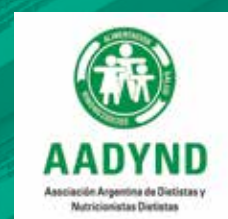


EDUCACIÓN CONTINUA  
CICLO 2019



# DIPLOMATURA EN NUTRICIÓN VEGETARIANA Y VEGANA

## INTRODUCCIÓN

En la actualidad se verifica un crecimiento mundial del número de personas que adoptan una alimentación vegetariana. En la Argentina, se estima que el 5 % de la población es vegetariana, cifra que va en aumento, lo cual plantea nuevos desafíos a la práctica de los profesionales de la nutrición. Una encuesta realizada a los licenciados en nutrición de los “puestos saludables” de la Ciudad de Buenos Aires en el año 2012 indicó que entre estos profesionales surgía la necesidad de capacitarse en nutrición vegetariana.

Multiplicidad de motivaciones determinan la elección de este tipo de alimentación entre la gente, las motivaciones son filosóficas, religiosas, espirituales, salud y moda. Asimismo, un mayor basamento científico hace que actualmente la medicina considere satisfactoria la alimentación vegetariana, e incluso de gran utilidad en las estrategias frente al abordaje de problemas de salud como se menciona en el Informe sobre Alimentación Vegetariana realizado por la Sociedad Argentina de Nutrición.

A todo ello se suma a la necesidad de acompañar mejor a quienes adoptan este tipo de alimentación. Este acompañamiento debe contemplar las diferentes motivaciones que llevan a las personas a adoptarla y ofrecer estrategias nutricionales que les permitan elaborar la mejor selección de alimentos y sus respectivas combinaciones, en función de las necesidades concretas de cada grupo etario y sus respectivos requerimientos.

En este punto es de vital importancia revisar los nutrientes críticos y seleccionar los alimentos que podrían cubrirlos, teniendo en cuenta las posibles interferencias que podrían limitar o dificultar la implementación de la propuesta nutricional.

En esta Diplomatura también se enfocará el conocimiento de las bases y fundamentos de algunas medicinas complementarias asociadas a la nutrición vegetariana, lo que aportará herramientas de utilidad para el abordaje de las consultas nutricionales.

Esta diplomatura propone “trazar un puente” entre el conocimiento científico sobre requerimientos nutricionales y las formas de cubrirlos junto a la incorporación de conceptos basados en medicinas complementarias (muchas de ellas milenarias) asociados a la nutrición vegetariana y un grupo amplio de personas que habiendo seleccionado esta forma de alimentación necesita de un acompañamiento profesional completo y competente.

## OBJETIVOS

- Reconocer mitos y temores de los profesionales de salud en relación a la alimentación vegetariana.
- Reconocer los distintos tipos de vegetarianismo y su respectiva selección de alimentos.
- Conocer las motivaciones filosóficas, ideológicas, religiosas y nutricionales que implica esta alimentación.
- Conocer los nutrientes que podrían ser deficitarios y ofrecer alternativas alimentarias que lo solucionen.
- Identificar alimentos de consumo frecuente en la población vegetariana y señalar formas de preparación adecuadas.

- Elaborar planes acordes a las distintas etapas biológicas, situaciones particulares (embarazo y/o estilos de vida (deportistas, religiosos, naturistas, etc.).
- Conocer las bases y fundamentos de algunas medicinas complementarias, para reflexionar sobre la posibilidad de incluir o no herramientas útiles para la consulta nutricional.
- Desarrollar estrategias de consultoría nutricional que permitan generar creativamente espacios que integren a la educación alimentaria contenidos pedagógicos, metodológicos y comunicacionales.
- Propiciar la participación activa de grupos y/o individuos valorando sus creencias y la importancia de la comunicación eficaz.
- Fomentar en los alumnos la investigación y el análisis bibliográfico de revistas de investigación acreditadas.

### **PERFIL DEL ESTUDIANTE**

Licenciados en Nutrición, Médicos, Nutricionistas y alumnos del último año de estas carreras.

### **CARACTERÍSTICAS DE LA DIPLOMATURA**

La diplomatura consta de un total de 96 horas divididas en 12 horas mensuales. Esta carga horaria se desarrollará en 16 clases de 9 horas presenciales áulicas, sumando 3 horas no presenciales con actividades de lectura y análisis con guía docente, y trabajos prácticos fuera del aula para poner en práctica los nuevos conocimientos, compartir con el equipo docente y ser evaluados en clases siguientes.

