

Diplomado

Alimentación para la Salud,
Equidad y Sostenibilidad





Diplomado

Alimentación para la Salud,
Equidad y Sostenibilidad

- » Modalidad: No escolarizada (100% en línea)
- » Duración: 6 semanas
- » Titulación: TECH Universidad
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

Acceso web: www.techtitute.com/nutricion/curso-universitario/alimentacion-salud-equidad-sostenibilidad

Índice

01

Presentación

pág. 4

02

Objetivos

pág. 8

03

Dirección del curso

pág. 12

04

Estructura y contenido

pág. 18

05

Metodología de estudio

pág. 22

06

Titulación

pág. 32

01

Presentación

Las recomendaciones nutricionales para la promoción de salud, tanto para la población general como personalizadas, deben adaptarse a las nuevas necesidades medioambientales. La situación actual del planeta lo requiere y el papel del profesional en este sentido es fundamental para inculcar en sus pacientes hábitos de vida saludable que, además, sean respetuosos y sostenibles. Para estar al día de las estrategias alimentarias menos perjudiciales con la huella ecológica, TECH ha desarrollado este programa, a través del cual el egresado podrá actualizar sus conocimientos y conocer al detalle las últimas evidencias científicas relacionadas con la educación nutricional ecológica y respetuosa.



“

Una educación nutricional respetuosa con el medioambiente nunca había sido tan importante. Con este Diplomado podrás ponerte al día sobre todas las estrategias eco friendly más novedosas y efectivas”

El aumento en el consumo de carne que se ha producido en la última década ha fomentado la actividad ganadera, la cual, no solo contamina a través de la emisión de gases de efecto invernadero, sino que su mantenimiento requiere de una inversión de energía y agua muy grande, lo cual, en su conjunto, supone un deterioro para el planeta muy grande. Lo mismo ocurre con otros productos como el aceite de palma, el pescado, el arroz o los frutos secos, cuya producción masiva está provocando que la huella de carbono sea cada vez mayor.

En este sentido, el papel educador del nutricionista o dietista tiene que ser protagonista en cuanto a la transmisión de hábitos de vida saludable que, además, sean respetuosos con el medioambiente. Para ello, cuenta con este Diplomado en Alimentación para la Salud, Equidad y Sostenibilidad, un completo programa diseñado para que el profesional pueda ponerse al día sobre todo lo relacionado con estrategias nutricionales efectivas y *eco friendly*.

A través de su curso, el egresado podrá profundizar en la reducción de la huella de carbono y la hídrica a través del diseño de planes alimenticios saludables a la par que bioresponsables, en los tóxicos y xenobióticos en la alimentación y sus efectos en la salud, y en otros aspectos conciliadores entre la buena alimentación y el cuidado del planeta.

Todo ello a través de una titulación 100% online, accesible desde cualquier dispositivo con conexión a internet y perfectamente compaginable con otra actividad laboral o personal. Además, con la finalidad de que pueda sacarle el rendimiento que considere necesario, contará con material adicional de gran calidad presentado en diferentes formatos con el que, no solo podrá contextualizar la información desarrollada a lo largo del temario, sino que podrá también profundizar en aquellos aspectos que más sean de su interés.

Este **Diplomado en Alimentación para la Salud, Equidad y Sostenibilidad** contiene el programa universitario más completo y actualizado del mercado. Sus características más destacadas son:

- ♦ El desarrollo de casos prácticos presentados por expertos en Nutrición y Endocrinología
- ♦ Los contenidos gráficos, esquemáticos y eminentemente prácticos con los que está concebido recogen una información científica y práctica sobre aquellas disciplinas indispensables para el ejercicio profesional
- ♦ Los ejercicios prácticos donde realizar el proceso de autoevaluación para mejorar el aprendizaje
- ♦ Su especial hincapié en metodologías innovadoras
- ♦ Las lecciones teóricas, preguntas al experto, foros de discusión de temas controvertidos y trabajos de reflexión individual
- ♦ La disponibilidad de acceso a los contenidos desde cualquier dispositivo fijo o portátil con conexión a internet



Un planeta más sostenible es posible si profesionales como tú implementan a su praxis las técnicas nutricionales más novedosas y respetuosas"

“

Podrás ahondar en las últimas novedades relacionadas con las recomendaciones alimentarias saludables, sostenibles y sin tóxicos”

El programa incluye, en su cuadro docente, a profesionales del sector que vierten en esta capacitación la experiencia de su trabajo, además de reconocidos especialistas de sociedades de referencia y universidades de prestigio.

