



FACULTAD DE  
**CIENCIAS MÉDICAS**  
UNIVERSIDAD DE SANTIAGO DE CHILE

**DIPLOMADOS 2023**

**Nutrición y actividad física:  
profundizando en  
recomendaciones y en  
estrategias educativas**

A DISTANCIA



Comprometidos con la  
formación de excelencia



## Descripción

En la actualidad la promoción de los estilos de vida saludable y el tratamiento de enfermedades prevalentes desde la nutrición y la actividad física son parte de las agendas de salud a nivel global y local. Para lograr aquellos objetivos, se requieren personas capacitadas y con competencias en el diagnóstico, recomendación, tratamiento y evaluación de los estilos de vida saludable.

A través de este programa, los participantes podrán reconocer y mejorar su propia práctica en la prevención y promoción de los estilos de vida saludable y en el tratamiento de enfermedades prevalentes en la actualidad, desde el componente de la nutrición y actividad física, con énfasis en el sobrepeso y obesidad considerando aspectos éticos y de género. También, identificando los campos de acción, generando iniciativas (proyectos) de mejora y aplicando los conocimientos obtenidos tanto en sus lugares de trabajo como en sus comunidades y vida personal.

## Dirigido a

Profesionales y técnicos con especial énfasis en la nutrición y la actividad física.



## Responsables



**Tito Pizarro Quevedo**

**Director del diplomado**

Médico, especialista en pediatría y nutrición. Profesor de la Escuela de Ciencias de la Actividad Física, el Deporte y la Salud de la Universidad de Santiago. Coordina cursos de Políticas Públicas y Nutrición de Poblaciones del Magister en Salud Pública.



**Daniela González Araya**

**Coordinadora del diplomado**

Nutricionista, docencia de pregrado y posgrado en la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad de Santiago.



# Malla curricular

## Módulo 1

### ¿Dónde nos situamos? Realidad nacional e internacional

En este módulo se abordarán antecedentes epidemiológicos de las enfermedades no transmisibles producto del aumento del sedentarismo, sobrepeso y obesidad en el contexto nacional. Profundizarás respecto a la epidemiología nutricional y de actividad física con un enfoque ético y de género, los principales conceptos y datos. Finalmente, te concentrarás en las características de las enfermedades crónicas no transmisibles, sus factores protectores y de riesgo.

## Módulo 2

### Evaluación y diagnóstico en la infancia y adolescencia

Se revisarán metodologías e instrumentos de evaluación relacionados con la nutrición y la actividad física, enfocado en niñas, niños y adolescentes. Además de identificar conceptos relacionados con las necesidades nutricionales y reconocerás distintas encuestas y test usados para la evaluación nutricional. Los estudiantes podrán reconocer la aplicación de evaluaciones de actividad y condición física en el rango etario mencionado. Finalmente, se identificarán las consideraciones éticas y de género al realizar estudios y evaluaciones a niñas, niños y adolescentes.

## Módulo 3

### Evaluación y diagnóstico en el adulto y adulto mayor

Se revisarán metodologías e instrumentos de evaluación relacionados con la nutrición y la actividad física, enfocado en adultos y adultos mayores. Asimismo se analizarán casos de evaluaciones diagnósticas de estado nutricional, actividad y condición física en los rangos etarios mencionados. Finalmente, se aplicarán herramientas de diagnóstico y evaluación de la condición física en casos clínicos hipotéticos.

## Módulo 4

### Recomendación nutricional y de actividad física

En este módulo se aprenderán la forma de efectuar recomendaciones relacionadas con la nutrición y prescripción de actividad física según los resultados obtenidos en evaluaciones y diagnósticos. Para ello, se comprenderán los elementos de una consejería nutricional y de actividad física, para después aplicarlo en talleres específicos.

# Malla curricular

## Módulo 5

### Evaluación, diagnóstico y recomendación en situaciones especiales

En este módulo se aprenderán la forma de efectuar recomendaciones relacionadas con la nutrición y prescripción de actividad física para personas con situaciones especiales, según resultados obtenidos en evaluaciones y diagnósticos específicos. Para ello, comprenderán los elementos para efectuar evaluaciones nutricionales y de condición física en personas embarazadas, enfermos crónicos y personas con movilidad reducida. Esa información te permitirá efectuar recomendaciones nutricionales y de actividad física en aquellos grupos de personas.

## Módulo 6

### Políticas y entorno

Se analizará el rol de las políticas públicas relacionadas con la nutrición y la actividad física, sus éxitos, elementos de mejora, desafíos y proyectos. Para ello, los estudiantes analizarán de forma personal y colaborativa diversos estudios de políticas públicas enfocadas a la nutrición y la actividad física en Chile y argumentará acerca de los éxitos, aspectos a mejorar, desafíos y proyectos futuros. Estos aprendizajes permitirán ampliar la mirada en relación con el rol del Estado y otros actores respecto a la nutrición y la actividad física en Chile.

## Módulo 7

### Desarrollo de estrategias y recursos educativos

En este módulo se formularán estrategias de promoción de la salud y prevención de enfermedades desde la nutrición y la actividad física, a través de la profundización aspectos como la promoción y marketing en salud, guías alimentarias y de actividad física, con el fin de desarrollar estrategias y recursos educativos enfocados a mejorar la salud y prevenir enfermedades usando la nutrición y la actividad física.

# Ficha del programa



## Inicio:

5 de mayo de 2023.

## Modalidad:

A distancia.

## Duración:

183 horas / cinco meses.

Horas sincrónicas: 131 hrs. / asincrónicas: 52 hrs.

## Arancel:

\$ 900.000 pesos chilenos (incluye matrícula).

## Formas de pago:

A través de Webpay, tarjetas de débito y crédito (el número de cuotas se calcula de acuerdo a la cantidad de meses que dura el programa).

**Este programa se dictará sólo si cumple el quórum mínimo de estudiantes.  
La fecha de inicio y de término podría variar por fuerza mayor.**





FACULTAD DE  
**CIENCIAS MÉDICAS**  
UNIVERSIDAD DE SANTIAGO DE CHILE

**Contacto:**  
**+569 56599202**  
**educontinua.facimed@usach.cl**

**WWW.EDUCACIONCONTINUA.USACH.CL**

**WWW.FCM.USACH.CL**



UNIVERSIDAD  
DE SANTIAGO  
DE CHILE



**7** universidad  
acreditada  
**años**

**MÁXIMA ACREDITACIÓN  
EN TODAS LAS ÁREAS  
HASTA FEBRERO DE 2028**