



**CAPACITACIONES  
ULEARNING**

**CURSO**  
**ABORDAJE NUTRICIONAL**  
**INTEGRAL EN PACIENTE ADULTO**  
**VEGANO**  
**CERTIFICADO POR 40 HRS**

## **DESCRIPCIÓN:**

El curso de abordaje nutricional integral en paciente adulto vegano certificado por 40 horas modalidad online, es un programa educativo diseñado para profesionales de la salud interesados en expandir sus conocimientos en nutrición vegana y en cómo abordar la nutrición de pacientes adultos que siguen esta dieta.

Durante el curso, los participantes aprenderán los principios básicos de la nutrición vegana, incluyendo las fuentes de proteínas, grasas y carbohidratos que se encuentran en alimentos de origen vegetal. También se estudiarán los nutrientes clave que pueden faltar en una dieta vegana y cómo asegurar que los pacientes obtengan una nutrición adecuada.

El curso incluirá información sobre cómo adaptar un plan de alimentación a las necesidades individuales de cada paciente, teniendo en cuenta factores como la edad, el género, el nivel de actividad física y las condiciones de salud existentes.

Los participantes también aprenderán a identificar y abordar problemas nutricionales comunes que pueden afectar a los pacientes veganos, como la deficiencia de vitamina B12 y la falta de proteínas de alta calidad.

Además de la teoría, el curso incluirá ejemplos y estudios de casos para que los participantes puedan aplicar los conocimientos adquiridos en situaciones reales.

## **OBJETIVOS:**

Aprender los principios básicos de la nutrición vegana y las fuentes de proteínas, grasas y carbohidratos que se encuentran en alimentos de origen vegetal.

Identificar los nutrientes clave que pueden faltar en una dieta vegana y aprender cómo asegurar que los pacientes obtengan una nutrición adecuada.

Aprender a adaptar un plan de alimentación a las necesidades individuales de cada paciente, teniendo en cuenta factores como la edad, el género, el nivel de actividad física y las condiciones de salud existentes.

Identificar y abordar problemas nutricionales comunes que pueden afectar a los pacientes veganos, como la deficiencia de vitamina B12 y la falta de proteínas de alta calidad.

Adquirir habilidades prácticas y aplicar los conocimientos adquiridos en situaciones reales a través de ejemplos prácticos y estudios de casos.

## **DIRIGIDO A:**

- Médicos generales y especialistas en nutrición.
- Dietistas y nutricionistas.
- Enfermeros y enfermeras.
- Terapeutas ocupacionales y físicos.
- Psicólogos y psiquiatras interesados en la nutrición como parte del tratamiento de trastornos alimentarios.

También puede ser útil para estudiantes de carreras relacionadas con la salud que estén interesados en aprender sobre la nutrición vegana y cómo abordar la nutrición de pacientes veganos en el futuro.

# CONTENIDOS:

- **MODULO 1: VENTAJAS Y DESVENTAJAS DE UNA ALIMENTACION VEGETARIANA.**
  - Definición y tipos de vegetarianismo.
  - Beneficios de una alimentación vegetariana a lo largo del ciclo vital, basado en la evidencia
  - Desventajas de una alimentación vegetariana sin orientación profesional actualizada
  
- **MODULO 2: MACRONUTRIENTES Y MICRONUTRIENTES.**
  - Proteínas, ¿Un Macronutriente deficiente en vegetarianos(as) y veganos(as). Un análisis de mitos basado en la evidencia
  - Vitamina B12, único nutriente crítico
  - Nutrientes relevantes: Hierro, Calcio, Zinc, Omega-3 y Yodo
  - Vitamina D, una vitamina en déficit a nivel universal.
  
- **ANALISIS PAPER: VENTAJAS Y DESVENTAJAS NUTRICIONALES DE SER VEGANO O VEGETARIANO.**
  
- **MODULO 3: ELEMENTOS A CONSIDERAR PARA UN ADECUADO MANEJO.**
  - Anamnesis Clínica/Anamnesis alimentaria, con evaluación de ingesta por grupo alimentario relevante en el grupo estudiado.
  - Evaluación Nutricional: Estudio de parámetros propios de vegetarianos de acuerdo con el historial del individuo.
  - Niveles bioquímicos adecuados en parámetros propios de individuos vegetarianos.
  
- **MODULO 4: SUPLEMENTACIÓN.**
  - Indicación de suplementación de Vitamina B12.

- Cuando suplementar hierro, omega-3 y calcio.
- Vitamina D, suplementación en la población.

- **CASO CLINICO**

## **METODOLOGIA:**

- Modalidad 100% online, asincrónico.
- Duración máxima de 2 meses.
- Plataforma virtual de estudios disponible las 24 horas del día.

## **CERTIFICACIÓN:**

- Certificación inmediata al aprobar el CURSO
- Nota de Aprobación mínima de un 5.0 en la escala de 1 a 7.