Su contenido multimedia, elaborado con la última tecnología educativa, permitirá al profesional un aprendizaje situado y contextual, es decir, un entorno simulado que proporcionará una capacitación inmersiva programada para entrenarse ante situaciones reales.

El diseño de este programa se centra en el Aprendizaje Basado en Problemas, mediante el cual el profesional deberá tratar de resolver las distintas situaciones de práctica profesional que se le planteen a lo largo del curso académico. Para ello, contará con la ayuda de un novedoso sistema de vídeos interactivos realizado por reconocidos expertos.

Actualizarás tu conocimiento en relación al desperdicio de comida, para que puedas inculcar en tus pacientes hábitos más verdes.

En el Aula Virtual encontrarás ejemplos de casos prácticos en los que tendrás que aplicar tus conocimientos en alimentación sostenible.



02 Objetivos

El calentamiento global se ha visto muy afectado por el consumo excesivo de determinados alimentos cuya producción emiten cantidades enormes de CO2 a la atmósfera. Por esa razón, y con el objetivo de servirle de guía al egresado en su puesta al día sobre todo lo relacionado con la educación nutricional, TECH ha decidido lanzar este Diplomado. Para ello, pondrá a su disposición las herramientas académicas más novedosas, gracias a las cuales podrá adquirir un conocimiento amplio, exhaustivo y actualizado desde cualquier lugar y con un horario personalizado.



“

Un Diplomado que te dará las pautas y los argumentos más actualizados para convencer a tus pacientes de la reducción del consumo de la carne roja, por su salud y por la del planeta”