A los asistentes se les entregará material de lectura. Se utilizarán también recursos audiovisuales y se propondrá, en simultáneo con la información teórica abordada, el armado de material práctico para ser utilizado en los consultorios posteriormente, con ejercicios que incluirán desde el listado de alimentos disponibles en nuestro mercado, el armado de menú, y la resolución de casos clínicos, entre otros.

### **METODOLOGÍA**

Las estrategias de enseñanza se basan en el aprendizaje significativo, toda vez que la propuesta está dirigida a un grupo de profesionales que tienen un amplio saber sobre nutrición.

Por lo tanto se apunta a que las nuevas ideas tengan necesario anclaje en conceptos conocidos, que serán relacionados significativamente y no ritualmente por los participantes. Lectura de material científico, resolución de casos clínicos, ejercicios prácticos y discusión de temas propuestos para ampliar el debate utilizando diferentes recursos como fragmentos de películas para graficar los contenidos.

## PROGRAMA DE ESTUDIO

### **Módulo 1: Tipos de vegetarianos, creencias e incumbencias**

#### Objetivos

Reconocer los distintos tipos de vegetarianismo y su respectiva selección de alimentos  
Conocer las motivaciones filosóficas, ideológicas, religiosas y nutricionales que implica esta alimentación.

#### Contenidos

Distintos tipos de vegetarianos. Abordajes que conducen a esta decisión. Selección de alimentos y armado de planes para cada grupo de vegetarianos.  
Proyección y análisis de audiovisuales sobre el tema.

### **Módulo 2: Conociendo alimentos**

#### Objetivo

Identificar alimentos de consumo frecuente en la población vegetariana y señalar formas de preparación adecuadas.

#### Contenidos

Investigación y exploración de grupos de alimentos muy utilizados en la población vegetariana y poco conocidos a nivel cultural. Legumbres, algas, cereales atípicos, complementos (maca- polen, etc.).

Tabla de composición química de alimentos frecuentes en la población vegetariana.  
Recetas, modos de preparación, armado de selección de alimentos.

Generación de menú.

### **Módulo 3: “¿Los nutrientes críticos son cubiertos con fuentes vegetales?”**

#### Objetivos

Conocer los nutrientes que podrían ser deficitarios y ofrecer alternativas alimentarias para su complementación.

#### Contenidos

Proteínas: Evaluación de calidad proteica en distintas alimentaciones vegetarianas. Score de amino ácidos corregido por digestibilidad (PDCASS), proteínas de alta y baja calidad, aminoácidos indispensables, digestibilidad proteica, complementación proteica y sus aplicaciones. Ingesta dietética de referencia (IDR).

Vitamina b12- Hierro, Calcio, Zinc, Selenio, Ácidos grasos polisaturados, omega 3, fuentes alimentarias seguras y adecuadas a las distintas alimentaciones vegetarianas, biodisponibilidad, suplementación. Ingestas dietéticas de referencia (IDR).

### **Módulo 4: Nutrición vegetariana para cada etapa biológica, situación particular o estilo de vida**

#### Objetivo

Elaborar planes acordes a las distintas etapas biológicas, situaciones particulares (embarazo o enfermedades) y/o estilos de vida (deportistas, religiosos, naturistas, etc.).

#### Contenidos

Necesidades nutricionales, ingestas dietéticas de referencia de energía, macro y micronutrientes de la Academia de Ciencias-Instituto de Medicina (IOM-NAS), recomendaciones según la Organización Mundial de la Salud y la Organización para

los alimentos y la agricultura (FAO/OMS). Tablas de requerimientos nutricionales y aplicación práctica.

### **Módulo 5: Complementando saberes, uniendo mundos**

#### **Objetivos**

Conocer las bases y fundamentos de algunas medicinas complementarias, para reflexionar sobre la posibilidad de incluir o no herramientas útiles para la consulta nutricional.

#### **Contenidos**

Medicinas milenarias. Herramientas útiles y complementarias a la consulta en nutrición.

