

# P



**Jornadas y seminarios presenciales**

Solicitada la acreditación por la Comisión de Formación Continuada de Navarra del Sistema de Acreditación de la Formación Continuada de las profesiones sanitarias en el Sistema nacional de Salud.



## DIRECCIÓN ACADÉMICA

**Jesús Sanchis Chordà**  
**Lucía Redondo Cuevas**

## PROFESORADO DEL CURSO

**Jesús Sanchis Chordà** - Investigador en la unidad de Pediatría del Departamento de Pediatría, Obstetricia y Ginecología de la Facultad de Medicina y Odontología de la Universidad de Valencia

Dietista-Nutricionista, docente e investigador (Col. CV00398). Posee una brillante trayectoria académica, durante la cual ha recibido premios extraordinarios y varios premios al mejor expediente académico de España por sus estudios en el Grado de Nutrición humana y dietética, el Máster de Fisiología integrativa y el Ciclo Superior de Animación de actividades físicas y deportivas. Actualmente elabora su tesis doctoral en el Departamento de Pediatría de la Facultad de Medicina de la Universidad de Valencia, donde investiga nuevas estrategias con las que abordar la microbiota intestinal como diana terapéutica para hacer frente a la obesidad y sus complicaciones asociadas. Ha sido invitado como ponente en varios congresos para exponer la estrecha relación que se establece entre la microbiota intestinal y la salud humana. Colabora como docente en varios másteres universitarios, y es coautor de los libros 'Alimentación prebiótica' y 'Niños sanos, adultos sanos'.

**Lucía Redondo Cuevas** - Profesora en la Universidad Católica de Valencia

Doctora en ciencias y Dietista-Nutricionista (Col. CV00589). Ha desarrollado su labor de investigación entre Valencia y el Instituto Rowett de la Universidad de Aberdeen (Escocia) y es autora de varias publicaciones científicas. Es Máster en Nutrición y metabolismo por la Universidad de Barcelona, y Máster en Condicionantes genéticos, nutricionales y ambientales del crecimiento y desarrollo por la Universidad Rovira i Virgili (Tarragona). Al mismo tiempo, Lucía se ha formado ampliamente en el campo de la medicina natural. Durante 8 años fue docente del Ciclo Formativo de Dietética del IFPS Roger de Llúria en Barcelona, donde también adquirió amplia experiencia en nutrición clínica. Actualmente es profesora de la Universidad Católica de Valencia, así como de varios másteres universitarios. Es coautora de los libros Alimentación prebiótica y Remedios naturales al alcance de todos. Más sobre ella en [www.luciarredondo.com](http://www.luciarredondo.com).

## OBJETIVOS DEL CURSO

### OBJETIVOS GENERALES

Conocer las profundidades de nuestro sistema digestivo, los microorganismos que en él habitan (microbiota intestinal) y sus implicaciones en la salud y enfermedad, ofreciendo herramientas prácticas para solucionar los trastornos digestivos más habituales que nos llegan a la consulta.

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Conocer los aspectos más importantes acerca de la microbiota y el microbioma intestinal, y su estrecha relación con la salud humana.
- Conocer los diversos agentes que impactan sobre la microbiota y la integridad del tracto gastrointestinal.
- Descubrir los alimentos menos adecuados para la población debido a su capacidad de dañar las estructuras del tracto gastrointestinal y a los microorganismos que alberga, y mostrar aquellos alimentos y suplementos que ayudan a su regeneración. También se estudiará la forma más apropiada de cocinado y consumo.
- Aportar estrategias terapéuticas (sin fármacos) para el tratamiento de trastornos gastrointestinales tan comunes como gases, reflujo gastroesofágico, dispepsia, diarrea, estreñimiento, síndrome de intestino irritable o sobrecrecimiento bacteriano.

### METODOLOGÍA DOCENTE

Se desarrollará el contenido del curso a través de una presentación power point y la explicación por parte del profesorado. Además, se mostrarán alimentos y remedios sencillos para ayudar al tratamiento de patologías gastrointestinales.

El profesor desarrollará el contenido del curso de forma amena e incitará al alumnado a exponer las dudas que vayan surgiendo.

