

## Información sobre el programa formativo

- ✓ **Horas de formación:** 500
- ✓ **Créditos ECTS:** 20
- ✓ **Duración:** El alumno dispondrá de un tiempo mínimo de 3 meses para realizar el experto universitario y un máximo de 6 meses.

La obesidad es una enfermedad crónica, compleja y multifactorial, que suele iniciarse en la infancia y la adolescencia. Generalmente, se caracteriza por una excesiva acumulación de grasa corporal y se manifiesta por un exceso de peso y volumen corporal. Se trata, además, de un problema de salud muy grave por su alta prevalencia.

En esta línea, alrededor de 400.000 personas padecen algún trastorno de la conducta alimentaria, convirtiéndose en la tercera causa de enfermedad crónica en la adolescencia, según datos de la Fundación Fita. Por tanto, es muy importante que los profesionales sociosanitarios tengan los conocimientos necesarios para saber cómo prevenir este tipo de enfermedades y trastornos y cómo tratarlos.

Precisamente, este **experto universitario en obesidad y trastornos alimentarios** tiene el objetivo de que estudies los aspectos socioestructurales y de salud pública relativos al sobre peso y la obesidad, así como los diferentes tratamientos dietéticos y los aspectos psicológicos del hambre, la conducta de ingesta y saciedad. También aprenderás a detectar problemas de conducta alimentaria.

Inscribirme



# Certificación: Universidad San Jorge



Todo el personal universitario que realice un **Experto Universitario online** de la **Universidad San Jorge (USJ)** recibirá, una vez finalizado, un diploma en créditos y horas. Este documento es únicamente emitido por la universidad certificadora de las capacitaciones o acciones formativas, es decir, por la USJ debemos sumas a esto que este trámite no tendría ningún coste adicional. *La Universidad San Jorge expedirá en virtud de lo dispuesto en el artículo 34.1 de la LOU el título propio, título sin validez oficial, que acredite la superación del programa.*

La USJ bajo ningún concepto, expedirá el título universitario correspondiente al programa formativo si el alumno/a no ha finalizado con éxito la evaluación correspondiente y no ha transcurrido el tiempo mínimo desde la matrícula. Una vez transcurrido el tiempo mínimo que exige la dicha universidad y finalice la edición, se procederá a solicitar el diploma a la **Universidad San Jorge**, la cual suele tardar en remitir los diplomas de los Expertos Universitarios entre uno y tres meses. Igualmente, los alumnos, una vez realizada la formación, podrán solicitar un certificado provisional expedido por ESHE a la espera de recibir el diploma de la USJ.

Los discentes, al realizar las formaciones, recibirían un diploma como el que mostramos a continuación:

Parte delantera del certificado

**Parte delantera del diploma de la Universidad San Jorge**

Parte trasera del certificado

**Parte trasera del diploma de la Universidad San Jorge**

# ¿A quién va dirigido?

A la realización de *experto universitario online* podrán acceder los siguientes profesionales:

- Grado en Enfermería.
- Grado en Medicina.
- Grado en Fisioterapia.
- Grado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.
- Grado en Farmacia.
  
- Grado en Psicología.
- Grado en Genética.
- Grado en Bioinformática.
- Grado en Biología Humana.
- Grado en Biología Sanitaria.
  
- Grado en Biomedicina.
- Grado en Biomedicina Básica y Experimental.
- Grado en Ciencias Biomédicas.
- Grado en Nutrición Humana y Dietética.
- Grado en Ciencia y Tecnología de los Alimentos.

## Objetivos

### Generales

- Estudiar la estructura social y los problemas de salud pública relacionados con el sobrepeso y la obesidad en adultos y niños.
- Actualice los aspectos psicológicos del hambre, la conducta alimentaria y la saciedad.
- Saber detectar problemas de conducta alimentaria que se manifiestan como sobrepeso u obesidad, pero cuyo origen puede ocultar los trastornos alimentarios.
- Actualizar el nuevo concepto de obesidad a partir de investigaciones en psicología social y determinantes de salud pública, neuropsicología, cambios endocrinos y metabólicos, psicología clínica, manejo de estrategias nutricionales, etc.
- Obtenga una perspectiva global multidisciplinaria e integral sobre la obesidad y prepare a los estudiantes para el trabajo en equipo.
- Aplicar estrategias durante las consultas para hacer frente a diferentes fenotipos de obesidad y conductas alimentarias que conducen a la obesidad.
- Saber y saber aplicar diferentes terapias dietéticas y diferentes preferencias.
- Comprender los determinantes de la adherencia de los pacientes al tratamiento y el estilo de vida saludable a largo plazo.

