

## "Consejo alimentario en el vegetarianismo"

**Objetivo general:** Potenciar la formación en las recomendaciones dietéticas actuales de la dieta vegetariana, teniendo en cuenta:

- La evidencia científica, consensos y documentos de postura sobre vegetarianismo.
- Los tipos de dietas vegetarianas habituales en nuestro entorno.
- El perfil de paciente/cliente que solicita asesoramiento.

### Objetivos específicos:

- Actualizar los conocimientos sobre alimentación vegetariana en base a la más actual evidencia científica.
- Reconocer los nutrientes clave en la alimentación vegetariana y conocer sus vías de obtención en la dieta vegetariana.
- Aplicar los recursos disponibles para ofrecer un asesoramiento adecuado (tablas de composición de alimentos, espacios web, bibliografía, etc.).
- Facilitar pautas alimentarias adecuadas a las características (edad, situación fisiológica, patológica, etc.) posibilidades y circunstancias sociales y culturales.
- Detectar grupos de riesgo relacionados con los hábitos alimentarios, como por ejemplo anemia, ferropenia, trastornos de la conducta alimentaria, etc.
- Propiciar la consecución de cambios que puedan ser mantenidos en el tiempo de cara a la prevención de trastornos o patologías que se pueden detectar en la consulta.

<b>Distribución de las sesión:</b>	
15:30 -15:45	Acreditación de los asistentes.
15:45 -16:00	Presentación del curso (CODINUCOVA)
16 a 17:30h	Breve introducción, presentación del marco teórico y conceptos generales
Descanso 15'	
17:45 – 19:00	Nutrientes y alimentos clave en el vegetarianismo
19:00 – 20:30	Resolución de casos prácticos sobre etapas del ciclo vital y situaciones especiales
20:30 – 21:00	Examen final

### CUOTAS

<b>Cuota 0 (colegiados desempleo)</b>	55€
<b>Cuota 1 (colegiados, pre-colegiados, ADINUS, DN DE LA ACADEMIA)</b>	75€
<b>Cuota 2 (d-n no colegiados ni Academia y estudiantes no ADINU)</b>	112.5€
<b>Cuota 3 Técnico superior dietética, estudiantes, otras profesiones)</b>	150€