DEPARTAMENTO DE POSTGRADO
T.E. Fax: (0221) 489-1265 / 489-1250
E-Mail : postgrado@med.unlp.edu.ar

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LA PLATA
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS
DEPARTAMENTO DE POSTGRADO

CURSO DE ACTUALIZACIÓN EN NUTRICIÓN VEGETARIANA Y VEGANA (ALIMENTACIÓN BASADA EN PLANTAS)

Responsable docente: Dra. Irene Ennis, Doctora en Medicina, Prof. Titular de la cátedra de Fisiología y Física Biológica.

Año lectivo: 2024

Carga horaria: 121hs

Período: fecha de inicio 15/03/2024 fecha de finalización 20/12/2024

Días y horarios: once módulos mensuales con un encuentro sincrónico virtual dictado el tercer viernes (de 14 a 18h) y sábado (de 9 a 13h) de cada mes. En el mes de noviembre se desarrollarán dos encuentros (tercer y cuarto viernes del mes)

Sede de dictado: *Facultad de Ciencias Médicas, Universidad Nacional de La Plata*

Opción pedagógica y didáctica: a distancia.

Cuerpo Directivo a cargo

Director: Dr. Eugenio Viviani Rossi, docente cargo simple de la catedra Fisiología Humana, carrera de Nutrición, EURHES, Facultad de Ciencias Médicas, UNLP

Director: Lic. Fernando Luna, JTP de catedra Fisiopatología y dietoterapia del niño, carrera de Nutrición, EURHES, Facultad de Ciencias Médicas.

Coordinador: Dr. Eugenio Viviani Rossi

Coordinador: Lic. Fernando Luna

Secretarios: Lic. Alan Essains, ayudante becado Informática de la Salud, Lic. en nutrición, Facultad de Ciencias Médicas, UNLP. Lic. Carolina Luraghi, Lic. En Nutrición UBA.

DOCENTES DISERTANTES

Disertante/s	Grado Académico/Título máximo	Cargo y cátedra/institución
Fernando Luna	*Lic. en Nutrición* *Profesor en Educación Física*	Codirector posgrado nutrición vegetariana y vegana UNLP. *JTP fisiopatología y dietoterapia del niño, Lic. en Nutrición, UNLP.* *Profesor q cargo Seminario Nutrición deportiva, Lic. en nutrición, UNLP.*
Enrique Viviani Rossi	Médico especialista en Nutrición	Codirector posgrado nutrición vegetariana y vegana UNLP. Docente cargo simple Fisiología Humana, UNLP Codirector CENI (Centro Educativo de Nutrición Integral)

Carla Ballesteros	*Lic. en Nutrición*	Directora de la "Capacitación profesional en Alimentación Vegetariana y Vegana: de la teoría a la práctica" del Colegio de nutricionistas de la provincia de Buenos Aires.
Luciana Olmedo	*Lic. en Nutrición*	Jefa de Trabajos prácticos Catedra de Bioquímica, Lic. en Nutrición, UNLP
Ariel Kraselnik	Médico especialista en cardiología	Codirector del posgrado de Nutrición basada en plantas, Facultad de Ciencias Médicas, Universidad Nacional de Rosario
Rocío Hernández	*Lic. en Nutrición*	Codirectora del posgrado de Nutrición basada en plantas, Facultad de Ciencias Médicas, Universidad Nacional de Rosario
Ezequiel Arrieta	Médico	Investigador IMBIV- CONICET
Alejandro García	Medico Deportólogo	Director Gym Extremo Autor de los libros "Maldita Caloría "y "Bendito Metabolismo"
Santiago Sarandón	Ing. Agrónomo	Profesor Titular, Cátedra de Agroecología, UNLP. Docente Investigador Categoría 1. Director del Laboratorio de Investigación y Reflexión en Agroecología (LIRA), UNLP. Investigador Principal, Comisión de Investigaciones Científicas (CIC), Provincia de Bs. As.
Marcela Manuzza	*Lic. en Nutrición*	Jefa de trabajos prácticos catedra Nutrición Normal. Lic. en Nutrición, Universidad de Buenos Aires (UBA) Directora del Posgrado en Nutrición Vegetariana, UBA. Presidenta Sociedad Argentina de Medicina del Estilo de Vida (SAMEV)
Agustina Czaban	*Lic. en Nutrición*	Nutricionista en Fundación La Casita y Foro Diversidad. Docente de posgrado
Laura Buss	Chef profesional	Codirectora CENI (Centro Educativo de Nutrición Integral)