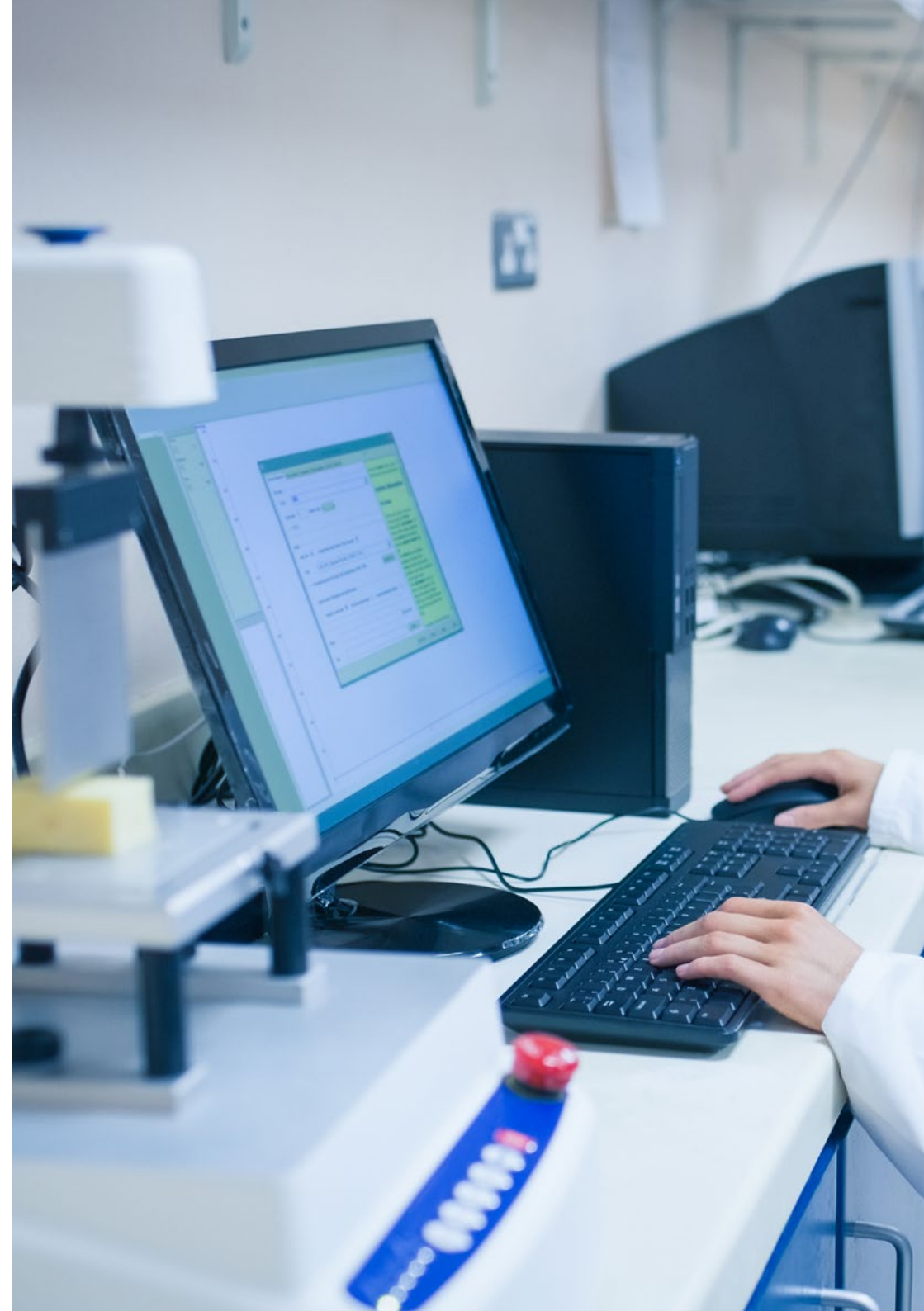


Objetivos generales

- ♦ Desarrollar un conocimiento amplio, especializado y actualizado sobre la nutrición saludable y respetuosa con el medioambiente
- ♦ Conocer al detalle las últimas novedades relacionadas con la alimentación sostenible que influyen en la huella de carbono y en la hídrica



Cuando más exigentes y ambiciosos sean tus objetivos, mayor rendimiento serás capaz de sacarle a este Diplomado, porque TECH pondrá a tu disposición todo lo que necesitas para superarlos”





Objetivos específicos

- ♦ Analizar la evidencia científica respecto al impacto de la alimentación en el medio ambiente
- ♦ Conocer la legislación vigente en industria alimentaria y consumo
- ♦ Evaluar los efectos en salud derivados del modelo de alimentación actual, y el consumo de ultraprocesados

03

Dirección del curso

Tanto la dirección como la docencia de este Diplomado corren a cargo de un equipo de profesionales de la Nutrición y la Endocrinología con una amplia y dilatada trayectoria laboral. Se trata de un claustro con una calidad humana inigualable, aspecto que se verá plasmado en el temario. Además, estarán a disposición del egresado en todo momento para resolver cualquier duda que pueda surgirle durante el transcurso de esta experiencia académica.



“

El equipo docente te guiará por la titulación para que puedas sacarle el máximo rendimiento a esta experiencia académica”

Dirección



Dra. Vázquez Martínez, Clotilde

- ♦ Jefa Corporativa del Departamento de Endocrinología y Nutrición de la Fundación Jiménez Díaz
- ♦ Jefa de Sección de Endocrinología y Nutrición en el Hospital Universitario Ramón y Cajal
- ♦ Jefa de Sección de Endocrinología y Nutrición en el Hospital Universitario Severo Ochoa
- ♦ Presidenta de la Sociedad de Endocrinología Nutrición y Diabetes de la Comunidad de Madrid (SENDIMAD)
- ♦ Coordinadora del Grupo de Educación Terapéutica (GEET) de la Sociedad Española de Diabetes
- ♦ Doctora de la Facultad de Medicina por la Universidad Autónoma de Madrid
- ♦ Licenciada en Medicina y Cirugía de la Facultad de Medicina por la Universidad de Valencia
- ♦ Especialista en Endocrinología y Nutrición vía MIR por el Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz
- ♦ Premio Abraham García Almansa a la trayectoria en Nutrición Clínica
- ♦ Distinguida entre los 100 mejores médicos de España según la lista Forbes
- ♦ Premio de la Fundación Castilla-La Mancha para la Diabetes (FUCAMDI) a la trayectoria en Diabetes y Nutrición