**Inscribirme**



## Salidas profesionales

- Clínicas, consultas y gabinetes de nutrición privados.
- Centro de prevención y tratamiento de trastornos alimentarios.

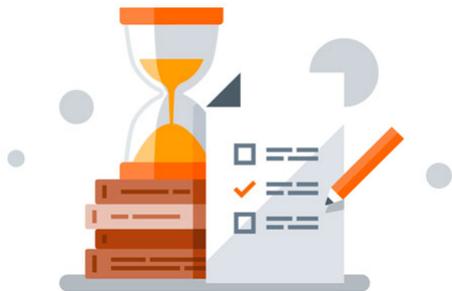
- Elaborar planes y proyectos alimentarios específicos.
- Intervención alimentaria en centros educativos.
- Preste atención a las unidades de asistencia nutricional.
- El centro docente del sector alimentario.
- Diseño e intervención de equipos multidisciplinares para los trastornos alimentarios y la obesidad.
- Centros de atención primaria y centros hospitalarios que se especializan en brindar nutrición a los pacientes.
- Campo de investigación en nutrición.
- Tratamiento de la disfunción dietética en hogares de ancianos dependientes de la tercera edad.

## Requisitos para la inscripción

En caso de tener más solicitudes que plazas, tendrán prioridad aquellos profesionales que tengan experiencia en el sector específico del experto universitario y por orden de inscripción.

- Solicitud de matrícula.
- Documento de Identidad, Cédula de identidad, TIE o Pasaporte en vigor.
- Fotocopia del Título universitario.
- Por acuerdo de la Comisión de Títulos Propios se podrán admitir a este tipo de cursos [excepto a máster] a aquellos alumnos de los grados de la propia Universidad que cursen un título propio asociado a una de las titulaciones de grado de la misma.

## Evaluación



La evaluación consta de **300 preguntas** (A/B/C) y **6 supuestos prácticos**. El alumno debe finalizar el experto universitario y hacerlo con aprovechamiento de al menos un 65% tanto de los tests como de los supuestos planteados en el mismo, que se realizarán a través de la plataforma online.

Para dar por finalizado el experto universitario además de la evaluación correspondiente a cada módulo, el alumno debe de realizar un trabajo final de experto universitario de un tema elegido de una relación propuesta por el equipo de tutores, con unos requisitos mínimos de calidad y de actualidad bibliográfica, superando este con una calificación superior al 65% de la nota del módulo trabajo fin de experto.

## Contenidos

### Unidad I: Avances sanitarios en atención integral de la obesidad

#### Capítulo I. Conceptos generales de nutrición:

- Alimentos y nutrientes.
  - Bromatología y Diferencias entre alimentación y nutrición.

- Clasificación de los alimentos.
- Alteración de los alimentos por productos químicos.
- Etiquetado y designaciones comerciales de los alimentos.
- Macro-micronutrientes.
  - Macronutrientes.
    - Proteínas.
      - ¿Proteínas de origen vegetal o animal?
    - Hidratos de carbono.
    - Lípidos.
  - Micronutrientes.
    - Vitaminas.
    - Minerales.
      - ¿Qué bebemos?
  - Tipos de alimentos.
- Combustibles tisulares.
  - ¿Qué es bioenergética?.
  - Principios de bioenergética.
  - Combustibles metabólicos.
- Alimentación del adulto sano (RDA).
  - Dieta equilibrada.
  - R.D.A.
- Tabla de composición de alimentos.
  - Grupo 1: leche y derivados.
  - Grupo 2: carnes y huevos.
    - Grupo 2: pescados y mariscos.
  - Grupo 3: legumbres, tubérculos y frutos secos.
  - Grupo 4: verduras y hortalizas.
  - Grupo 5: frutas y derivados.
  - Grupo 6: cereales, azúcar y bebidas.
  - Grupo 7: grasas y varios.
- Dieta equilibrada.
  - Necesidades energéticas del hombre.
  - Dieta mediterránea como ejemplo de alimentación equilibrada.
    - Dieta mediterránea.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

## Capítulo II. Aspectos generales de la obesidad:

- Definición de la obesidad.
- Métodos de diagnóstico.
- Clasificación de la obesidad.
- Etiología de la obesidad.
- Causas que con mayor frecuencia pueden desencadenar obesidad.
- Epidemiología de la obesidad en Europa.
- Fisiopatología de la obesidad.
- Historia natural de la obesidad: Infancia.
- El papel del enfermería ante el sobrepeso y la obesidad.
- Enfermería y la obesidad infantil.

