



## ESPECIALIZACIÓN EN NUTRICIÓN EN OBESIDAD Y SOBREPESO

**Programa de la  
Capacitación**

## PROGRAMA DE LA CAPACITACIÓN

### NUTRICIÓN EN OBESIDAD Y SOBREPESO

La obesidad es una enfermedad crónica de origen multifactorial, con implicación de determinantes genéticos y ambientales, que se manifiesta por una alteración en la composición corporal caracterizada por un aumento del compartimiento graso. Esta situación, en la mayoría de los casos, a su vez, se acompaña de un incremento del peso corporal suponiendo un considerable aumento del riesgo de aparición de complicaciones que afectan la calidad y la esperanza de vida.

#### OBJETIVOS DE LA CAPACITACIÓN



- Conocer los aspectos fisiopatológicos, clínicos y terapéuticos de la obesidad y el sobrepeso.
- Analizar y concientizar respecto del impacto de la epidemia global de obesidad sobre la calidad y la esperanza de vida.
- Adquirir los conocimientos y herramientas para diseñar e implementar un tratamiento integral de la obesidad.
- Conocer el abordaje no dietante y la alimentación consiente como fundamentos del tratamiento clínico.

#### PLAN DE ESTUDIO



#### ✓ Epidemiología de la Obesidad

- Definición integral de obesidad y sobrepeso.
- Heterogeneidad de la patología.
- Las redes y la obesidad. Fanatismo alimentario.
- Pseudociencia.

<sup>1</sup> Uso con fines académicos



- Prevención.

## ✓ **Balance Energético**

- Mecanismos fisiológicos.
- Genotipo ahorrador.
- Conducta Alimentaria.
- Ambiente obesígeno.
- Gasto energético.

## ✓ **Clínica de la Obesidad**

- Tejido adiposo.
- Enfermedad metabólica.
- Diabetes.
- Cáncer.
- Obesidad infanto-juvenil.
- Obesidad en la mujer.
- Enfermedad cardiovascular.
- Síndrome de Apnea Hipoapnea Obstructiva del Sueño (SAHOS).

## ✓ **Tratamiento Integral de la Obesidad**

- Estudio del paciente obeso.
- Planteamiento de objetivos.
- Plan alimentario.
- Lista de compra saludable.
- Manejo de la conducta alimentaria y toma de conciencia.
- Cirugía bariátrica.

## ✓ **Abordaje no dietante**

<sup>1</sup> Uso con fines académicos

- Cambio de paradigma.
- Efecto de las dietas hipocalóricas.
- Dietas de moda.
- Reglas de no dieta.
- Herramientas de Coaching para implementar en la consulta.

### **Alimentación Consciente**

- Emociones.
- Manejo del estrés.
- Hábitos.
- Neuroplasticidad.
- Motivación.

### **Actividad Física**

- Concientización.
- Tipos de actividad física.

<sup>1</sup> Uso con fines académicos