Bases del diagnóstico basado en la medicina tradicional china y el uso de micronutrientes según terrenos. Bases del naturismo, pautas nutricionales y ayunos terapéuticos. Bases de la alimentación desde el ayurveda, el reconocimiento de biotipos. Bases y fundamentos de la alimentación VIVA y el uso de germinados y fermentos como estrategias que favorecen la absorción de nutrientes.

### **Módulo 6: Elaborando una síntesis, construyendo ideología**

#### **Objetivo**

Reflexionar sobre todos los conceptos adquiridos y esbozar una filosofía personal que sustente el modo de atender a los pacientes.

### **Módulo 7: “¿Los nutrientes críticos son cubiertos con fuentes vegetales?”**

#### **Objetivos**

Desarrollar estrategias de consultoría nutricional que permitan generar creativamente espacios que integren a la educación alimentaria contenidos pedagógicos, metodológicos y comunicacionales.

Propiciar la participación activa de grupos y/o individuos valorando sus creencias y la importancia de la comunicación eficaz.

#### **Contenidos**

Material sobre consultoría nutricional, ensayo de resolución de casos.

### **Módulo 8: Formándonos como profesionales investigadores**

#### **Objetivos**

Valorar la importancia de la investigación científica para conocer la realidad social;

Reconocer los fundamentos epistemológicos y metodológicos de la Ciencia contemporánea;

Identificar problemas de investigación, hipótesis y/u objetivos de investigación

Reconocer los elementos de un diseño de investigación

Desarrollar habilidades para la búsqueda bibliográfica científica y para desarrollar estrategias válidas y fiables.

#### **Contenidos**

Investigación, evaluación, crítica y análisis del material existente. Propuesta de diseño y construcción de materiales actualizados y herramientas útiles en la consulta (tablas de requerimientos, guías nutricionales, infografías, etc.).

## DIRECTORA ACADÉMICA

### PROF. LIC. VANINA REPUN

Licenciada en Nutrición (Universidad ISALUD).

Profesora Universitaria (Universidad ISALUD).

Orientación en Nutrición vegetariana y medicina ayurveda. Consultorio privado orientado a nutrición vegetariana y vegana.

Coordinadora de grupos de sobrepeso y de talleres de nutrición y cocina vegetariana.

Docente en Educación Alimentaria de la Licenciatura en Nutrición de la Universidad ISALUD.

Docente en cursos de alimentación vegetariana.

Creadora del Blog Inteligente Nutrición.

Nivelación en Naturopatías.

Fundadora y coordinadora de "Sintonía", Centro Escuela de Nutrición Holística.

Socia de AADyND (Asociación Argentina de Dietistas y Nutricionistas Dietistas).

## CUERPO DOCENTE

### PROF. LIC. MARCELA MANUZZA

Licenciada en Nutrición (Universidad de Buenos Aires).

Profesora Universitaria en Nutrición (Universidad del Salvador).

Orientación en Nutrición vegetariana y vegana, diabetes y obesidad en consultorio particular y en el centro asistencial de la Sociedad Argentina de Obesidad y Trastornos Alimentarios (SAOTA).

Nutricionista del servicio de Diabetología y Nutrición, Policlínico de Luz y Fuerza.

Docente Jefa de TP, y directora de tesinas en la Licenciatura en Nutrición de la Facultad de Medicina, UBA.

Docente del curso módulo de actualización "Alimentación vegetariana" en la Sociedad Argentina de Nutrición (SAN).

Docente invitada del curso de Nutrición clínica, módulo "Abordaje del paciente vegetariano en consultorio" Sociedad Argentina de Nutrición (SAN).

Ex Docente invitada en módulos de actualización en Nutrición Normal "Alimentación vegetariana". Asociación Argentina de Dietistas y Nutricionistas Dietistas (AADYND)

Ex docente de la cátedra de Dietoerapia, Universidad de Belgrano, Carrera de Licenciatura en Nutrición.

Docente invitada de la carrera de Médicos especialistas en Deporte, con el módulo "Nutrición deportiva en vegetarianos". Universidad de Buenos Aires.

Docente de la cátedra "Alimentación normal", carrera de Médicos especialistas en Nutrición, Universidad Católica Argentina (UCA).

Miembro de Comisión Directiva de la SAOTA (Sociedad Argentina de Obesidad y Trastornos Alimentarios).

Miembro titular de la SAN (Sociedad Argentina de Nutrición).