Dr. Sánchez Jiménez, Álvaro

- ♦ Especialista en Nutrición y Endocrinología en el Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz
- ♦ Nutricionista en Medicadiet
- ♦ Nutricionista Clínico Especializado en Prevención y Tratamiento de Obesidad, Diabetes y sus Comorbilidades
- ♦ Nutricionista en el Estudio Predimed Plus
- ♦ Nutricionista en Eroski
- ♦ Nutricionista en Clínica Axis
- ♦ Profesor del Máster en Obesidad y Comorbilidades por la Universidad Rey Juan Carlos
- ♦ Profesor del Curso de Excelencia en Obesidad en el Hospital Universitario Fundación Jiménez Díaz
- ♦ Diplomatura en Nutrición Humana y Dietética por la Universidad Complutense de Madrid
- ♦ Nutrición y Alimentación en Personas Mayores por la Universidad Complutense de Madrid
- ♦ Nutrición y Deporte para Profesionales por la Fundación Tripartita
- ♦ Curso de Actualización en Diabetes Práctica Tipo 1 y 2 para Profesionales Sanitarios



Dra. Montoya Álvarez, Teresa

- ♦ Jefa del Servicio de Endocrinología y Nutrición del Hospital Universitario Infanta Elena
- ♦ Responsable del Voluntariado en la Fundación Garrigou
- ♦ Licenciada en Medicina y Cirugía en la Universidad de Navarra
- ♦ Máster en Obesidad y sus Comorbilidades. Prevención, Diagnóstico y Tratamiento Integral en la Universidad Rey Juan Carlos
- ♦ Curso en Urgencias del Paciente con Antecedentes de Cirugía Bariátrica: Referencias Clave para el Médico de Guardia
- ♦ Miembro de: Instituto de Investigación en Salud Fundación Jiménez Díaz, Comisión de Salud de FEAPS Madrid y Trisomy 21 Research Society

Profesores

Dra. Núñez Sanz, Ana

- ♦ Dietista y Nutricionista Experta en Embarazo, Lactancia e Infancia
- ♦ Nutricionista en Obesidad López-Nava
- ♦ Nutricionista en Medicadiet
- ♦ Dietista y Nutricionista *Freelance*
- ♦ Dietista y Nutricionista en MenuDiet SL
- ♦ Colaboradora sobre alimentación y nutrición en Castilla La Mancha Televisión
- ♦ Promotora de charlas y talleres sobre alimentación saludable para escuelas infantiles, colegios y empresas
- ♦ Graduada en Nutrición Humana y Dietética en la Universidad Complutense de Madrid
- ♦ Máster Oficial en Nutrición y Salud en la Universidad Oberta de Catalunya

Dra. Alcarria Águila, María del Mar

- ♦ Nutricionista Clínica en Medicadiet
- ♦ Nutricionista Clínica en Obesidad López-Nava
- ♦ Dietista y Nutricionista en Predimed-Plus
- ♦ Grado en Nutrición Humana y Dietética por la Universidad Complutense de Madrid
- ♦ Máster en Nutrición Deportiva y Entrenamiento por el Instituto de Ciencias de Nutrición y Salud (ICNS)



04

Estructura y contenido

Para la estructuración y desarrollo del contenido de este Diplomado el equipo docente ha utilizado la información más vanguardista y novedosa relacionada con la alimentación y la sostenibilidad. Además, también han incluido horas de material adicional en diferentes formatos (lecturas complementarias, artículos de investigación, casos prácticos, resúmenes dinámicos, etc.) para que pueda profundizar de manera personalizada en aquellos aspectos que más le interesen.



