentes edades:

- Introducción.
- Datos antropométricos de niños y adolescentes.
- Autoevaluación.

Tema V. La dieta del niño con exceso de peso:

- Introducción.
- ¿Qué alimentos están desaconsejados en la pérdida de peso?
- ¿Qué alimentos son aconsejables?
- ¿Qué bebida es la más indicada durante la infancia?
- Cocciones culinarias más apropiadas.
- La importancia de una fragmentación de las calorías para facilitar la pérdida de peso.
 - Primera ingesta del día.
 - Comida principal.
 - La merienda ayuda a reponer energía y fuerzas que duran hasta la cena.
 - Cena.
- Consejos generales para los padres.
- ¿Qué dietas se tienen que evitar?
- Información para los padres para las comidas fuera de casa.
 - ¿Por qué hay que huir de los restaurantes de comida rápida?
 - ¿Son saludables los bocadillos?
 - Pizzas, ¿es posible incluirlas en la alimentación de los más pequeños?
 - ¿Qué hacer en caso de ir con los niños al buffet libre?
 - La preparación de las fiambreras y los bocadillos caseros.
 - Fiambreira.
 - Bocadillos.
- Alimentos light, ¿su consumo es aconsejable en niños?
- ¿Están totalmente prohibidas las gominolas y otras chucherías?
- La despensa más saludable.
- Consejos para realizar una compra adecuada.
 - Información que debe aparecer en el etiquetado del alimento.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema VI. El ejercicio físico como tratamiento en la obesidad infantil:

- Introducción.

- Algunos juegos en equipo que favorecen el ejercicio físico.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema VII. El tratamiento farmacológico en la obesidad infantil:

- El tratamiento farmacológico en la obesidad infantil.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema VIII. Tratamiento quirúrgico en la obesidad infantil:

- Tratamiento quirúrgico en la obesidad infantil.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema IX. Obesidad infantil y síndrome metabólico:

- Obesidad infantil y síndrome metabólico.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema X. Obesidad e hipertensión en la infancia:

- Introducción.
- Etiología de la hipertensión arterial por grupos de edad.
- Actuaciones no farmacológicas para disminuir la tensión arterial.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema XI. Obesidad y diabetes mellitus 2 en la infancia:

- Introducción.
- ¿Cómo se diagnostica la diabetes tipo 2?
- ¿Qué complicaciones puede tener la diabetes?
- Actuaciones para mejorar los niveles de azúcar en sangre.
- ¿Dónde se puede inyectar la insulina?
- Objetivos del tratamiento.
- Planificación de la dieta del diabético.
 - Ejemplos dietas.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema XII. Obesidad y dislipemias en la infancia:

- Introducción.
- ¿Qué factores son responsables del aumento de colesterol en sangre?
- Resumen de las recomendaciones dietéticas.
- Cantidad de colesterol presente en diferentes alimentos.
- Ejemplos de menús cardiosaludables.
- Tabla resumen de alimentos permitidos y desaconsejados.

- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema XIII. La importancia de un aporte adecuado de energía en la infancia:

- Introducción.
- ¿Cómo la podemos medir?
- Necesidades energéticas.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema XIV. ¿Qué nutrientes nos aportan los alimentos?:

- Introducción.
- Proteínas, necesarias para un buen crecimiento.
 - ¿Cuáles son las necesidades diarias de proteínas?
- Los hidratos de carbono, el mejor combustible para la obtención de energía.
 - ¿Cuáles son las necesidades diarias de glúcidos?
 - ¿Qué es el índice glucémico de los alimentos?
- La fibra dietética, el regulador intestinal más saludable.
 - Contenido en diferentes tipos de fibra de los alimentos.
- Las grasas, su cantidad es importante, pero también lo es su calidad.
 - ¿Qué son las grasas hidrogenadas?
 - ¿Qué es el colesterol?
 - ¿Qué son los fitoesteroles y los triglicéridos?
 - ¿Cuáles son las necesidades diarias de grasas?
- Las vitaminas, sustancias imprescindibles en muy pequeñas cantidades.
 - Vitamina A o retinol.
 - Vitamina D o colecalciferol.
 - Vitamina E o tocoferol.
 - Vitamina K o naftoquinona.
 - Vitamina B1 o tiamina.
 - Vitamina B2 o riboflavina.
 - Vitamina B6 o piridoxina.
 - Vitamina B12 o cianocobalamina.
 - Biotina.
 - Ácido fólico.
 - Niacina y Ácido pantoténico.
 - Vitamina C o ácido ascórbico.
 - Consejos para mantener al máximo las vitaminas en la alimentación diaria.
 - Pérdidas nutricionales (en porcentaje) de los diferentes alimentos según la forma de cocción.
- Los minerales, necesarios para las reacciones metabólicas que mantienen la vida.
 - Calcio, componente principal para la síntesis de tejidos óseos y dentales.
 - Hierro, componente esencial de la hemoglobina, que transporta el oxígeno de la sangre a todas las partes del cuerpo.
 - Consejos para que el hierro se absorba mejor.
 - Magnesio, importante por ayudar a la absorción del calcio y actuar como un potente relajante muscular.
 - Fósforo.
 - Otros minerales presentes en los alimentos.
- Los electrolitos, responsables de mantener el equilibrio hídrico del organismo.
- Fitoquímicos.