- Líneas de investigación futuras.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

### Capítulo III. Manifestaciones clínicas de la obesidad:

- Epidemiología.
- Alteraciones endocrinológicas.
- Alteraciones osteoarticulares (Artromiálgicas).
- Alteraciones digestivas.
- Gestación.
- Alteraciones circulatorias.
- Alteraciones en la calidad de vida.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

### Capítulo IV. Tratamiento higiénico-dietético de la obesidad:

- Objetivos del tratamiento.
- Modalidades o formas de tratamiento.
  - Tratamiento dietético.
  - Actividad física-ejercicio.
  - Modificación de hábitos y conducta.
  - Dietas erróneas.
  - Terapia cognitivo-conductual en la obesidad.
  - Desayunar bien reduce el riesgo de obesidad.
  - Consejos generales para bajar peso y consejos para una buena alimentación.
  - Dietas.
    - Dieta de 1.000 Kcalorías. Menú base.
    - Dieta de 1.200 Kcalorías. Menú por calorías.
    - Otras alternativas.
  - Hiperlipemias y colesterol elevado.
  - ¿Qué seguimiento hacer?
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

### Capítulo V. Tratamiento farmacológico y quirúrgico:

- Farmacoterapia.
  - Fármacos anorexígenos.
  - Fármacos que inhiben la absorción de nutrientes.
  - Fibra dietética.
    - Propiedades de la fibra dietética y de sus componentes. Digestión de la fibra.
    - Fisiología y fuentes de fibra dietética.
    - Trastornos relacionados con el déficit de fibra.
    - Riesgos en la utilización de la fibra.
  - Fármacos que incrementan el consumo energético.

- El cerebro controla la eliminación de grasas mediante la termogénesis.
- Cirugía de la obesidad.
  - Técnicas laparoscópicas y evaluación de resultados.
- Nuevas modalidades.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

## **Capítulo VI. Prevención de la obesidad:**

- ¿Es posible prevenir la obesidad?
  - Niveles de actuación en la prevención de la obesidad.
  - Educación para la salud.
    - Puntos en los que se puede influir desde la EPS.
  - Educación nutricional desde atención primaria.
  - Resumen.
  - Autoevaluación.
  - Bibliografía.
- 

## **Unidad II: Avances en trastornos alimentarios (anorexia y bulimia nerviosa)**

### **Introducción:**

- Introducción.
  - A partir de los años 60.
  - En la actualidad.
- Clasificación.
- Los nuevos trastornos de la conducta alimentaria.
  - Más trastornos de la conducta alimentaria.
- Bibliografía.

### **Capítulo I. Concepto de anorexia nerviosa. Revisión histórica:**

- Concepto.
- Revisión histórica.
  - Primeros casos de anorexia.
  - Primera descripción clínica.
  - Para finalizar.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

### **Capítulo II. Anorexia nerviosa. Epidemiología:**

- Epidemiología.
  - Otros estudios.
  - La anorexia nerviosa.
  - Estudios de la anorexia nerviosa.
- Factores de riesgo.

- Factores biológicos.
- Factores socioculturales.
- Factores psicológicos.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

### **Capítulo III. Etiopatogenia de la anorexia nerviosa:**

- Introducción.
- Factores biológicos.
- Factores socioculturales.
- Factores individuales.
- Factores psicopatológicos.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

### **Capítulo IV. Clínica de la anorexia nerviosa:**

- Manifestaciones clínicas.
- Manifestaciones psiquiátricas.
- Complicaciones médicas.
- Criterios de gravedad y de ingreso hospitalario.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

### **Capítulo V. Diagnóstico de la anorexia nerviosa:**

- Introducción.
- Criterios para el diagnóstico de la anorexia nerviosa.
- Criterios diagnósticos para la anorexia nerviosa en la CIE-10.
- Anorexia nerviosa atípica y Trastorno evitativo/restrictivo de la ingesta alimentaria.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

### **Capítulo VI. Diagnóstico diferencial de la anorexia nerviosa:**

- Introducción.
- Pérdida de peso.
- Enfermedades crónicas que cursan con ingesta inadecuada.
- Enfermedades crónicas que cursan con malabsorción.
- Enfermedades que cursan con pérdida excesiva de nutrientes.
- Enfermedades crónicas que hacen perder peso por mecanismos mixtos.
- Amenorrea.
- Molestias dispépticas e Hipoalbuminemia y edema de realimentación.
- Resumen.
- Autoevaluación.