“

Podrás acceder al Aula Virtual las 24 horas del día durante toda la semana, para que puedas organizarte sin problema”

Módulo 1. Alimentación para la salud, equidad y sostenibilidad

- 1.1. Alimentación sostenible, variables de la alimentación que influyen en la huella ecológica
 - 1.1.1. Huella de carbono
 - 1.1.2. Huella hídrica
- 1.2. El desperdicio de comida como problema individual y asociado a la industria alimentaria
- 1.3. Pérdida de biodiversidad a distintos niveles y su repercusión en la salud humana: microbiota
- 1.4. Tóxicos y Xenobióticos en la alimentación y sus efectos en la salud
- 1.5. Legislación alimentaria actual
 - 1.5.1. Etiquetado, aditivos y propuestas de regulación en comercialización y publicidad
- 1.6. Nutrición y disruptores endocrinos
- 1.7. La epidemia de la obesidad y desnutrición a nivel global, asociado a la inequidad: "Un planeta de gordos y hambrientos"
- 1.8. Alimentación en la infancia y juventud y adquisición de hábitos en la edad adulta
 - 1.8.1. Alimentos ultraprocesados y bebidas distintas del agua: un problema poblacional
- 1.9. Industria alimentaria, marketing, publicidad, redes sociales y su influencia en la elección de alimentos
- 1.10. Recomendaciones alimentarias saludables, sostenibles y sin tóxicos: política





“

Matricúlate ahora y comienza a cursar esta titulación con la que contribuirás a ayudar al medioambiente”

05

Metodología de estudio

TECH es la primera universidad en el mundo que combina la metodología de los **case studies** con el **Relearning**, un sistema de aprendizaje 100% online basado en la reiteración dirigida.

Esta disruptiva estrategia pedagógica ha sido concebida para ofrecer a los profesionales la oportunidad de actualizar conocimientos y desarrollar competencias de un modo intensivo y riguroso. Un modelo de aprendizaje que coloca al estudiante en el centro del proceso académico y le otorga todo el protagonismo, adaptándose a sus necesidades y dejando de lado las metodologías más convencionales.



“

TECH te prepara para afrontar nuevos retos en entornos inciertos y lograr el éxito en tu carrera”

El alumno: la prioridad de todos los programas de TECH

En la metodología de estudios de TECH el alumno es el protagonista absoluto. Las herramientas pedagógicas de cada programa han sido seleccionadas teniendo en cuenta las demandas de tiempo, disponibilidad y rigor académico que, a día de hoy, no solo exigen los estudiantes sino los puestos más competitivos del mercado.

Con el modelo educativo asincrónico de TECH, es el alumno quien elige el tiempo que destina al estudio, cómo decide establecer sus rutinas y todo ello desde la comodidad del dispositivo electrónico de su preferencia. El alumno no tendrá que asistir a clases en vivo, a las que muchas veces no podrá acudir. Las actividades de aprendizaje las realizará cuando le venga bien. Siempre podrá decidir cuándo y desde dónde estudiar.

“

*En TECH NO tendrás clases en directo
(a las que luego nunca puedes asistir)”*



Los planes de estudios más exhaustivos a nivel internacional

TECH se caracteriza por ofrecer los itinerarios académicos más completos del entorno universitario. Esta exhaustividad se logra a través de la creación de temarios que no solo abarcan los conocimientos esenciales, sino también las innovaciones más recientes en cada área.

Al estar en constante actualización, estos programas permiten que los estudiantes se mantengan al día con los cambios del mercado y adquieran las habilidades más valoradas por los empleadores. De esta manera, quienes finalizan sus estudios en TECH reciben una preparación integral que les proporciona una ventaja competitiva notable para avanzar en sus carreras.

Y además, podrán hacerlo desde cualquier dispositivo, pc, tableta o smartphone.

“

El modelo de TECH es asincrónico, de modo que te permite estudiar con tu pc, tableta o tu smartphone donde quieras, cuando quieras y durante el tiempo que quieras”

Case studies o Método del caso

El método del caso ha sido el sistema de aprendizaje más utilizado por las mejores escuelas de negocios del mundo. Desarrollado en 1912 para que los estudiantes de Derecho no solo aprendiesen las leyes a base de contenidos teóricos, su función era también presentarles situaciones complejas reales. Así, podían tomar decisiones y emitir juicios de valor fundamentados sobre cómo resolverlas. En 1924 se estableció como método estándar de enseñanza en Harvard.