- Carotenoides.
- Flavonoides.
- Resumen de las necesidades de nutrientes de los niños en función de la edad.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema XV. Entender la digestión, la absorción y el metabolismo de los nutrientes:

- Introducción.
- Resumen de las etapas de la digestión paso a paso.
 - Digestión en la boca.
 - Digestión en el estómago.
 - Digestión intestinal.
- La absorción de nutrientes.
- El metabolismo de los nutrientes.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema XVI. La importancia de la prevención de la obesidad infantil en el niño sano:

- Introducción.
- Escuela y familia como pilares fundamentales en la adquisición de hábitos saludables para la prevención de la obesidad en la infancia.
- Papel de los padres en la obesidad infantil.
- Enfermería y la obesidad infantil.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Anexo I. Ideas para cocinar diferentes alimentos:

- Ideas para cocinar diferentes alimentos.

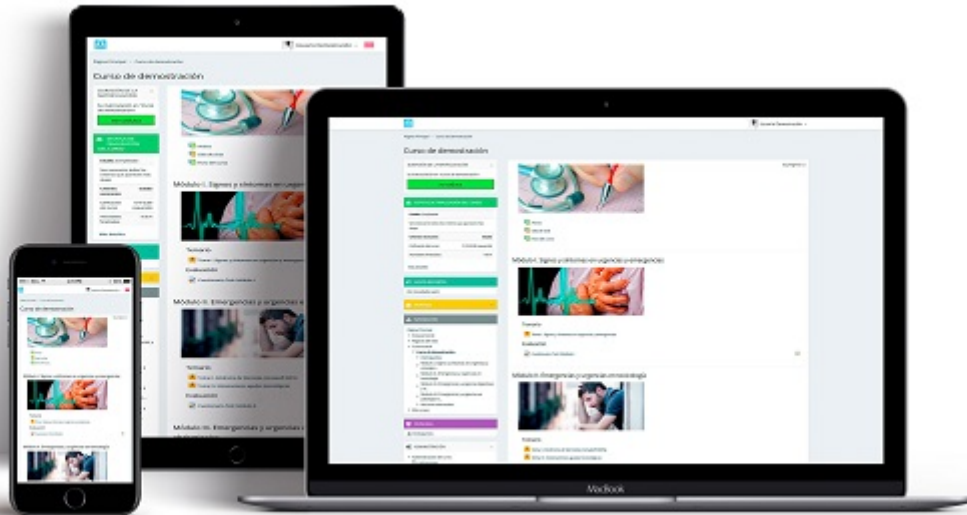
Anexo II. Pesos de medidas caseras:

- Pesos de medidas caseras.

Anexo III. Lista de los aditivos alimentarios permitidos actualmente en la unión europea y sus números:

- Lista de los aditivos alimentarios permitidos actualmente en la unión europea y sus números E.

Metodología



El desarrollo del programa formativo se realiza a distancia, el alumno dispondrá de los contenidos en formato PDF y realizará la evaluación en la plataforma online, esta plataforma está operativa 24x7x365 y además está adaptada a cualquier dispositivo móvil. El alumno en todo momento contará con el apoyo del departamento tutorial. Las tutorías se realizan mediante email (atenciontutorial@eshe.es) o través del sistema de mensajería que incorpora la plataforma online. Dentro de la plataforma encontrarás:

- Guía de la plataforma.
- Foros y chats para contactar con los tutores.
- Temario.
- Resúmenes.
- Vídeos.
- Guías y protocolos adicionales.
- Evaluaciones.
- Seguimiento del proceso formativo.

Inscribirme