Co-autora de publicaciones referidas a la Nutrición vegetariana y vegana como:

-Posición de la SAN sobre alimentación vegetariana disponible en

[www.sanutricion.org.ar](http://www.sanutricion.org.ar)

-Alimentación vegetariana [www.sanutricion.org.ar](http://www.sanutricion.org.ar)

-Alimentación Saludable, Guía práctica para su realización (López LB, Suarez MM)

Capítulo

"Nutrición vegetariana", material de cátedra de la carrera de Licenciatura en Nutrición (UBA).

### **LIC. ALICIA FERNÁNDEZ**

Nutricionista egresada de la Universidad Nacional de Buenos Aires (1979).

Magister en Administración y Gestión de Sistemas y Servicios de Salud - Universidad Favaloro (2000).

Profesora Universitaria egresada de la Universidad Isalud. (2011) y Diplomada en Gestión y Control de Políticas Públicas de FLACSO (2016)-

Se desempeñó como Jefa de Servicio de Nutrición y del Sector Alimentación en diferentes hospitales de complejidad IV de la Pcia. de Salta.

Fue Coordinadora del Área de Nutrición de la Dirección de Acción Social de la Municipalidad de Morón (2005-2008) y Coordinadora del Centro de Salud Dr.

Spríngolo de Morón (2009-2010)

En el ámbito académico fue Profesora Adjunta Regular en la Universidad Nacional de Salta (Lic. en Enfermería) (1991-2003), Secretaria Académica de la Sede Regional Orán de la UNSa (1995-2001) y Profesora Adjunta de Educación en Nutrición en la Universidad de Morón y en la Universidad Isalud (2003 a 2012).

En la Universidad Nacional de la Matanza se desempeñó como Tutora de Campo de la Carrera de Medicina y como Coordinadora del Escenario de Aprendizaje Campo de medicina (2012-2015).

Profesora Adjunta de las cátedras de Atención Primaria de la Salud y Atención Comunitaria2 de la Lic. en Nutrición de la UNLaM y tiene su cargo la Práctica Profesional de 5° año de la misma Licenciatura.

Ha integrado tribunales de concursos docentes universitarios y diferentes comités hospitalarios (Comité de Docencia e Investigación, Comité de Infectología).

Ha participado y presentado trabajos científicos en numerosos Congresos, Cursos y Jornadas Nacionales e Internacionales.

Ha asistido y dictado cursos de posgrado en Universidades y diferentes Asociaciones profesionales.

Ha participado de Proyectos de Investigación con financiamiento estatal y he sido Becaria de Proyectos Oñativia-Carrillo del MSP de la Nación.

### **EUGENIO VIVIANI (MÉDICO NATURISTA)**

Médico, Facultad de Ciencias Médicas, Universidad Nacional de La Plata.

Jefe de Trabajos Prácticos, cátedra de Fisiología UCALP, Odontología.

Docente diplomado, Cátedra de Fisiología de EURHES, Universidad Nacional de La Plata; carreras de Nutrición y Obstetricia.

Dirige CENI (Centro Educativo de Nutrición Integral).

Hospital Municipal Ramón Carrillo de San Vicente, área clínica general

2016 - Actualidad: Carrera de Especialización médica en Nutrición, Fundación Barceló.

• 2016 - Actualidad. Maestría en Plantas Medicinales, Facultad de Ciencias Exactas, Universidad Nacional de La Plata. • 2017- Curso de posgrado en Nutrición Vegetariana, UBA. • 2016 - Curso de posgrado de Soporte Nutricional Enteral y

Parenteral, Hospital Italiano de Buenos Aires. • 2015 - Curso anual de Posgrado de

Medicina Ayurveda, Fundación Prema. • 2014 - Curso de Posgrado de Fitomedicina.  
Dirigido por Dr. Jorge Alonso.

### LIC. MARIELA ÁNGELA FERRARI

Licenciada en Nutrición, Escuela de Nutrición, Facultad de Medicina, Universidad de Buenos Aires. 1996-2001.

Curso de posgrado en Estadística para Ciencias de la Salud. Facultad de Ciencias Exactas y Naturales, Posgrado, Universidad de Buenos Aires.

Docente adscripta de la Facultad de Medicina según Resolución N°1125 (Fecha de protocolización 11/06/15) Universidad de Buenos Aires.