Con este modelo de enseñanza es el propio alumno quien va construyendo su competencia profesional a través de estrategias como el *Learning by doing* o el *Design Thinking*, utilizadas por otras instituciones de renombre como Yale o Stanford.

Este método, orientado a la acción, será aplicado a lo largo de todo el itinerario académico que el alumno emprenda junto a TECH. De ese modo se enfrentará a múltiples situaciones reales y deberá integrar conocimientos, investigar, argumentar y defender sus ideas y decisiones. Todo ello con la premisa de responder al cuestionamiento de cómo actuaría al posicionarse frente a eventos específicos de complejidad en su labor cotidiana.



Método Relearning

En TECH los *case studies* son potenciados con el mejor método de enseñanza 100% online: el *Relearning*.

Este método rompe con las técnicas tradicionales de enseñanza para poner al alumno en el centro de la ecuación, proveyéndole del mejor contenido en diferentes formatos. De esta forma, consigue repasar y reiterar los conceptos clave de cada materia y aprender a aplicarlos en un entorno real.

En esta misma línea, y de acuerdo a múltiples investigaciones científicas, la reiteración es la mejor manera de aprender. Por eso, TECH ofrece entre 8 y 16 repeticiones de cada concepto clave dentro de una misma lección, presentada de una manera diferente, con el objetivo de asegurar que el conocimiento sea completamente afianzado durante el proceso de estudio.

El Relearning te permitirá aprender con menos esfuerzo y más rendimiento, implicándote más en tu especialización, desarrollando el espíritu crítico, la defensa de argumentos y el contraste de opiniones: una ecuación directa al éxito.



Un Campus Virtual 100% online con los mejores recursos didácticos

Para aplicar su metodología de forma eficaz, TECH se centra en proveer a los egresados de materiales didácticos en diferentes formatos: textos, vídeos interactivos, ilustraciones y mapas de conocimiento, entre otros. Todos ellos, diseñados por profesores cualificados que centran el trabajo en combinar casos reales con la resolución de situaciones complejas mediante simulación, el estudio de contextos aplicados a cada carrera profesional y el aprendizaje basado en la reiteración, a través de audios, presentaciones, animaciones, imágenes, etc.

Y es que las últimas evidencias científicas en el ámbito de las Neurociencias apuntan a la importancia de tener en cuenta el lugar y el contexto donde se accede a los contenidos antes de iniciar un nuevo aprendizaje. Poder ajustar esas variables de una manera personalizada favorece que las personas puedan recordar y almacenar en el hipocampo los conocimientos para retenerlos a largo plazo. Se trata de un modelo denominado *Neurocognitive context-dependent e-learning* que es aplicado de manera consciente en esta titulación universitaria.

Por otro lado, también en aras de favorecer al máximo el contacto mentor-alumno, se proporciona un amplio abanico de posibilidades de comunicación, tanto en tiempo real como en diferido (mensajería interna, foros de discusión, servicio de atención telefónica, email de contacto con secretaría técnica, chat y videoconferencia).

Asimismo, este completísimo Campus Virtual permitirá que el alumnado de TECH organice sus horarios de estudio de acuerdo con su disponibilidad personal o sus obligaciones laborales. De esa manera tendrá un control global de los contenidos académicos y sus herramientas didácticas, puestas en función de su acelerada actualización profesional.



La modalidad de estudios online de este programa te permitirá organizar tu tiempo y tu ritmo de aprendizaje, adaptándolo a tus horarios”

La eficacia del método se justifica con cuatro logros fundamentales:

1. Los alumnos que siguen este método no solo consiguen la asimilación de conceptos, sino un desarrollo de su capacidad mental, mediante ejercicios de evaluación de situaciones reales y aplicación de conocimientos.
2. El aprendizaje se concreta de una manera sólida en capacidades prácticas que permiten al alumno una mejor integración en el mundo real.
3. Se consigue una asimilación más sencilla y eficiente de las ideas y conceptos, gracias al planteamiento de situaciones que han surgido de la realidad.
4. La sensación de eficiencia del esfuerzo invertido se convierte en un estímulo muy importante para el alumnado, que se traduce en un interés mayor en los aprendizajes y un incremento del tiempo dedicado a trabajar en el curso.

