

FUNDAMENTOS TEÓRICOS Y PRÁCTICOS EN PSICONUTRICIÓN

RED LEARNING
Formamos para crecer

Curso
Modalidad
Autoinstruccional

65
HORAS

INTRO- DUCCIÓN

Vivimos en una sociedad en la que nos encontramos con todo tipo de patologías, alergias, enfermedades y restricciones ligadas a la alimentación, tanto en la población adulta como pediátrica de ambos sexos. Esto ha llevado a que el uso de dietas restrictivas aplicadas en el manejo de estas condiciones clínicas, específicamente los desórdenes asociados al consumo de gluten, intolerancia a la lactosa y APLV.

La duración de la intervención alimentaria y la asesoría nutricional influyen directamente en el resultado final, para lo que se requiere de profesionales con conocimientos actualizados en estas temáticas.



**Todos los programas autoinstruccionales son evaluados a través de un test modular más un test final*

En cada módulo hay evaluaciones formativas y sumativas. La primera es para confirmar lo aprendido durante el aprendizaje y no son calificadas. Las segundas son evaluadas y corresponden a un test de alternativas de 7 preguntas con retroalimentación y una tarea de desarrollo

Objetivo General

Capacitar integralmente al personal de salud sobre las bases teóricas y prácticas en una alimentación saludable y respetuosa con el individuo y su entorno como agentes facilitadores de cambio y con aplicación en la vida personal.

DESTINATARIOS

Profesionales Nutricionistas, Médicos generales, Nutriólogos y profesionales de la salud interesados en adquirir conocimientos y herramientas en relación al manejo nutricional en condiciones especiales

CONTENIDOS



MÓDULO 1

Comunicación y conducta, como influye en la alimentación

**OBJ.
ESPECÍFICOS**

Desarrollar herramientas comunicacionales para facilitar las relaciones interpersonales (paciente-profesional de la salud) en el ámbito personal y laboral

HORAS

15 horas

CONTENIDOS

La comunicación humana desde el análisis transaccional
Introducción a la programación neurolingüística y su aplicación en la vida diaria
Empatía y calibración como habilidades personales y sociales de comunicación
Etapas de la anamnesis nutricional con enfoque en el paciente y su entorno.
Pros y contras del cambio personal e intención positiva de la conducta.
Meta-objetivos de la conducta
Creencias limitadoras y potenciadoras.

MÓDULO 2

Fisiología de la nutrición y su relación con las emociones**OBJ.
ESPECÍFICOS**

Comprender la relación entre el acto de comer, la respuesta fisiológica y los aspectos asociados al proceso.
Reconocer conocimientos nutricionales que permitan al asistente mejorar la elección a la hora de alimentarse para apoyar al paciente en su proceso de cambio alimentario

HORAS

15 horas

CONTENIDOS

Avances de la neurociencia en el conocimiento de las emociones y la conducta humana.
Relación entre el ser humano, sus emociones y la comida.
Estrés y emociones como gatilladoras del comer emocional.
Bases de la nutrición humana.
Fisiología y fisiopatología de los mecanismos del hambre y saciedad.
Interpretación del etiquetado nutricional chileno.
Bases de una alimentación saludable.



MÓDULO 3***Autoconocimiento para el autocuidado*****OBJ.
ESPECÍFICOS**

Mejorar la efectividad de los tratamientos de las enfermedades crónicas no transmisibles asociadas al cambio de hábitos y entregar herramientas de autocuidado físico y emocional para el personal de salud y su aplicación en pacientes

HORAS

15 horas

CONTENIDOS

Mindfulness y mindful eating como estrategias de manejo de estrés y ansiedad.
Sabiduría interna y externa para tener una relación armónica con la comida
Conocimientos actuales del efecto de la actividad física en la salud humana.
Planificación y técnicas de visualización de objetivos
Técnicas de autoconocimiento y autorregulación antes y durante las comidas
Técnicas de comunicación consciente.
Aplicación de escalas de hambre y saciedad.
Autocuidado y gestión de emociones.

MÓDULO FINAL

TRABAJO INTEGRATIVO DE DESARROLLO

20 HORAS



RED LEARNING
Formamos para crecer