



## **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.