La metodología universitaria mejor valorada por sus alumnos

Los resultados de este innovador modelo académico son constatables en los niveles de satisfacción global de los egresados de TECH.

La valoración de los estudiantes sobre la calidad docente, calidad de los materiales, estructura del curso y sus objetivos es excelente. No en valde, la institución se convirtió en la universidad mejor valorada por sus alumnos según el índice global score, obteniendo un 4,9 de 5.

Accede a los contenidos de estudio desde cualquier dispositivo con conexión a Internet (ordenador, tablet, smartphone) gracias a que TECH está al día de la vanguardia tecnológica y pedagógica.

Podrás aprender con las ventajas del acceso a entornos simulados de aprendizaje y el planteamiento de aprendizaje por observación, esto es, Learning from an expert.



Así, en este programa estarán disponibles los mejores materiales educativos, preparados a conciencia:



Material de estudio

Todos los contenidos didácticos son creados por los especialistas que van a impartir el curso, específicamente para él, de manera que el desarrollo didáctico sea realmente específico y concreto.

Estos contenidos son aplicados después al formato audiovisual que creará nuestra manera de trabajo online, con las técnicas más novedosas que nos permiten ofrecerte una gran calidad, en cada una de las piezas que pondremos a tu servicio.



Prácticas de habilidades y competencias

Realizarás actividades de desarrollo de competencias y habilidades específicas en cada área temática. Prácticas y dinámicas para adquirir y desarrollar las destrezas y habilidades que un especialista precisa desarrollar en el marco de la globalización que vivimos.



Resúmenes interactivos

Presentamos los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audio, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

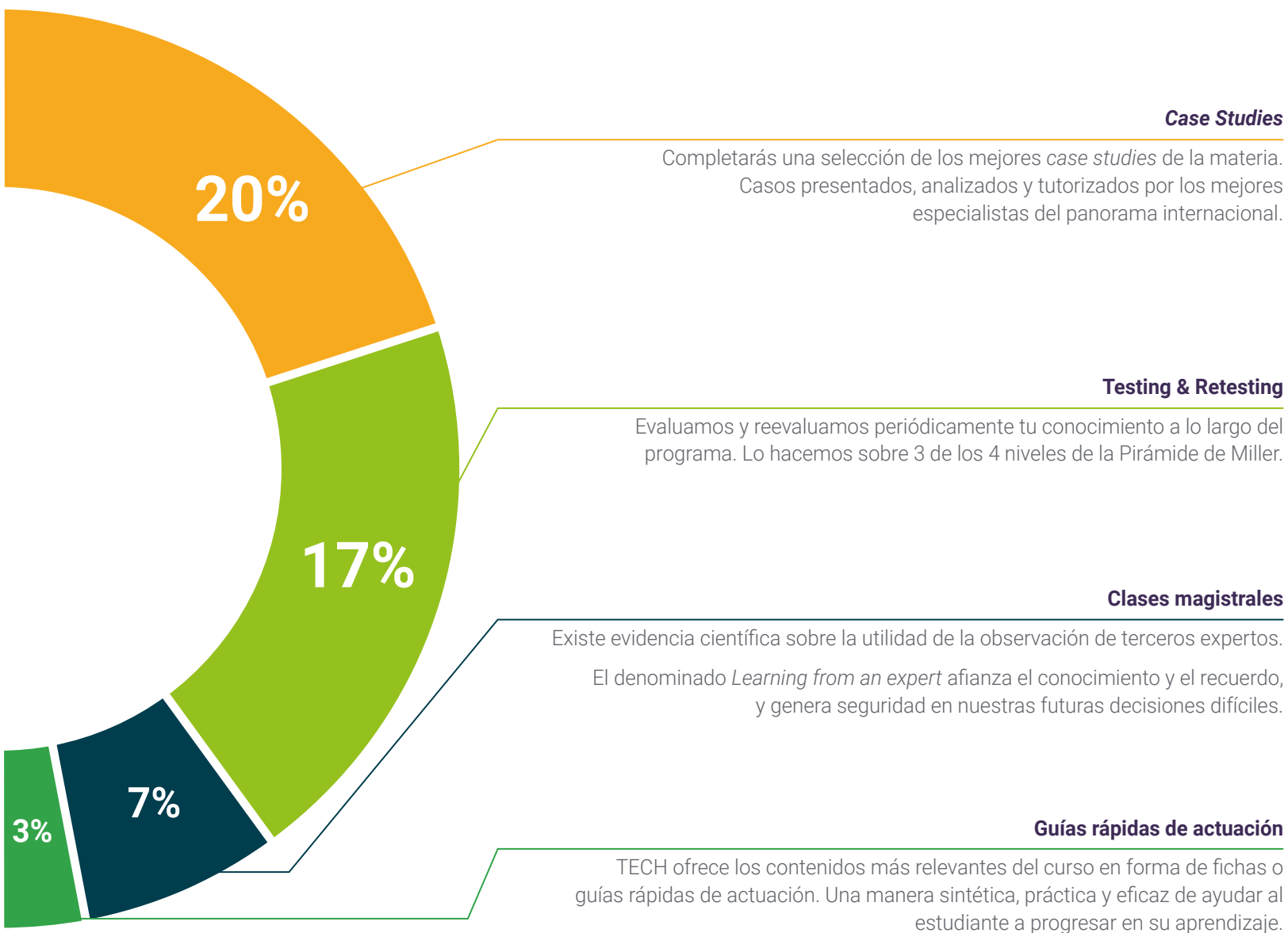
Este sistema exclusivo educativo para la presentación de contenidos multimedia fue premiado por Microsoft como "Caso de éxito en Europa".