Luciana Barreto	*Lic. en Nutrición*	Ayudante de primera, catedra Nutrición Normal, Universidad de Buenos Aires.
Magali Pellón Maison	Dra. en Bioquímica	Profesora adjunta catedra de Bioquímica, Lic. en Nutrición UNLP.
Alan Essains	Lic. en Nutrición	Docente con cargo simple catedra Informática de la Salud, Lic. en nutrición, Facultad de ciencias medicas

Firma y sello del/la responsable docente

FUNDAMENTACIÓN

En la Argentina se estima que un 5% de la población es vegetariana, cifra con tendencia al aumento. En países como Estados Unidos, en una encuesta nacional realizada en 2016 se reportó que el 3.3% de la población era vegetariana o vegana, cifra que asciende al 6 % si se toma en cuenta el rango etario de adultos jóvenes (18 a 34 años). Por otro lado, en la Unión Europea se estima que la población vegetariana ronda entre el 3 y 5%.

Las motivaciones de los sujetos que se inclinan por este tipo de alimentación no solo abarcan temas de salud, sino que incluyen cuestiones religiosas, filosóficas, éticas y moda.

Las dietas vegetarianas y veganas se asocian con diversas ventajas para la salud, como por ejemplo menor riesgo de hipertensión, menor prevalencia de diabetes tipo 2, valores más saludables de lípidos en sangre, menor incidencia de algunos tipos de cáncer, entre otros beneficios. Estas y otras ventajas son atribuibles a varios factores como por ejemplo mayor ingesta de fibra dietética, mayor consumo de vitaminas como la C y el complejo B (excepto B12), magnesio, potasio, flavonoides y demás fitoquímicos. No obstante, un sujeto que adopta esta alimentación puede tener ciertas deficiencias tales como vitamina B12, calcio, vitamina D, zinc y omega 3 de cadena larga (EPA y DHA).

Según la American Dietetic Association, las dietas vegetarianas y veganas bien planificadas son apropiadas para todas las etapas del ciclo vital, incluido embarazo, lactancia, infancia, niñez, adolescencia y adultez, así como también para los atletas. Similar postura adopta la Sociedad Argentina de Nutrición. Por lo expuesto consideramos fundamental y necesario contar con profesionales de la salud capacitados para abordar esta población de pacientes y poder brindarles acompañamiento, asesoramiento y las herramientas necesarias para que puedan llevar a cabo su elección de forma saludable, cubriendo sus requerimientos nutricionales diarios según las necesidades concretas en cada grupo etario y momento específico.

Referencias

1. Posición de la Sociedad Argentina de Nutrición: sobre la alimentación vegetariana. En: http://www.sanutricion.org.ar/files/upload/files/Posicion_SAN_consensuada_GTA_Alimentacion_vegetariana.pdf. 2014

2. Position of the Academy of Nutrition and Dietetics: Vegetarian Diets. 2016
3. Vinnari M, Montonen J, Harkanen T, Mannisto S (2009). Identifying vegetarians and their food consumption according to self-identification and operationalized definition in Finland. Public Health Nutr 12, 481–488.
4. Kahleova H, Levin S, Barnard N: Cardio-Metabolic Benefits of Plant-Based Diets
5. Rogerson D: Vegan diets: practical advice for athletes and exercisers
6. Position of the Academy of Nutrition and Dietetics: Vegetarian Diets. 2016
7. Posición de la Sociedad Argentina de Nutrición: sobre la alimentación vegetariana. En: http://www.sanutricion.org.ar/files/upload/files/Posicion_SAN_consensuada_GTA_Alimentacion_vegetariana.pdf. 2014

