

COACHING NUTRICIONAL PARA CAMBIOS DE COMPORTAMIENTOS ALIMENTARIOS EN OBESIDAD Y COMORBILIDADES

Equipo Docente:

Dra. Lic. María Elena Torresani

Esp. Lic. María Inés Somoza

FUNDAMENTACIÓN DEL CURSO

No hay dudas que en los últimos tiempos, a la par del crecimiento de las competencias técnicas y digitales de los profesionales de la salud, las habilidades humanas (sociales y emocionales), conocidas como competencias blandas, van cobrando mayor valor y, en muchos casos, permiten destacar a aquellos que las desarrollan y las ponen en práctica.

Dado que estas habilidades sociales resultan ser conductas aprendidas, que las vamos incorporando a lo largo de nuestro crecimiento y desarrollo, resulta imprescindible la evaluación y entrenamiento de la cultura y las variables sociodemográficas del lugar en el que nos encontremos, para poder llevar a cabo la adaptación correspondiente.

Los proveedores de atención sanitaria necesitamos destrezas especiales en materia de consulta, comunicación interpersonal y atención interdisciplinaria, para lograr una comunicación efectiva y prestar una asistencia de calidad conforme a la normativa y los principios de los derechos humanos, adecuadas a la etapa de desarrollo y el entorno del individuo.

Si bien estas competencias son transversales y no se circunscriben a ningún cuadro clínico en particular, el abordaje de la obesidad, con la dificultad que implica el cambio de los comportamientos alimentarios

y la baja adherencia a su tratamiento, requiere que el profesional, además de ser experto en el manejo de esta patología, sea empático, desarrolle su capacidad de autogestión, sea analítico, gestione bien los tiempos de la consulta, se entrene en la resolución de conflictos, presente tolerancia a la frustración, pero además sea un líder positivo.

En este sentido, adquirir como profesionales estas habilidades blandas o humanas, son claves para poder acompañar al paciente en su proceso de cambios comportamentales en el tratamiento de la obesidad y sus comorbilidades.

Todo aquel profesional que forma parte del equipo interdisciplinario para el abordaje de la obesidad, debe tener una gran capacidad para adaptarse a las circunstancias, para resolver sobre la marcha, ser flexible ante los cambios y actuar de forma rápida y eficaz. La serenidad, la comunicación clara y efectiva, así como el trabajo en equipo, son esenciales para poder enfrentar el cúmulo y la variedad de situaciones que se presentan en estos pacientes.

Aplicar el Coaching Nutricional en diferentes momentos de la intervención en Obesidad y sus comorbilidades, facilita que las intervenciones sean exitosas ya que ayuda a mejorar la adherencia al tratamiento y la motivación para realizar los cambios necesarios en los comportamientos alimentarios y hábitos de cuidado y salud.



OBJETIVOS

GENERAL

Incorporar en el desempeño profesional habilidades blandas que permitan acompañar a los pacientes en la modificación de los comportamientos alimentarios, que es necesario para mejorar la adherencia del tratamiento de la obesidad y sus comorbilidades.



OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Ofrecer estrategias y habilidades que permitan motivar hacia el cambio de comportamientos alimentarios.
- Adquirir herramientas que contribuyan al desarrollo de competencias actitudinales y capacidades para el accionar proactivo.
- Aportar técnicas para mejorar la comunicación personal e interpersonal con el paciente y su entorno.
- Adquirir habilidades para preguntar y desarrollar la escucha activa.
- Comprender diferentes estilos de liderazgo personal y profesional para funcionar más eficazmente en el trabajo.

ORGANIZACIÓN ACADÉMICA

DESTINADO A

Este curso está dirigido a graduados en Licenciatura en Nutrición, estudiantes del último año de la carrera y profesionales de la salud que interactúen con pacientes en el abordaje de enfermedades crónicas no transmisibles que cursan con sobrepeso u obesidad.