Lecturas complementarias

Artículos recientes, documentos de consenso, guías internacionales... En nuestra biblioteca virtual tendrás acceso a todo lo que necesitas para completar tu capacitación.





Case Studies

Completarás una selección de los mejores *case studies* de la materia. Casos presentados, analizados y tutorizados por los mejores especialistas del panorama internacional.



Testing & Retesting

Evaluamos y reevaluamos periódicamente tu conocimiento a lo largo del programa. Lo hacemos sobre 3 de los 4 niveles de la Pirámide de Miller.



Clases magistrales

Existe evidencia científica sobre la utilidad de la observación de terceros expertos. El denominado *Learning from an expert* afianza el conocimiento y el recuerdo, y genera seguridad en nuestras futuras decisiones difíciles.



Guías rápidas de actuación

TECH ofrece los contenidos más relevantes del curso en forma de fichas o guías rápidas de actuación. Una manera sintética, práctica y eficaz de ayudar al estudiante a progresar en su aprendizaje.



06

Titulación

El Diplomado en Alimentación para la Salud, Equidad y Sostenibilidad garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Diplomado expedido por TECH Universidad.



“

Supera con éxito este programa y recibe tu titulación universitaria sin desplazamientos ni farragosos trámites”

Este **Diplomado en Alimentación para la Salud, Equidad y Sostenibilidad** contiene el programa universitario más completo y actualizado del mercado.

Tras la superación de la evaluación, el alumno recibirá por correo postal* con acuse de recibo su correspondiente título de **Diplomado** emitido por **TECH Universidad**.

Este título expedido por **TECH Universidad** expresará la calificación que haya obtenido en el Diplomado, y reunirá los requisitos comúnmente exigidos por las bolsas de trabajo, oposiciones y comités evaluadores de carreras profesionales.

Título: **Diplomado en Alimentación para la Salud, Equidad y Sostenibilidad**

Modalidad: **No escolarizada (100% en línea)**

Duración: **6 semanas**



*Apostilla de La Haya. En caso de que el alumno solicite que su título en papel recabe la Apostilla de La Haya, TECH Universidad realizará las gestiones oportunas para su obtención, con un coste adicional.



Diplomado

Alimentación para la Salud,
Equidad y Sostenibilidad

- » Modalidad: No escolarizada (100% en línea)
- » Duración: 6 semanas
- » Titulación: TECH Universidad
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

Diplomado

Alimentación para la Salud,
Equidad y Sostenibilidad