



Guías metodológicas para valoración de consumo alimentario en población ecuatoriana

Curso metodología híbrida

Descripción

Dada la situación epidemiológica del país, donde las enfermedades crónicas no transmisibles y la desnutrición son las principales causas de morbi-mortalidad y en las que se ha demostrado que la malnutrición es uno de los principales factores de riesgo en su desarrollo, estudiar la dieta de un sujeto y/o población, con la finalidad de entender los excesos y/o deficiencias nutricionales que determinan los distintos patrones alimentarios, se ha convertido un factor primordial para los profesionales de la salud que trabajan en la prevención, manejo y control de las distintas patologías nutricionales.

Uno de los grandes desafíos en las ciencias de la Nutrición ha sido la cuantificación de la dieta, y en particular la estimación de la porción consumida, donde el profesional se ha venido apoyando para su estimación con el uso de distintas herramientas como medidas caseras y réplicas alimentarias no estandarizadas. Por otro lado, disponer de herramientas científicamente diseñadas para el contexto ecuatoriano en el manejo dieto-terapéutico del paciente en el consultorio y en la comunidad permite la generación de planes de alimentación acordes a la situación de salud del individuo o el colectivo. Por tanto, disponer de herramientas que permitan gestionar la toma de datos nutricionales de manera estandarizada y confiable facilita la labor del profesional de la salud que trabaja en analizar y comprender los patrones alimentarios en individuos y poblaciones.

Herramientas

En la valoración de la ingesta alimentaria:

1) El Manual Fotográfico para Cuantificación Alimentaria del Ecuador, siendo un instrumento eficaz, claro y de fácil acceso, que permite cuantificar el consumo de alimentos, disminuyendo el sesgo de la autovaloración de las personas.

2) La Tabla de Composición Química de los Alimentos: Basada en Nutrientes de Interés para la Población Ecuatoriana, que permite conocer la composición nutricional en energía, macronutrientes y micronutrientes que contienen los alimentos y a posteriori entender su relación con la salud y la enfermedad.

En la planificación de menús o dietas:

3) La Lista de intercambios de alimentos ecuatorianos adaptada a los patrones y hábitos alimentarios de la población ecuatoriana, que facilita el manejo nutricional de los sujetos, ya que gracias a ellas el sanitario puede crear menús variados, fáciles de realizar, de acuerdo a los gustos y costumbres del sujeto y que se acogen a los requerimientos nutricionales de calorías y macronutrientes estimados por el profesional.

Objetivo general

Utilizar las diferentes metodologías y herramientas para la valoración del consumo alimentario y generación de planes de alimentación, permitiendo al profesional de la salud la colecta de información nutricional de manera estandarizada y confiable.

Objetivos específicos

- Identificar los métodos de valoración de consumo, a nivel individual y colectivo de mayor uso en el Ecuador.
- Desarrollar destrezas y habilidades en el manejo de las herramientas que apoyan la valoración del consumo alimentario, permitiéndonos gestionar la toma de datos de manera estandarizada y confiable.
- Aplicar la lista de intercambios de alimentos ecuatorianos en la generación práctica de planes de alimentación y manejo de una educación dietética nutricional de forma clara y acertada.

Resultados de Aprendizaje	Nivel
Distinguir los métodos de valoración de consumo individuales y colectivos, para la elección del más adecuado acorde sus necesidades profesionales.	Intermedio
Emplear herramientas para gestión de toma de datos nutricionales; como el manual fotográfico para cuantificación alimentaria del Ecuador y la lista de intercambios de alimentos ecuatorianos, de manera estandarizada y confiable.	Intermedio
Integrar los conocimientos logrados sobre las herramientas para valoración de consumo alimentario en la práctica profesional.	Intermedio

Dirigido a

Profesionales con interés en la Educación Comunitaria e Investigación nutricional; así como, por profesionales de la salud que en su práctica necesitan medir los patrones alimentarios de la población y realizan planes de alimentación (ej. Nutricionistas, médicos generales y clínicos con especialidad en enfermedades crónicas no transmisibles y alimentación, deportólogos, enfermeras, profesiones afines y estudiantes de último año que están cursando estas carreras).

Perfil participante

Los profesionales que culminen el programa serán capaces de:

- Distinguir los métodos de valoración de consumo individuales y colectivos, para la elección del más adecuado acorde sus necesidades profesionales.
- Emplear herramientas para gestión de toma de datos nutricionales; como el manual fotográfico para cuantificación alimentaria del ecuador y la lista de intercambios de alimentos ecuatorianos, de manera estandarizada y confiable.
- Integrar los conocimientos logrados sobre las herramientas para valoración de consumo alimentario, en la práctica profesional.

Modalidad

Duración total del curso 40 horas académicas repartidas en 4 semanas.

- 12 horas en modalidad virtual en tiempo real con el profesor vía zoom
- 16 horas de actividades de trabajo autónomo del alumno
- 12 horas de trabajo práctico tutorías presenciales

Metodología de enseñanza: clases sincrónicas, discusión, trabajos autónomos, talleres prácticos y tutorías guiadas con trabajo práctico a través de estudios de casos.

