

C



Programa de cursos a distancia 2020

Curso acreditado con 10,61 créditos 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.



Curso organizado por la Academia Española de Nutrición y Dietética y Nutrinfo, con el aval del Consejo General de Colegios Oficiales de Dietistas-Nutricionistas de España.

Este curso cuenta con un **descuento especial** en su matrícula para los miembros de la Academia.



CURSO DE SISTEMA DE INTERCAMBIOS® PARA LA CONFECCIÓN DE DIETAS Y PLANIFICACIÓN DE MENÚS

El curso que te sacará las castañas del fuego

¡Apúntate!

DIRECCIÓN ACADÉMICA

Dra. Iva Marques
Dr. Giuseppe Russoiillo

PROFESORADO DEL CURSO

Prof. Dr. J. Alfredo Martínez Hernández
Susana Santiago Neri
M. Iosune Zubieta Satrustegui

OBJETIVOS DEL CURSO

OBJETIVOS GENERALES

La planificación de dietas constituye unas de las funciones profesionales relevantes del nutricionista/dietista. En esta labor se pueden emplear diferentes metodologías como la confección de dietas por raciones, por gramajes, por equivalentes y otras más.

El curso pretende aportar una herramienta de trabajo indispensable en la consulta del profesional, cuyo objeto sea facilitar la confección de dietas y planificación de menús, así como presentar al paciente dietas fáciles de realizar, abiertas al gusto y costumbres alimentarias y de mayor libertad en la elección de alimentos prescritos en la dieta.

La programación se centra en un curso a distancia sobre la confección de dietas y planificación de menús utilizando un sistema de intercambios® validado científicamente, así como un programa informático online donde se podrán aplicar los conocimientos adquiridos.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Comprender e incorporar el concepto de intercambio y la evolución de las listas de intercambios de alimentos desde su creación.
- Conocer el fundamento, las bases y los componentes de unas listas de intercambios® de alimentos validadas científicamente para uso en la confección de dietas y menús.
- Adquirir el conocimiento necesario para manejar el sistema de confección de dietas por el sistema de intercambios® de alimentos, así como los medios para su validación.
- Realizar la planificación de menús derivada de una dieta de intercambios®.
- Manejar el sistema de confección de dietas por intercambios® en la planificación dietética para individuos y colectivos.

PRESENTACIÓN DEL CURSO

El presente curso es fruto de varios años de trabajo dedicados a la búsqueda de herramientas prácticas para el nutricionista/dietista en la confección de dietas y planificación de menús, así como en la educación alimentaria y nutricional.

Las listas de intercambio son una herramienta de trabajo frecuentemente utilizadas en Estados Unidos, Canadá, Sudamérica e incluso en Europa.

Los autores presentan en este curso unas listas de intercambio de alimentos validadas científicamente en el uso de la confección de dietas y planificación de menús, unas listas de alimentos que permitan el intercambio de diferentes cantidades en gramos sin repercutir en la ingesta total diaria de los pacientes tratados con dietas confeccionadas por este sistema.

Asimismo, durante estos años se ha creado y perfeccionado un sistema de confección de dietas patentado, basado en una asignación lógica y matemática de intercambio de alimentos, que permite al profesional diseñar dietas personalizadas y planificar menús con precisión nutricional, trabajando con un método rápido y sencillo de aplicar. También, los autores han desarrollado la aplicación del sistema teórico recientemente patentado de intercambios® en una cocina doméstica, con el fin de testar y comprobar que el sistema funciona y que las cantidades de alimentos con las que se han confeccionado las listas de intercambio están dotadas de sentido dietético y sobre todo culinario, un aspecto realmente importante y necesario previo a la publicación de unas listas de cantidades de alimentos para uso práctico.

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

La confección de dietas por intercambios® es un sistema fascinante, en el que una vez adquiridas las habilidades para su utilización y aplicación práctica se convierte en una herramienta importante en el desarrollo diario de la profesión del nutricionista/dietista.

Los autores le invitan a adentrarse en un método que rentabilizará el tiempo y hará más eficiente el trabajo en la consulta dietética, esperando que el curso contribuya a mejorar el ejercicio diario en el campo de la nutrición humana y dietética.

DURACIÓN: 13 semanas (78 horas cátedra)

NÚMERO MÁXIMO DE ALUMNOS: 1 tutor cada 50 alumnos

METODOLOGÍA DOCENTE

La propuesta de programación incluye un programa constituido por módulos: temas y actividades. Se pretende que los módulos formen entidades amplias y autosuficientes, con objetivos propios, de forma que las actividades previstas para cada una de ellas permitan en su caso su evaluación.

Los módulos estarán estructurados de la siguiente manera:

1. Temas. Se expondrán con documentos virtuales en formato PDF y videos con presentaciones de powerpoint.
2. Actividades: consistirán en foros de debate o trabajos individuales.

El curso se dictará a través de internet utilizando Nuevas Tecnologías de Información y Comunicación (NTIC's), en forma 100% a distancia, sin necesidad de traslados y permitiendo gran flexibilidad en el manejo de los tiempos de estudio. Cada cursante tendrá acceso a una página personal desde donde podrá descargar y/o visualizar el material teórico-práctico de los distintos módulos, que se irán habilitando a medida que se desarrolle el cronograma propuesto y se vayan cumpliendo objetivos parciales (resolución de evaluaciones tipo múltiplechoice).

