

## Evaluación Nutricional

**Modalidad:** Asincrónico

**Duración total:** 50 horas

### Descripción general:

Este curso entrega los conocimientos teórico-prácticos necesarios para aplicar técnicas de evaluación nutricional mediante la correcta utilización de instrumentos antropométricos. Permite al participante realizar mediciones precisas de peso, talla, circunferencias y pliegues cutáneos, fundamentales para diagnosticar el estado nutricional de individuos y poblaciones.

### Objetivo general:

Capacitar al participante en la aplicación de métodos e instrumentos de evaluación nutricional, desarrollando competencias para interpretar resultados antropométricos con enfoque en la promoción y prevención de la salud.

### Módulo 1: Instrumentos de Medición de Peso - Talla y Mediciones Antropométricas de Peso-Talla

Contenidos:

- Conceptos básicos de evaluación antropométrica.
- Importancia del peso y la talla en la valoración nutricional.
- Tipos de balanzas y tallímetros: características, uso y calibración.
- Técnicas correctas de medición de peso y talla.
- Cálculo e interpretación del Índice de Masa Corporal (IMC).
- Valores de referencia según edad, sexo y condición fisiológica.

### Objetivos específicos:

- Identificar los instrumentos utilizados para medir peso y talla.
- Aplicar correctamente las técnicas de medición antropométrica básicas.
- Calcular e interpretar el IMC y su relación con el estado nutricional.

### Módulo 2: Instrumentos de Medición y Mediciones Antropométricas de Circunferencias

Contenidos:

- Concepto e importancia de las mediciones de circunferencia corporal.
- Tipos de cintas antropométricas y su calibración.
- Procedimientos para medir circunferencia de cintura, cadera, brazo y pantorrilla.
- Indicadores derivados: relación cintura-cadera, circunferencia media del brazo (CMB).
- Interpretación de resultados según grupos etarios y condiciones clínicas.

### Objetivos específicos:

- Reconocer los principales instrumentos para mediciones de circunferencia corporal.

- Ejecutar correctamente las técnicas de medición.
- Analizar los resultados obtenidos para valorar el riesgo cardiovascular y nutricional.

### **Módulo 3: Instrumentos de Medición y Mediciones Antropométricas de Pliegues Cutáneos**

#### **Contenidos:**

- Fundamentos de la medición de pliegues cutáneos.
- Tipos de calibradores o plicómetros: uso y mantenimiento.
- Técnicas de medición en puntos anatómicos estándar (tríceps, subescapular, suprailíaco, muslo, etc.).
- Cálculo de porcentaje de grasa corporal.
- Tablas de referencia y análisis de resultados.

#### **Metodología del Curso Asincrónico**

El curso 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 curso 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.