

Diplomado en Obesidad y Sobrepeso

Modalidad: Asincrónico

Duración total: 250 horas

Objetivo General

El diplomado busca entregar una comprensión integral de los aspectos nutricionales, clínicos, psicológicos y preventivos relacionados con el sobrepeso y la obesidad, permitiendo al participante identificar factores de riesgo, realizar valoraciones adecuadas y aplicar estrategias de tratamiento y prevención basadas en evidencia.

Objetivos Específicos

- Comprender los fundamentos de la nutrición y su relación con el estado nutricional de las personas.
- Analizar los determinantes del sobrepeso y la obesidad a lo largo del ciclo vital.
- Reconocer los riesgos, complicaciones y enfermedades asociadas a la obesidad.
- Aplicar herramientas de valoración nutricional en pacientes con exceso de peso.
- Identificar estrategias de intervención y tratamiento integral de la obesidad.
- Evaluar aspectos psicológicos que influyen en la conducta alimentaria y en el desarrollo del sobrepeso.
- Diseñar medidas y programas de prevención del sobrepeso y la obesidad en diferentes grupos de la población.

Módulos del Diplomado

Módulo 1: Nutrición y Alimentación

- Conceptos fundamentales de nutrición.
- Macronutrientes y micronutrientes.
- Balance energético y requerimientos nutricionales.
- Relación entre alimentación, metabolismo y composición corporal.

Módulo 2: Dieta Saludable

- Principios de una alimentación saludable.
- Guías alimentarias actuales.
- Planificación de menús equilibrados.
- Etiquetado nutricional y selección de alimentos.

Módulo 3: Nutrición a lo Largo del Ciclo Vital

- Necesidades nutricionales en infancia, adolescencia, adultez y vejez.
- Cambios fisiológicos y repercusiones en el estado nutricional.
- Factores socioculturales que influyen en la alimentación.

Módulo 4: Obesidad y Sobrepeso

- Conceptos, definiciones y clasificación.
- Epidemiología del sobrepeso y la obesidad.
- Factores genéticos, ambientales y conductuales asociados.

Módulo 5: Riesgos y Problemas de Salud Asociados al Sobrepeso y la Obesidad

- Enfermedades metabólicas y cardiovasculares.
- Trastornos osteoarticulares.
- Complicaciones respiratorias y gastrointestinales.
- Relación entre obesidad y mortalidad.

Módulo 6: Valoración de Pacientes con Obesidad

- Técnicas e instrumentos de evaluación nutricional.
- Índices antropométricos y composición corporal.
- Historia dietética y análisis de hábitos alimentarios.
- Interpretación clínica y elaboración del diagnóstico nutricional.

Módulo 7: Tratamiento de la Obesidad

- Intervenciones nutricionales.
- Actividad física y gasto energético.
- Farmacoterapia y criterios de uso.
- Manejo interdisciplinario y seguimiento del paciente.

Módulo 8: Prevención del Sobrepeso y la Obesidad

- Estrategias comunitarias y educativas.
- Promoción de estilos de vida saludables.
- Programas preventivos para escuelas, trabajos y entornos comunitarios.
- Políticas públicas asociadas a prevención.

Módulo 9: Aspectos Psicológicos de la Obesidad

- Conducta alimentaria y relación emocional con la comida.
- Estrés, ansiedad y efectos en el peso corporal.
- Trastornos alimentarios asociados.
- Estrategias de apoyo psicológico y motivacional.

Módulo 10: Obesidad Infantil

- Determinantes del sobrepeso en niños y adolescentes.
- Impacto del entorno familiar y escolar.
- Herramientas para valoración infantil.
- Programas de intervención y prevención en la niñez.

Metodología del Diplomado Asincrónico

El Diplomado se desarrollará completamente en modalidad asincrónica, a través de una plataforma virtual de aprendizaje (LMS), disponible las 24 horas del día durante el período establecido. Esta modalidad permite al participante avanzar a su propio ritmo, accediendo a los materiales y actividades desde cualquier dispositivo con conexión a internet.

1. Estrategia de Aprendizaje

El proceso formativo se centra en el aprendizaje autónomo y flexible, donde cada participante gestiona su tiempo de estudio de acuerdo con su disponibilidad. La metodología combina distintos recursos pedagógicos digitales que promueven la comprensión, análisis y aplicación práctica de los contenidos.

2. Recursos Didácticos

- **Lecturas guiadas:** Materiales teóricos descargables y diseñados con lenguaje claro, esquemas y ejemplos prácticos.
- **Presentaciones interactivas:** Diapositivas con resúmenes de conceptos clave y ejercicios de reflexión.
- **Videos de apoyo:** Material audiovisual breve y complementario, orientado a reforzar los contenidos principales de cada módulo (sin incluir clases explicativas grabadas).
- **Casos prácticos:** Situaciones reales o simuladas que permiten aplicar los conocimientos adquiridos.
- **Foros de participación:** Espacios asincrónicos para el intercambio de ideas y resolución de dudas, moderados por el tutor.

3. Rol del Tutor

El tutor o facilitador cumple un rol de acompañamiento y orientación, respondiendo consultas en foros o mensajería interna de la plataforma. Asimismo, entrega retroalimentación personalizada sobre las actividades evaluativas y fomenta la participación activa del estudiante.

4. Evaluación del Aprendizaje

La evaluación es continua y formativa, con instrumentos que valoran tanto la comprensión teórica como la aplicación práctica:

- Cuestionarios en línea por módulo.
- Actividades prácticas o estudios de caso.
- Evaluación final integradora.

La aprobación del Diplomado requerirá una nota mínima de 4.0 (en escala de 1.0 a 7.0) y un avance total del 100 % en los contenidos.

5. Seguimiento y Soporte

El sistema registra automáticamente el progreso, tiempo de conexión y resultados obtenidos por cada participante. En caso de dificultades técnicas, el estudiante podrá contactar al soporte académico o técnico mediante correo electrónico o chat interno.

6. Cierre y Certificación

Una vez completadas todas las actividades, el participante podrá descargar su certificado digital de aprobación desde la sección correspondiente de la plataforma, con validez oficial emitida por OTEC JCCD LTDA.