Encargado de Enseñanza. Jefe de Trabajos Prácticos. Escuela de Nutrición, Universidad de Buenos Aires. Desde Marzo de 2001.

Docente Adjunto. Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad de Belgrano. Desde Agosto de 2011.

Jefe de Trabajos Prácticos. Departamento de Salud, Universidad Nacional de la Matanza. Desde Septiembre de 2014.

Editora Asociada del Comité Editorial de la Revista DIAETA (Bs. As.) de la Asociación Argentina de Dietistas y Nutricionistas Dietistas (AADYND). Noviembre de 2008- Junio de 2014.

Centro de Investigaciones sobre Problemáticas Alimentarias - Nutricionales (CISPAN). Escuela de Nutrición, Facultad de Medicina, Universidad de Buenos Aires.

Asesor externo (en representación de la Facultad de Ciencias de la Salud-Universidad de Belgrano) del Comité Científico de la Asociación Argentina de Dietistas y Nutricionistas Dietistas (AADYND). Desde Diciembre de 2013.

Integrante del Comité Científico, Departamento de Salud, Universidad Nacional de La Matanza. Desde Mayo de 2016.

Integrante del Comité Editorial de la Revista NUTRICION INVESTIGA, Edit. Escuela de Nutrición de la Facultad de Medicina de la Universidad de Buenos Aires. Formato electrónico de libre acceso y edición semestral. Desde Septiembre de 2016.

Investigador **Categoría V**- Ministerio de Educación de la Nación, 2004. Resolución Conjunta 114/2004 y 451/2004

Temáticas de investigación: Auxología epidemiológica. Metodologías de valoración del estado nutricional.

### FERNANDO ELIZALDE

Jefe de Cocina en ALGAIA – Productos veganos y eventos y vVITA Palermo– Restaurante Vegano.

Talleres de nutrición y salud, Sintonía Veg, Caba. A cargo de la parte practica en talleres de repostería vegana.

*Los módulos podrán ser dictados por todos o algunos de los docentes mencionados en forma indistinta. La Universidad se reserva el derecho de realizar cambios en el cuerpo docente que considere pertinentes.*

### CONSIDERACIONES GENERALES



## **INICIO**

12 de Abril de 2019

## **FINALIZACIÓN**

9 de Noviembre de 2019

## **DURACIÓN**

El curso tiene una duración de 96 horas reloj desarrolladas de acuerdo a la siguiente modalidad:

- 16 encuentros de 9 horas áulicas (Viernes 4 h. y Sábados 5 h.)
- 3 horas por mes no presenciales. Las clases abarcan 8 módulos de contenido teórico-práctico.

## **DIAS Y HORARIOS**

Un viernes y un sábado al mes, viernes de 18 a 22 h y sábados de 9 a 14 h.

## **CRONOGRAMA DE CLASES**

12 y 13 de abril  
10 y 11 de mayo  
7 y 8 de junio  
12 y 13 de julio  
9 y 10 de agosto  
13 y 14 de septiembre  
18 y 19 de octubre  
8 y 9 de noviembre

## **SEDE DE DICTADO**

Villanueva 1324 (viernes) y Zabala 1837 (sábados).

## **ASISTENCIA MÍNIMA**

75 % de las clases.

## **APROBACIÓN**

Entrega de trabajos prácticos semanales y resolución de casos clínicos presentados durante el curso.

Diseño y construcción de materiales actualizados y herramientas útiles en la consulta.

Entrega de Informe final de investigación.

## **CERTIFICACIÓN**

La Universidad de Belgrano, extenderá el respectivo Certificado, a quienes aprueben las evaluaciones y cumplan con la asistencia mínima requerida. A aquellos alumnos que posean título de grado se les otorgará certificado de aprobación de la Diplomatura; a aquellos alumnos que no cumplan con dicho requisito se les entregará certificado de aprobación de Curso de Actualización Profesional.

## **ALUMNOS UB**

Este programa permite acreditar 200 h. de Trabajo Social Profesional del área de Nutrición Comunitaria o bien la totalidad de créditos de actividades extracurriculares.

***Todos nuestros programas deberán contar con un cupo mínimo de alumnos matriculados para su apertura. En caso de no reunir el número indicado al cierre de inscripción, la Universidad se reserva el derecho de posponer o suspender el inicio de la actividad.***