- Bibliografía.

## **Capítulo VII. Tratamiento nutricional de la anorexia nerviosa:**

- Introducción.
- Bases generales del tratamiento.
  - Relación médico-paciente e Historia clínica.
  - Valoración del estado nutricional.
  - Estrategia para la rehabilitación alimentaria.
- Tratamiento nutricional.
  - Alimentación natural.
  - Alimentación artificial enteral.
  - Nutrición parenteral total (NPT).
- Educación nutricional.
- Tratamiento forzado de la anorexia nerviosa y Uso de suplementos.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

## **Capítulo VIII. Tratamiento psicofarmacológico de la anorexia nerviosa:**

- Introducción.
- Tratamiento farmacológico.
  - Más tratamientos.
- Abordaje psicológico.
  - Tratamiento cognitivo-conductual.
  - Psicoterapia dinámica.
  - Psicoterapia de grupo de orientación psicoanalítica.
  - Técnicas de terapia familiar y sistemática.
  - Intervención psicosocial en la anorexia nerviosa.
- Proceso de cambio terapéutico.
- Psicocirugía en el tratamiento de la anorexia nerviosa.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

## **Capítulo IX. Concepto de bulimia nerviosa. Revisión histórica:**

- Etimología e Historia.
- Concepto.
  - Modelo cognitivo de Mc Pherson.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

## **Capítulo X. Bulimia nerviosa. Epidemiología:**

- Epidemiología.
  - Estudios de la bulimia nerviosa.
- Factores de riesgo.

- Resumen.
- Bibliografía.

#### **Capítulo XI. Etiopatogenia de la bulimia nerviosa:**

- Introducción.
- Factores predisponentes.
- Factores precipitantes y perpetuantes.
- Resumen.
- Bibliografía.

#### **Capítulo XII. Clínica de la bulimia nerviosa:**

- Manifestaciones clínicas.
- Manifestaciones psiquiátricas.
- Complicaciones médicas.
- Criterios de gravedad y de ingreso hospitalario y Etapas de la enfermedad.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

#### **Capítulo XIII. Diagnóstico de la bulimia nerviosa:**

- Diagnóstico de la bulimia nerviosa.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

#### **Capítulo XIV. Diagnóstico diferencial de la bulimia nerviosa:**

- Introducción.
- Diagnóstico diferencial de los vómitos autoinducidos.
- Gravedad psiquiátrica del cuadro clínico.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

#### **Capítulo XV. Tratamiento nutricional de la bulimia nerviosa:**

- Introducción.
- Tratamiento nutricional.
- Educación nutricional para los pacientes.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

#### **Capítulo XVI. Tratamiento psicofarmacológico de la bulimia nerviosa:**

- Introducción.
- Hospitalización.

- Hospital de día.
- Ambulatorio.
- Comportamientos bulímicos.
  - Primera fase.
  - Segunda fase.
  - Tercera fase.
- Tratamiento farmacológico.
  - Relación entre la Autoestima-preocupación e Intervención cognitivo-conductual.
- Resumen.
- Bibliografía.
- Autoevaluación.

## **Capítulo XVII. Prevención de los trastornos del comportamiento alimentario. Anorexia y bulimia nerviosa:**

- Introducción.
- Prevención primaria.
  - La información.
  - Modificación de conductas e Identificación de los grupos de riesgo.
  - Acción sobre los estereotipos culturales y Educación escolar.
- Prevención secundaria.
- Prevención terciaria.
  - Más medidas de prevención terciaria.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

## **Capítulo XVIII. Evolución y pronóstico de la anorexia y bulimia nerviosa:**

- Evolución y pronóstico de la anorexia y bulimia nerviosa.
- Resumen.
- Bibliografía.

## **Capítulo XIX. Calidad de vida en pacientes afectados de trastornos del comportamiento alimentario: Anorexia y bulimia nerviosa:**

- Introducción.
- Calidad de vida en la anorexia y bulimia nerviosa.
  - Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES).
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

## **Capítulo XX. Otros trastornos del comportamiento alimentario:**

- Introducción.
- Otros trastornos del comportamiento alimentario.
- Trastorno de la conducta alimentaria no especificado.
- Trastorno por atracón.
  - Definición, Epidemiología y Clínica.
  - Diagnóstico, Tratamiento y Pronóstico.

