

I Workshop sobre Obesidad y Nutrición: una visión integral de la obesidad más allá de la báscula



RESUMEN DEL PROGRAMA DEL CURSO

Obesidad y microbiómica: una visión del siglo XXI
(30 minutos)

Últimos descubrimientos sobre la relación microbiota y obesidad.
Material a utilizar:
Presentación PWP
Actividades a realizar por el alumnado:
Visualización de vídeos.

Aspectos psicofisiológicos y conductuales de la Obesidad y psicopatologías asociadas
(30 minutos)

Definir el concepto de obesidad, teniendo en cuenta de los factores psicológicos, fisiológicos y conductuales, y como estos últimos interactúan con otros factores facilitando la aparición y el mantenimiento de esta patología. Además, dar a conocer al Dietista- Nutricionista qué tipos de psicopatologías pueden estar asociadas a la obesidad y poder así abordar los casos a nivel interdisciplinar.
Material a utilizar:
Presentación PWP
Actividades a realizar por el alumnado:
Visualización de vídeos.

Psicoeducación y Mindful eating como estrategias para una alimentación más consciente y un mejor manejo de las emociones
(30 minutos)

Fomentar la puesta en marcha de acciones que promuevan la educación del paciente sobre los aspectos nutricionales, psicológicos y fisiológicos que intervienen en la obesidad por parte de los profesionales de la salud. Además, formar al Dietista-Nutricionista en técnicas básicas de alimentación consciente que puedan poner en práctica con sus pacientes, como estrategia hacia el cambio de hábitos más saludables, conscientes y duraderos.
Material a utilizar:
Presentación PWP
Actividades a realizar por el alumnado:
Visualización de vídeos.

Evaluación clínico-nutricional de la obesidad
(30 minutos)

Análisis de datos clínicos y pruebas diagnósticas relevantes en consulta de Nutrición. Entrevista dietético-nutricional y estudio de la composición corporal. Importancia motivacional de la primera consulta.
Material a utilizar:
Presentación PWP
Actividades a realizar por el alumnado:
Visualización de vídeos.

Educación nutricional y conciencia de salud. Cambios duraderos a medio-largo plazo, más allá del peso
(30 minutos)

Indagación en la relación con la comida del paciente desde el punto de vista del Dietista-Nutricionista. Influencias, mitos y trayectoria previa que lo condicionan. Planteamiento de objetivos y expectativas realistas en consulta.
Material a utilizar:
Presentación PWP
Actividades a realizar por el alumnado:
Visualización de vídeos.

Tratamiento nutricional de la obesidad basado en la evidencia
(30 minutos)

Revisión de la literatura científica actual sobre los principales tratamientos dietéticos existentes y de aplicación en la consulta del Dietista-Nutricionista.
Material a utilizar:
Presentación PWP
Actividades a realizar por el alumnado:
Visualización de vídeos.

Ejercicio físico en personas con sobrepeso/obesidad: más allá del cardio
(30 minutos)

Nociones básicas sobre ejercicio físico y pautas útiles para emplear con los pacientes obesos.
Material a utilizar:
Presentación PWP
Actividades a realizar por el alumnado:
Visualización de vídeos.

Aspectos psicológicos que influyen en el abandono de los hábitos saludables
(30 minutos)

Mecanismos psicológicos que influyen en el abandono de hábitos y estrategias aprendidas durante el abordaje psicológico, dietético-nutricional y de la actividad física del paciente.
Material a utilizar:
Presentación PWP
Actividades a realizar por el alumnado:
Visualización de vídeos.

Organiza:



ACADEMIA
ESPAÑOLA DE
NUTRICIÓN
Y DIETÉTICA



Con la colaboración de:



CONSEJO GENERAL
DE COLEGIOS OFICIALES DE
Dietistas-Nutricionistas

#YoMeFormoEnCasa

#academízate