HORAS CÁTEDRA

Tendrá una duración de 4 meses (septiembre a diciembre) con una **carga horaria total de 90 hs cátedras**, distribuidas de la siguiente manera:

- 4 Módulos temáticos: 1 por mes integrado por 3 clases a dictarse en una semana del mes de 2 hs cada una (19 a 21 hs).
- Trabajo del alumno en casa: análisis de material de lectura, resolución de casos clínicos, participación y debates en el foro. Preparación y resolución de la Evaluación Final



Dinámica de trabajo

- El Curso se desarrollará en su totalidad con modalidad on line, a través de un sistema interactivo en vivo, donde se abordarán las diferentes temáticas de cada encuentro.
- Cada encuentro tendrá diferentes secciones de interacción, destacándose secciones de role play donde por un lado participarán los docentes entre sí, pero además los docentes con los alumnos y los alumnos entre ellos.
- El alumno contará con el video de la clase, que luego de ser dictada se subirá al aula virtual, así como el material de los contenidos abordados en cada encuentro, y material de lectura adicional optativa para que el alumno cuando lo desee pueda complementar su lectura.
- Los docentes a cargo del Curso acompañarán, orientarán y animarán el proceso de aprendizaje en las instancias individuales y en las interacciones de aprendizaje colectivo, mediante un sistema de foro de Intercambios.
- Diez días antes del comienzo del curso, les llegará un mail con el usuario y contraseña para que puedan acceder al aula virtual de Conceptual. A partir de ese momento podrán ingresar para conocer, los días previos a la videoconferencia, cómo es la modalidad de la plataforma.



Foro de consultas

El foro de consultas estará abierto durante el transcurso del curso. Se podrán volcar aquellas preguntas y dudas que se presenten fuera de las clases en vivo, a fin de que los docentes las contesten oportunamente. El contenido del foro será público y visible para todos los participantes.

Clases

Las clases serán dictadas en vivo a través de una sala de videoconferencias, pudiendo los participantes interactuar con el disertante. Las mismas quedarán grabadas para que el alumno pueda verlas en el momento que decida desde cualquier lugar. Es necesario contar con conexión a internet, con una PC, Smartphone o Tablet. La clases sólo podrán ser visualizada durante el transcurso del curso, y no podrán guardarse por el alumno para su uso posterior.

Evaluación final (optativa)

La evaluación final se realiza para determinar si el alumno es capaz de integrar los conocimientos aprendidos. La modalidad será múltiple choice y luego de cada pregunta aparecerá la respuesta correcta con la justificación redactada por el docente.

CERTIFICADOS

CERTIFICADO DE PARTICIPACIÓN:
para todos aquellos alumnos que completen la totalidad del curso.

CERTIFICADO DE CURSO APROBADO:
para todos aquellos alumnos que hayan realizado y aprobado el examen final.



1º MODULO:

Proceso motivacional para lograr cambios en el comportamiento alimentario de los pacientes

- ♦ Adherencia en el tratamiento de las enfermedades crónicas
Medición y Grados de adherencia.
- ♦ Proceso Motivacional para mejorar la adherencia.
- ♦ Resistencia al cambio. Zonas de confort vs cambios.
- ♦ Elementos necesarios para el cambio.
- ♦ Valoración de la motivación.
- ♦ Modelo transteórico del cambio conductual.
- ♦ Actividades de role play con propuestas de situaciones para fomentar el proceso motivacional frente a los cambios del comportamiento alimentario.

2º MODULO:

Terapias Motivacionales breves centradas en soluciones

- ♦ Proceso terapéutico profesional/paciente.
- ♦ Aspectos psicodinámicos en la relación profesional/paciente.
- ♦ Técnicas y Habilidades para la construcción de objetivos, soluciones y excepciones.
- ♦ Habilidades comunicacionales.
- ♦ Proceso de comunicación en la relación profesional/paciente.
- ♦ El lenguaje como mecanismo para coordinar acciones.
- ♦ Actividades de role play con propuestas de situaciones para fomentar la mejor relación profesional/paciente.

3º MODULO:

Entrevista Motivacional como estrategia de cambio

- ♦ Concepto de Entrevista Motivacional.
- ♦ Principios básicos de la Entrevista Motivacional.
- ♦ Cómo desarrollar una Entrevista Motivacional con el paciente.
- ♦ Negociación y Liderazgo como estrategias para lograr la motivación.
Tipos de negociación. Concepciones sobre liderazgo.
- ♦ Actividades de role play con propuestas de situaciones para fomentar la interacción y ejercitación de los diferentes roles de la entrevista.

4º MODULO:

Terapias Cognitivo-Conductuales para lograr la modificación de la conducta alimentaria

- ♦ Fundamentos de la Terapia Cognitivo-Conductual.
- ♦ Características de la Terapia Cognitivo-Conductual.
- ♦ Fases de la intervención terapéutica en la Terapia Cognitivo-Conductual.
- ♦ Actividades de role play con propuestas de situaciones para fomentar la aplicación de diferentes técnicas cognitivo-conductuales para la resolución de casos clínicos.



