



EDUCACIÓN CONTINUA - FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS - USACH

ALIMENTACIÓN BASADA EN PLANTAS CON DIETAS VEGANAS Y VEGETARIANAS.

CURSO 2024

DIRIGIDO A PROFESIONALES DE ATENCIÓN PRIMARIA

DESCRIPCIÓN

Las dietas vegetarianas y veganas, han ido en aumento en Chile en los últimos años. Por lo cual se vuelve necesario educar sobre las deficiencias nutricionales que pueden tener estas dietas, como lo son la falta de Omega 3, Vitaminas D, Vitamina B12, Zinc y Hierro.

Es por lo anterior que se vuelve necesario poder capacitar para orientar a las familias, procurando cubrir adecuadamente los macro y micronutrientes acorde a su edad y estado metabólico.



PROGRAMA DE ESTUDIO



MÓDULO 1
DEFINICIÓN Y BENEFICIOS DE UNA
ALIMENTACIÓN BASADA EN
PLANTAS



MÓDULO 2
ALIMENTACION VEGETARIANA
Y VEGANA



MÓDULO 3
PREPARACIONES CULINARIAS

MÓDULO 1



DEFINICIÓN Y BENEFICIOS DE UNA ALIMENTACIÓN BASADA EN PLANTAS

DESCRIPCIÓN

- Identificar qué es y cuáles son las características de la alimentación basada en plantas integrales.
- Conocer los beneficios y utilidad de la alimentación basada en plantas integrales para el tratamiento y prevención de enfermedades, como para el logro de salud planetaria.



DEFINICIÓN Y BENEFICIOS DE UNA
ALIMENTACIÓN BASADA EN PLANTAS



MODALIDAD SEMIPRESENCIAL

MÓDULO 2



ALIMENTACION VEGETARIANA Y VEGANA



DESCRIPCIÓN

- Reconocer los nutrientes considerados clave en una alimentación vegetariana-vegana y las fuentes alimentarias para obtenerlos.
- Conocer suplementos nutricionales que se deben recomendar a personas que llevan dietas basadas en plantas.



ALIMENTACION VEGETARIANA Y VEGANA



MODALIDAD SEMIPRESENCIAL

MÓDULO 3



PREPARACIONES CULINARIAS

DESCRIPCIÓN

- Sesión presencial de demostración de prácticas de alimentación y preparaciones culinarias básicas basadas en plantas.



PREPARACIONES CULINARIAS



MODALIDAD PRESENCIAL



TITO PIZARRO QUEVEDO

DIRECTOR DEL PROGRAMA

- Médico Cirujano con especialidad en Pediatría de la Universidad de Chile.
- Magíster en Ciencias Médicas con mención en Nutrición.
- Diplomados en Políticas Públicas y Autoridad Sanitaria y Gestión en Salud Pública; ambos Universidad de Chile.



SOL GRACIA

COORDINADORA DEL PROGRAMA

- Nutricionista Docente, especialista en Alimentación Basada en Plantas. Magíster en Nutrición para la Actividad Física y el Deporte.
- Diplomada en Docencia Clínica. Directora Escuela Plantando Nutrición.
- Docente Universitaria de pre y post grado. Conferencista. Vicepresidenta de Sociedad Chilena de Medicina y Nutrición Preventiva (SOCHIMENUP).

EQUIPO COORDINADOR

FICHA DEL PROGRAMA

**INICIO:
12 DE NOVIEMBRE 2024**



**DURACIÓN: 21 HORAS.
ARANCEL: \$100.000**



- 12 Y 14 DE NOVIEMBRE: 14 A 17 HORAS ONLINE SINCRÓNICA
- 20 DE NOVIEMBRE: 9 A 17 HORAS PRESENCIAL
- 27 DE NOVIEMBRE: EVALUACIÓN FINAL ONLINE



FORMAS DE PAGO A TRAVÉS DE WEBPAY, TARJETAS DE DÉBITO Y CRÉDITO.

ESTE PROGRAMA SE DICTARÁ SÓLO SI CUMPLE EL QUÓRUM MÍNIMO DE ESTUDIANTES. LA FECHA DE INICIO Y DE TÉRMINO PODRÍA VARIAR POR FUERZA MAYOR

USACH
FACULTAD DE
CIENCIAS MÉDICAS

CONTACTO: +569 5659 9202
EDUCONTINUA.FACIMED@USACH.CL

SIGUENOS EN:



WWW.FCM.USACH.CL

WWW.EDUCACIONCONTINUA.USACH.CL