OBJETIVOS

- Desarrollar las habilidades y conocimientos adecuado para la valoración integral del paciente vegetariano/vegano.
- Desarrollar y actualizar el conocimiento sobre las posibles carencias nutricionales de mayor prevalencia en este grupo poblacional.
- Incorporar las herramientas necesarias para la planificación alimentaria de este tipo de pacientes.
- Reconocer y abordar los aspectos críticos de las distintas etapas biológicas del paciente vegetariano/vegano, así como en situaciones especiales.
- Actualizar y profundizar el conocimiento sobre la temática promoviendo un Abordaje crítico textos científicos relacionados con la temática

DESTINATARIOS/AS Y PERFIL DEL ALUMNO/A

Graduados de carreras universitarias afines a ciencias de la salud

	Máximo	Mínimo
Cupos		
Graduados/as con título de Médico	100	5
Graduados/as con título de educación superior de nivel universitario (con título obtenido en universidades del país y del extranjero)	200	5

DEPARTAMENTO DE POSTGRADO
T.E. Fax: (0221) 489-1265 / 489-1250
E-Mail : postgrado@med.unlp.edu.ar

CONTENIDOS

Fecha	Temas	Título Máx.,	Nombres Completos	Apellidos Completos
15-3-2024	**Vegetarianismo y veganismo. Alimentación basada en plantas:** Definiciones de los diferentes patrones dietarios. Historia. Estadísticas nacionales y mundiales. Impacto en el proceso salud-enfermedad de las dietas basadas en plantas. Valoración del estado nutricional del consultante *plant based*: encuesta, análisis clínico, valoración de laboratorio.	Médico	Eugenio	Viviani Rossi
	Análisis crítico de la evidencia científica. Aspectos básicos sobre metodología de la investigación. Diseños básicos de investigación: características principales. Aspectos estadísticos básicos para la interpretación de estudios científicos. Aspectos básicos sobre la medicina basada en la evidencia.	Licenciado	Fernando	Luna
	Sistemas alimentarios: Impacto ambiental de la producción de comida. Huella ecológica de las dietas a nivel global y nacional.	Doctor	Ezequiel	Arrieta
	Grupos de Alimentos: análisis global e histórico de las guías alimentarias.	Licenciada	Carla	Ballesteros

19-4-2024	**Carbohidratos:** Cantidad y calidad. Análisis del consumo de CHO mundial y su impacto en la incidencia de obesidad y ECNT. Consideraciones sobre el modelo CIM y las dietas bajas en CHO.	Licenciado	Fernando	Luna
	Proteínas: Fisiología. Fuentes dietarías *plant based.* Análisis cualitativo por PDCASS y DIAAS. Búsqueda en USDA. Requerimientos proteicos según población analizada. Impacto de las proteínas en la salud y la sustentabilidad planetaria.	Médico	Eugenio	Viviani Rossi
	Grasas y Omega 3: Implicancias de las dietas de bajo contenido en grasas. Omega 3: Fuentes alimentarias. Metabolismo de los Ω3. Historia de los Ω3. Importancia para la salud. Requerimientos diarios y suplementación de ALA, DHA y EPA. Genes FADS.	Licenciado	Fernando	Luna
17-5-2024	**Calcio:** Requerimientos diarios. Salud ósea en vegetarianos y veganos. Fuentes de calcio no lácteas. Facilitadores e inhibidores. Factores moduladores de la salud ósea. Suplementación. La salud ósea más allá del calcio: ¿qué otros factores debemos considerar?	Licenciado	Fernando	Luna
	Vitamina D: Fisiología. Fuentes alimentarias, exposición solar. Requerimientos diarios. Situación poblacional mundial y particular de la población vegana. Suplementos aptos, forma de suplementar. Valores de laboratorio.	Médico	Eugenio	Viviani Rossi
	Resolución de Casos Clínicos integradores I. Integración de los 3 módulos vistos.			