CONOGRAMA:

	COACHING MOTIVACIONAL	FECHA		
		CLASE 1 (19 a 21 hs)	CLASE 2 (19 a 21 hs)	CLASE 3 (19 a 21 hs)
Módulo 1	Proceso Motiacional para lograr cambios en el comportamiento alimentario de los pacientes	05/09	07/09	09/09
Módulo 2	Terapias Motiacionales breves centradas en soluciones	03/10	05/10	12/10
Módulo 3	Entrevista Motivacional como estrategia de cambio	09/11	11/11	14/11
Módulo 4	Terapias Cognitivo-Conductuales para lograr la modificación de la conducta alimentaria.	02/12	05/12	07/12
	Caso Clínico Final	Se publica una vez finalizadas todas las clases.		

VALORES:

ARGENTINOS/AS:

Inscripción: (tanto profesionales como estudiantes)
 Transferencia o depósito: \$ 2600
 Mercado Pago: \$ 2800

CURSADO:

Profesionales:

Transferencia o depósito: 4 cuotas de \$ 6350
 Mercado Pago: 4 cuotas de \$ 6850

Estudiantes:

Transferencia o depósito: 4 cuotas de \$ 5700
 Mercado Pago: 4 cuotas de \$ 6200
 Cada cuota corresponde a cada módulo del curso.

EXTRANJEROS/AS:

Un solo pago (incluye inscripción y módulos)
 285USD

En cuotas:

Inscripción: 25USD
 Cursado: 260USD / 4 cuotas de 65USD

En caso de optar por la opción "en cuotas", cada cuota deberá abonarse dentro de los primeros 10 (diez) días de cada mes.

EQUIPO DOCENTE





Dra. Lic. María Elena Torresani

La Doctora María Elena Torresani, es Licenciada en Nutrición formada en la Escuela de Nutrición de la Facultad de Medicina de la Universidad de Buenos Aires. Sus estudios se completan con la Carrera de Doctorado en el área de Nutrición de la Universidad de Buenos Aires.

Es Docente Investigadora Categoría 2, Resolución 3217 (23/10/2017) de la Comisión Regional de Categorización Metropolitana.

Dirige y ha llevado a cabo numerosos Proyectos de Investigación relacionados con la nutrición y la mujer adulta, su menopausia y el riesgo cardiometabólico.

Actualmente se desempeña como Directora de la Carrera de Especialistas en Nutrición Clínica de la Facultad de Medicina de la UBA y en el plano asistencial es Coordinadora del Área de Nutrición de Maffei Centro Médico, especializado en endocrinología.

Está Certificada en Estudios Superiores de Ética por la Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales (FLACSO) y cuenta con una extensa participación en congresos científicos en el área de la nutrición clínica.

Es amplia su participación en conferencias y simposios, tanto en el ámbito nacional como internacional.

Publicó numerosos trabajos científicos en revistas nacionales e internacionales con referato, como así también varios capítulos y libros sobre la Obesidad y el Cuidado Nutricional Cardiometabólico.

Es miembro titular de la Sociedad Argentina de Nutrición y Protesorera de la Comisión Directiva actual (2020-2021).



Esp. Lic. María Inés Somoza

La Licenciada María Inés Somoza, es Licenciada en Nutrición formada en la Escuela de Nutrición de la Facultad de Medicina de la Universidad de Buenos Aires. Sus estudios se completan con la Carrera de Especialista en Nutrición Clínica de la Universidad de Buenos Aires.

Actualmente se desempeña como Directora del Servicio de Alimentación y Dietoterapia de la Fundación Favaloro y en el plano académico es la Directora de

la Carrera de Lic. Nutrición de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad Favaloro.


Tiene una extensa participación en comisiones científicas de diferentes Sociedades Médicas (SAN, SAC, SAN-SAP), como así también participación en congresos científicos en el área de la nutrición clínica y de la prevención cardiovascular.

Publicó numerosos trabajos científicos en revistas nacionales e internacionales, como así también varios capítulos y libros sobre el Cuidado Nutricional Cardiometabólico, Dislipemias e Hipertensión Arterial.

Es miembro titular de la Sociedad Argentina de Nutrición y Directora de la Diplomatura en Nutrición de la misma Institución.

CONTACTO

MÓVIL DE CONTACTO:

 +5493412792055

EMAIL:

conceptualnutricion@gmail.com

ENLACES DEL SITIO WEB
Y REDES SOCIALES:

 [/conceptualcapacitaciones](#)

 [/conceptualcapacitaciones](#)

www.conceptualcapacitaciones.com