Contenido

MÓDULO I Introducción a los métodos y herramientas de valoración de consumo

Duración: 9 horas

Objetivo de aprendizaje: Identificar los métodos de valoración de consumo, a nivel individual y colectivo de mayor uso en el Ecuador.

Contenido del módulo:

- **Tema 1:** Introducción a los métodos que apoyan la valoración de consumo.
- **Tema 2:** Metodología de diarios de consumo, frecuencia de consumo y recordatorio de 24 horas a través de pasos múltiples.
- **Tema 3:** Introducción al uso de las Herramientas que apoyan la valoración de consumo.

MÓDULO II Manejo de herramientas para valoración de consumo

Duración: 15 horas

Objetivo de aprendizaje: Desarrollar destrezas y habilidades en el manejo de las herramientas que apoyan la valoración del consumo alimentario, permitiéndonos gestionar la toma de datos de manera estandarizada y confiable.

Contenido del módulo:

- Tema 1: Uso diferenciado de la aplicación de metodologías de consumo a nivel clínico y poblacional, a través de estudios de caso.
- Tema 2: Creación, estandarización y aplicación de la Tabla de Composición Química de los Alimentos: Basada en Nutrientes de Interés para la Población Ecuatoriana.
- Tema 3: Creación, estandarización y aplicación del Manual Fotográfico como herramienta para cuantificación alimentaria en el Ecuador.

Contenido

MÓDULO III Planificación alimenticia a través del manejo de sistema de intercambios ecuatoriano

Duración: 16 horas

Objetivo de aprendizaje: Aplicar la lista de intercambios de alimentarios en la generación práctica de planes de alimentación y manejo de una educación dietética nutricional de forma clara y acertada para valoración individual y colectiva.

Contenido del módulo:

- Tema 1: Creación y estandarización de la lista de intercambios de alimentos ecuatoriana.
- Tema 2: Manejo de un sistema de intercambios ecuatoriano a través de estudios de caso.
- Tema 3: Aplicación del sistema de intercambios – Tutorías guiadas con el profesor.
- Tema 4: Uso globalizado del manejo de herramientas de valoración de consumo en investigación nutricional.

Evaluación

Trabajo autónomo: 30%

Lectura de artículos científicos que fortalecen el tema de estudio. Realización de las tareas prácticas enviadas por el instructor.

Talleres prácticos: 40%

Enviados por el instructor sobre el tema en estudios como:

- Manejo de Tabla de Composición Química de los Alimentos.
- Utilización del Manual Fotográfico para cuantificación alimentaria del Ecuador.
- Manejo del sistema de intercambios ecuatoriano.

Asistencia y participación: 30%

Cumplir con un mínimo de 80% de la asistencia total del programa y al menos un fin de semana presencial.

Emisión de certificado

El participante al final del curso deberá tener una nota mínima de 71/100 para obtener su diploma de aprobación.

En caso de aprobar el programa, la Universidad San Francisco de Quito otorgará un certificado de aprobación por el número de horas académicas realizadas.

Instructores



María Elisa Herrera

María Elisa Herrera es licenciada en Nutrición Humana de la Universidad San Francisco de Quito, tiene una maestría Nutrición Clínica del Adulto y una especialización en enfermedades crónicas no transmisibles de origen nutricional del Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos (INTA - Universidad de Chile). Es miembro activo del comité científico de IBFAN (International Baby Food Action Network) en Ecuador.

Es docente del pregrado y posgrado en la USFQ y otras instituciones de educación superior. Es Profesor – Investigador de la Escuela de Salud Pública de la USFQ. Cuenta con más de 10 publicaciones en revistas de especialidad indexadas y otras en curso, autora de 2 libros de carácter científico, más de 25 presentaciones en congresos Nacionales e Internacionales y más de 35 cursos de actualización. Se destaca en el desarrollo y ejecución de proyectos de investigación en el área de ingesta alimentaria y lactancia materna.

Instructores



Fadya Orozco

Fadya Orozco, es Doctora en Salud Pública por el Instituto de Salud Pública de la Universidad Federal de Bahía en Brasil, tiene una Maestría en Salud Pública y Desarrollo por Instituto Tropical de los Países Bajos. En 2008, fue becada por el Programa de Liderazgo en Salud Global del Centro Internacional de Investigaciones para el Desarrollo (IDRC) como una de las Líderes en Salud Global. Se graduó de medicina en la Universidad Central del Ecuador, y tiene estudios de medicina comunitaria, género, medicina tradicional andina. En el transcurso de su carrera, ha liderado programas y proyectos en promoción de la salud, políticas públicas intersectoriales, aplicadas e interdisciplinarias participativas en salud y agricultura, biodiversidad y nutrición, derechos en salud, veeduría ciudadana y participación social. Fue Subsecretaria Nacional de Promoción, Prevención e Igualdad en el Ministerio de Salud de Ecuador, y directora del Programa de Formación de Maestría en Salud Pública en la Universidad San Francisco de Quito. Actualmente se desempeña como profesora investigadora en la misma universidad, como tal, lidera el estudio de investigación científica SEMILLA cohorte prenatal en Cayambe.