21-6-2024	**Vitamina B12:** Posturas de las diferentes sociedades e instituciones de nutrición y salud. Recomendaciones diarias. Fuentes alimentarias. Suplementos. Cuadro clínico de la carencia de B12. Bioquímica analítica. Análisis de casos clínicos.	Médico	Eugenio	Viviani Rossi
	Cronobiología y crononutrición: Cronobiología: conceptos básicos. Impacto de la cronodisrupción sobre la salud y el rendimiento. Crono nutrición: patrones de alimentación erráticos y su impacto metabólico.	Licenciado	Fernando	Luna
	Selenio: Fisiología. Fuentes dietarías. Clínica de carencia y exceso. Situación en población vegana. Análisis de laboratorio.	Licenciado	Alan	Essains
	TCA y veganismo: Definiciones sobre trastornos de conducta alimentaria. Incidencia. Aproximación diagnóstica. Red de derivación.	Licenciada	Agustina	Czaban

19-7-2024	**EVALUACIÓN PARCIAL DE LOS 4 MÓDULOS ANTERIORES**			
	Zinc: Fisiología. Requerimientos diarios. Fuentes alimentarias. Carencia e intoxicación por Zinc. Interacción Zinc -Cobre. Análisis bioquímico. Suplementación.	Licenciado	Fernando	Luna
	Hierro y anemias: Fisiología. Hepcidina. Fuentes alimentarias. Facilitadores e inhibidores. Requerimientos diarios. Anemia: definición, prevalencia, situación en vegetarianos. Clínica de anemia Análisis bioquímico. Suplementos.	Médico	Eugenio	Viviani Rossi
	Taller de Cocina *Plant based* I	Chef	Laura	Buss
16-8-2024	**Embarazo, lactancia y pediatría:** Posturas académicas al respecto. Alimentación complementaria en el paciente vegano y vegetariano. Nutrientes críticos a considerar. Suplementación en la lactancia y la niñez	Licenciada Licenciada	Marcela Luciana	Manuzza Barreto
	Microbiota: Generalidades y factores de modulación de la microbiota. Importancia en el desarrollo de salud y enfermedad. Disbiosis. Probióticos y prebióticos.	Medico Licenciado	Enrique Fernando	Viviani Rossi Luna
	Taller de Cocina *Plant based* II	Chef	Laura	Buss

20-9-2024	**Obesidad y alimentación basada en plantas*:*** Epidemiologia y fisiopatología de la obesidad. Concepción actual de la obesidad. Mecanismos neurobiológicos de la regulación del apetito. PBD como alternativa para la prevención y el tratamiento de la obesidad	Médico Licenciado	Eugenio Fernando	Viviani Rossi Luna
	Enfermedad cardiovascular y alimentación basada en plantas*:* Posturas de sociedades científicas del mundo. Análisis crítico de la evidencia disponible hasta el momento.	Médico	Ariel	Kraselnik
	Diabetes y alimentación basada en plantas: Definiciones. Impacto de la dieta P*lant based* en la evolución de la diabetes. Análisis crítico de la bibliografía disponible hasta el momento. **Resolución de Casos Clínicos II:** Aplicación de los módulos vistos anteriormente	Médico	Lujhon	Florez

DEPARTAMENTO DE POSTGRADO
T.E. Fax: (0221) 489-1265 / 489-1250
E-Mail : postgrado@med.unlp.edu.ar

18-10-2024	**Fisiología del ejercicio y actividad física en la salud y la enfermedad:** Sustratos energéticos en el deporte. Mitocondrias y salud. Exerquinas y salud.	Médico	Alejandro	García
	Alimentación basada en plantas en los deportes de fuerza: nutrición para la hipertrofia y el incremento de la fuerza. Consideraciones sobre proteínas vegetales en el deporte. Suplementación	Médico	Eugenio	Viviani Rossi
	Alimentación basada en plantas en los deportes de resistencia: Antecedentes. Requerimientos. *Timing* nutricional. suplementación	Licenciado	Fernando	Luna
15-11-2024	**Genética, nutrigenética y nutrigenómica:** Definiciones. conceptos teórico-prácticos	Dra. Licenciada	Magali Luciana	Pellón Maison Olmedo
	Agroecología y soberanía alimentaria: Definiciones. Análisis crítico de la situación actual en el país y en el mundo. Sistemas de producción alimentaria. Importancia de la soberanía alimentaria.	Ingeniero	Santiago	Sarandón