Los profesionales que formen parte del grupo de estudios, tendrán la posibilidad de interactuar con los expertos y colegas participantes, de las siguientes formas:

- **Foro de Discusión:** un espacio de trabajo donde podrá volcar preguntas, dudas, artículos, gráficos, etc. que compartirá junto a los docentes y colegas de todo el mundo que participan del curso. Todos tendrán la posibilidad de responder y debatir sobre los temas planteados.
- **E-mail:** enviando consultas a docentes y coordinadores, planteando una duda o consulta específica sobre el módulo que actualmente se está cursando. El e-mail será respondido directamente al alumno y no será incluido en el foro de discusión.
- **Café Universitario:** un lugar de encuentro informal para hablar de todo lo que no esté directamente vinculado a los materiales de estudio. Es el espacio ideal para conocer un poco más acerca de cada uno de los colegas que formarán parte del grupo, compartir búsquedas laborales, combinar para ir juntos a un Congreso, enviar saludos en fechas especiales, etc. Todo sin protocolos ni academismos.

Importante: El curso incluye clases que se dictarán a través de videoconferencias grabadas (presentaciones PowerPoint con audio y video). Las mismas podrán ser vistas por el cursante en cualquier momento y desde cualquier lugar. Sólo es necesario contar una PC, Notebook, Tablet o Smartphone y conexión a internet.

¿CÓMO VAN A SER LAS TUTORÍAS?

El alumnado puede enviar un e-mail al docente, planteando una duda o consulta específica sobre el módulo que se esté cursando. El e-mail será respondido directamente al alumno.

Los foros de discusión permiten volcar preguntas, dudas, artículos, gráficos, etc. que se comparten con los docentes y el resto de alumnos. Todos tendrán la posibilidad de responder y debatir sobre los temas planteados. El café universitario es un espacio habilitado para el encuentro informal, para hablar de todo lo que no esté directamente vinculado a los materiales de estudio. Permite crear una relación más cercana entre el alumnado, compartir información sobre temas profesionales ajenos al curso, ofertas de empleo, etc. Todo sin protocolos ni academismos.

RESUMEN DEL PROGRAMA DEL CURSO

INTRODUCCIÓN Duración (horas): 2	Introducción al uso de la plataforma de estudio. Presentación del grupo de alumnos y docentes.
MÓDULO I Duración (horas): 6 Semanas (6h/semana): 1	Historia de las listas de intercambios de alimentos Temas: Definición de intercambio y utilidad en la nutrición aplicada. Evolución histórica de las listas de intercambio. Situación actual de las listas de intercambio de alimentos y concepto de equivalente. Actividades: Cuestionario conocimientos. Foro: Los alumnos utilizan o han utilizado listas de intercambios para la confección de dietas? ¿Cuáles?
MÓDULO II Duración (horas): 19 Semanas (6h/semana): 3	Bases y manejo de las listas de intercambio de alimentos Temas: Descripción general de las listas de intercambio. Componentes de las listas de intercambio, incluidas las variables estadísticas que validan las listas de intercambio. Presentación de las listas de intercambio de alimentos. Procedimiento general con los alimentos que no están incluidos en las lista de intercambio de alimentos. Actividades: Cuestionario conocimientos. Foro: En caso de utilizar listas, ¿existen variables estadísticas de control?
MÓDULO III Duración (horas): 25 Semanas (6h /semana): 4	Aplicación del sistema de intercambios® en la confección de dietas y planificación de menús. Temas: Descripción general del sistema de intercambios®. Aplicación del sistema de intercambios® en la confección de una dieta y/o menú. Confección de la dieta. Realización de un caso práctico. Actividades: Cuestionario conocimientos. Foros: ¿Cómo hacías las dietas hasta ahora? ¿Crees que necesitas calibrar tus dietas a partir de ahora?
MÓDULO IV Duración (horas): 25 Semanas (6h /semana): 4	Resolución de casos clínicos con software online. Caso clínico 1 - Dieta en embarazo. Caso clínico 2 - Dieta en enfermo renal. Caso clínico 3 - Dieta de entrenamiento para deportista. Actividades: Los casos clínicos 1 y 2 serán realizados conjuntamente con los profesores y el caso 3 será resuelto fundamentalmente por el alumno. Foro: Planteamientos de cuestiones en la resolución de los casos expuestos. Ideas para mejorar la aplicación del sistema a casos concretos.
EVALUACIÓN FINAL Duración (horas): 2	Fecha límite para presentar el Trabajo Final: Elaboración de una dieta a partir de un Caso Clínico planteado por el Equipo Docente. Importante: Todo trabajo presentado fuera de los plazos establecidos, sin previa autorización del Director o del Coordinador del Curso, será considerado desaprobado y sin derecho a recuperatorio.

Horas totales del curso: 78 (4 de estudio, 1 de tutoría y 1 de evaluación) en 3 semanas.

Para más información o para inscribirse al curso hacer clic en el siguiente enlace:

[INCRIBIRME/MÁS INFORMACIÓN](#)

[DESEO HACERME MIEMBRO DE LA ACADEMIA Y DISFRUTAR DEL PRECIO REDUCIDO PARA MIEMBROS](#)

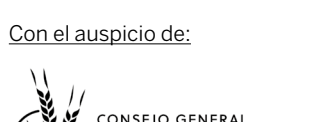


Organiza:



Comunidad Virtual de Profesionales de la Nutrición

Con el auspicio de:



CONSEJO GENERAL DE COLEGIOS OFICIALES DE Dietistas-Nutricionistas