### PERTINENCIA DE LA ACTIVIDAD, ¿POR QUÉ SE HA DECIDIDO HACER ESTE CURSO?

En nuestro interior albergamos más microbios que células humanas. Con ellos mantenemos una relación de ayuda mutua: nosotros les aportamos cobijo y alimento, mientras que ellos hacen posible la digestión de los alimentos, la maduración y el buen funcionamiento del sistema inmunitario, el mantenimiento de un peso estable e, incluso, pueden controlar nuestro comportamiento. Trastornos como estreñimiento, gases, reflujo, diarrea, heces mal formadas, SIBO o intestino irritable; están a la orden de día, presentes en casi cada familia y en personas de cualquier edad. En este seminario pasamos de la teoría a la práctica, aportando soluciones y estrategias terapéuticas naturales y al alcance de todos para combatir los trastornos digestivos, utilizando la alimentación como eje del tratamiento. Todo ello, siempre desde un punto de vista integrativo y con el conocimiento científico más actual como punto de partida

**DURACIÓN:** 7 horas

### PROFESIONALES A LOS QUE SE DIRIGE

Dirigido especialmente a dietistas-nutricionistas, pero también a otros profesionales sanitarios (médicos, enfermeros/as, etc).

**PLAZAS:** 50

### RESUMEN DEL PROGRAMA DEL CURSO

<b>TEMA 1</b> Duración (horas): 0,5 h	Introducción: un paseo por la estructura y función del aparato digestivo <u>Objetivos:</u> Conocer/repasar los conceptos básicos de la estructura y función del aparato digestivo. <u>Contenido/temas:</u> • Boca, masticación y saliva • Estómago, ácido y mucosa • Intestino, mucosa, digestión y absorción • Bilis y jugos pancreáticos • Enemigos intestinales
<b>TEMA 2</b> Duración (horas): 2	Microbiota intestinal como diana terapéutica <u>Objetivos:</u> Conocer los aspectos más importantes acerca de la microbiota y el microbioma intestinal, y su estrecha relación con la salud humana. <u>Contenido/tema:</u> De qué hablamos cuando decimos microbiota? • Conceptos y relevancia • Distribución y diversidad • Funciones y Ácidos grasos de cadena corta (ÁGCC) • Ecosistema intestinal ¿Qué afecta a la colonización y la diversidad? • La ventana de oportunidad: la clave • Genética y microbiota • Evolución, alimentación y microbiota • El entorno y la hipótesis de la higiene • Antibióticos, del griego "contra la vida" • Fármacos inofensivos
<b>TEMA 3</b> Duración (horas): 0,5 h	Intestino y microbiota en la salud y enfermedad <u>Objetivos:</u> Descubrir la implicación que tiene la salud intestinal en la salud humana <u>Contenido/tema:</u> • Disbiosis e hiperpermeabilidad • Eje Microbiota-Intestino-Cerebro • Sistema Inmunitario Mucosal • Trastornos gastrointestinales y disbiosis
<b>TEMA 4</b> Duración (horas): 1 h	Alimentación prebiótica <u>Objetivos:</u> Descubrir los alimentos menos adecuados para la población debido a su capacidad de dañar las estructuras del tracto gastrointestinal y a los microorganismos que alberga, y mostrar aquellos alimentos y suplementos que ayudan a su regeneración. También se estudiará la forma más apropiada de cocinado y consumo. <u>Contenido/tema:</u> • Primero, quitar lo que perjudica – Alimentación disbiótica • Y nuestras bacterias, ¿qué comen? • A la práctica, ¿qué y cómo lo como?
<b>TEMA 5</b> Duración (horas): 4 h	Herramientas específicas para trastornos gastrointestinales <u>Objetivos:</u> Aportar estrategias terapéuticas (sin fármacos) para el tratamiento de trastornos gastrointestinales tan comunes como gases, reflujo gastroesofágico, dispepsia, diarrea, estreñimiento, síndrome de intestino irritable o sobrecrecimiento bacteriano. <u>Contenido/tema:</u> • Probióticos • Reflujo gastroesofágico • Dispepsia funcional • Sobrecrecimiento bacteriano • Síndrome del Intestino Irritable • Intolerancias a carbohidratos • Diarrea crónica • Estreñimiento • Flatulencias

## LUGARES Y FECHAS

**EDICIÓN EN OVIEDO**  
9 de septiembre de 2019

**EDICIÓN EN MADRID**  
21 de septiembre de 2019

**INCRIBIRME/  
MÁS INFORMACIÓN**

**INCRIBIRME/  
MÁS INFORMACIÓN**