Instructores



Andrea de la Garza Puentes

Es Licenciada en Nutrición y Bienestar Integral por el Tecnológico de Monterrey-México y Doctora en Alimentación y Nutrición (PhD) por la Universidad de Barcelona (UB)- España, estudio que le otorgó el Premio Extraordinario de Doctorado. Cuenta con una maestría en Nutrición y Metabolismo y otra en Investigación y Ciencias Farmacéuticas por la UB. Además, ha realizado posgrados en Administración, Emprendimiento, Innovación y Sostenibilidad en la Escuela en línea de Negocios de la Universidad de Harvard. En México trabajó en el ámbito clínico, docencia e investigación con proyectos comunitarios haciendo recogida de datos e intervenciones nutricionales. En Europa, Andrea se ha especializado sobre todo en docencia e investigación participando y coordinando proyectos nacionales e internacionales, teniendo contacto regular con instrumentos de recogida de datos (desde el diseño, la selección, la implementación o el análisis de datos). Sus áreas de especialidad son: nutrición materno-infantil, obesidad, envejecimiento saludable, salud mental, promoción de salud y emprendimiento e innovación. Actualmente, Andrea ofrece consultoría a empresas del sector salud y colabora con la UB, donde trabaja como profesora e investigadora en proyectos internacionales.

Instructores



Maribel Chisaguano

Es Ingeniera en Alimentos, Master en Nutrición y Metabolismo, Doctora en Alimentación y Nutrición (PhD) por la Universidad de Barcelona- España. Es profesor investigador de la Universidad San Francisco de Quito USFQ donde ha dirigido el desarrollo de los Trabajos de Titulación de tercer nivel y trabaja en proyectos de investigación relacionados con epidemiología nutricional. Dentro de su producción científica como autor y coautor se citan más de 15 artículos científicos sobre el entorno materno infantil publicados en revistas de impacto en el área de Nutrición Humana y Nutrigenética (PlosOne, Clinical Nutrition, Nutrients, Pediatric Research), y ha participado con la presentación de resultados de las diferentes investigaciones en Congresos Internacionales. También es autora de los libros: Manual Fotográfico de Porciones para Cuantificación Alimentaria (1ra y 2da edición). La tabla de composición química de los alimentos: basada en nutrientes de interés para la población ecuatoriana. Lista de intercambios de alimentos ecuatorianos.

Cronograma

Fecha de inicio: Miércoles 9 de noviembre

Fecha de cierre: Miércoles 30 de noviembre

Horarios:

- Sesiones virtuales – miércoles de 18:00 a 21:00
- Sesiones presenciales – sábados de 10:00 a 15:00

[Descargar
cronograma](#)



Registro

Inversión	
Tarifa Pronto Pago	\$430 (14 OCT)
Tarifa Público General	\$480
Tarifa Grupal (3 per) y Comunidad USFQ	\$450

*Tarifa incluye: Sesiones virtuales por zoom y material complementario en plataforma de e-learning, sesiones presenciales en campus Cumbayá de la USFQ. Material de apoyo: Lista de Intercambios de Alimentos del Ecuador, Tabla de Composición de Alimentos y descuento del 20% para la adquisición del Manual Fotográfico del Ecuador.

1

Realizar el pago

Transferencia o depósito

Banco Bolivariano

A nombre de la Universidad San Francisco de Quito

Cuenta corriente Nro: 5075003350
(RUC: 1791836154001)

Banco Pichincha

A nombre de la Universidad San Francisco de Quito

Cuenta corriente Nro: 3407330004
(RUC: 1791836154001)

Tarjeta de crédito

Dar click en el siguiente botón y complete la información solicitada por el formulario.

Al finalizar quedará registrado automáticamente en el sistema

[PAGUE AQUÍ](#)



Con Diners, Banco Pichincha, Guayaquil, Bolivariano o Produbanco podrá acceder al siguiente financiamiento:

- 3 y 6 meses sin intereses
- 9 y 12 meses con intereses

2

Confirmar tu pago

Si realizaste el pago mediante:

Transferencia/Depósito: Enviar una copia del comprobante de depósito (escaneado) y sus datos personales: (nombres completos, cédula, teléfono y dirección) al siguiente mail: rordonez@usfq.edu.ec

*Si requiere factura con datos distintos al del participante, detallar en el correo los siguientes datos (razón social, RUC/cédula, teléfono, dirección y correo electrónico)

Si realizó el pago con Tarjeta de Crédito no es necesario confirmar su pago, el sistema registrará sus datos automáticamente.

3

Confirmación de registro

Recibirá un mail de confirmación de registro con la información pertinente al curso.

*La coordinación del programa se reserva el derecho de suspender o reprogramar la realización del actividad si no cuenta con el mínimo de alumnos requeridos o por motivos de fuerza mayor. En tal caso, se devuelve a los alumnos matriculados la totalidad del dinero a la brevedad posible.



¿Tienes
preguntas?

Natalia Velalcázar
Educación Continua
nvelalcazar@usfq.edu.ec
+593 98 251 4894