- Más trastornos del comportamiento alimentario.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

### **Capítulo XXI. Trastornos del comportamiento alimentario y deporte:**

- Introducción.
- El deporte y la actividad física en los trastornos del comportamiento alimentario.
- ¿Quiénes se están arriesgando?
- Deportes en los cuales existe riesgo de presentar trastornos del comportamiento alimentario.
- Tríada de la mujer deportista.
- El entorno del deportista.
- Práctica de deportes aeróbicos o anaeróbicos y los trastornos del comportamiento alimentario.
- Vigorexia.
- Conclusiones.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

### **Capítulo XXII. Historias clínicas de pacientes con trastornos del comportamiento alimentario:**

- Caso clínico 1.
- Caso clínico 2.
- Caso clínico 3.
- Caso clínico 4.
- Caso clínico 5.
- Caso clínico 6.
- Caso clínico 7.
- Caso clínico 8.
- Caso clínico 9.
- Caso clínico 10.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

---

### **Trabajo fin de experto: Trabajo fin de experto**

El alumno debe realizar un trabajo fin de experto para finalizar su formación y cumplir unos requisitos mínimos de calidad y de actualidad bibliográfica.

#### **Para no publicarlo:**

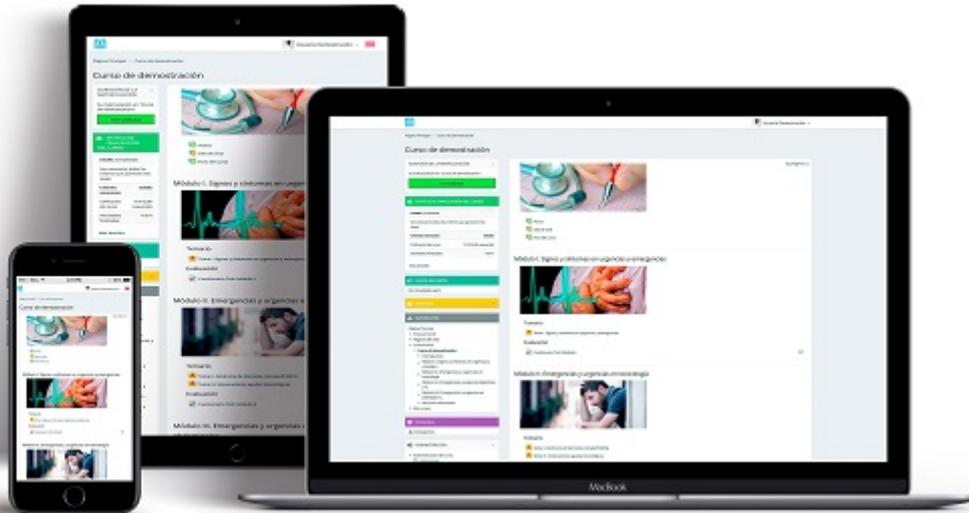
1. Puede ser tanto caso clínico, como trabajo de investigación o revisión bibliográfica.
2. Debe ser una extensión de unas 30 páginas.
3. Debe estar citada en estilo Vancouver.

#### **Para la publicación ¡Totalmente gratis!:**

1. Debe ser una revisión bibliográfica de unas 50 páginas.
2. Tamaño 12.

3. La bibliografía debe ser desde hace 5 años en adelante.
4. Letra Times New Roman.
5. Debe estar citada en estilo Vancouver y con citas en el texto.
6. Interlineado 1-1,15.

# Metodología



El desarrollo del programa formativo se realizará totalmente online el campus virtual revisado y aprobado por la Universidad San Jorge, que estará operativo las 24 horas los 365 días del año y además está adaptado a cualquier dispositivo digital. El alumno en todo momento contará con el apoyo de nuestro departamento tutorial. Las tutorías se realizarán mediante email (usj@esheformacion.com), Teléfono: 656 34 67 49, WhatsApp: 656 34 67 49 o a través del sistema de mensajería que incorpora nuestro campus virtual.

Dentro de la plataforma encontrarás:

- Guía de la plataforma.
- Foros y chats para contactar con los tutores.
- Temario.
- Resúmenes.
- Vídeos.
- Guías y protocolos adicionales.
- Evaluaciones.
- Seguimiento del proceso formativo.

**Inscribirme**