22-11-2024	**Glándulas tiroides:** Fisiología. Relevancia de nutrición en síntesis de hormonas tiroideas. Yodo y selenio.	Licenciado	Fernando	Luna
	Nutrición y cáncer: Definiciones. Epidemiología. Factores de riesgo. Impacto de la nutrición en el cáncer. Posturas científicas sobre nutrición y cáncer. Prevención vs tratamiento.	Médico	Eugenio	Viviani Rossi
	Perspectiva de género en Nutrición y Salud	Licenciada	Rocío	Hernández
	Resolución de casos clínicos III: Integración de todo lo visto anteriormente			
20-12-2024	**Integración y evaluación final**			

METODOLOGÍA DE TRABAJO A DISTANCIA

- **Actividades de formación teórica:** La cursada contará de un total de 11 encuentros sincrónicos, distribuidos a razón de uno por mes, excepto en el mes de noviembre en que se realizarán 2 encuentros. Los encuentros sincrónicos serán a través de la plataforma Zoom Pro y tendrán una duración de 8 horas por módulo (88 horas anuales). En ellos se desarrollarán los contenidos descriptos en el punto anterior. Se utilizará la versión Pro del mencionado software lo cual permite no solo una capacidad de hasta 500 alumnos, sino que además no tiene límite en cuanto a la duración de las transmisiones. Antes de cada encuentro sincrónico se proveerá un espacio de 30 a 45 minutos para evacuar las dudas que surjan del módulo anterior. Adicionalmente, se prevé desarrollar tres casos clínicos integradores, uno cada 3 meses, para abordar y aplicar los contenidos que vayan siendo desarrollados.
- **Actividades practicas:** las mismas consistirán en la lectura de artículos científicos y resolución de trabajos prácticos relacionados con los contenidos desarrollados en cada módulo. Para esto, se hará uso de la plataforma Google Classroom, en la cual los docentes a cargo de cada módulo temático adjuntarán la bibliografía obligatoria y complementaria, las guías de lectura y los trabajos prácticos correspondientes a las temáticas desarrolladas. Se estima que la lectura y resolución de los trabajos prácticos para cada módulo debería demandar aproximadamente 5 horas (lo cual equivale a 55 horas anuales). El tiempo para la entrega de la resolución de los trabajos prácticos de cada módulo será de 2 semanas a partir de haber finalizado cada uno de los encuentros sincrónicos mensuales. Por último, se proveerá de un espacio de foro permanente, tutorado por los directores del curso y el secretario académico, en el cual además los docentes invitados se encargarán de responder las dudas pertinentes a las temáticas específicas que ellos desarrollen.

Actividades de formación teórica

Encuentro sincrónico mensual (3er viernes y sábado de cada mes)	Horario: Viernes *14 a 18 hs* *Sábado 9 a 13h*	Soporte tecnológico*: Plataforma Zoom Pro*

Actividades de formación práctica

Al finalizar cada encuentro sincrónico	Horario: *depende de cada alumno, se estiman 5 horas por módulo para la realización completa de todas las actividades no presenciales.*	Soporte tecnológico: *Google Classroom/ Google Form*

SISTEMA DE EVALUACIÓN

Al finalizar cada módulo está previsto que el estudiante realice una actividad de autoevaluación administrada a través de Google forms.

Además, se administrará una evaluación final de los saberes, conocimientos y temas desarrollados en el programa de la propuesta el día 13 de diciembre de 2024. Esta instancias estarán a cargo de los directores del curso, el Dr. Enrique Viviani Rossi y el Lic. Fernando Luna y será administrada a través de la plataforma Google Classroom. El tiempo máximo para realizar el examen final será de dos horas, durante el cual se podrá realizar cualquier consulta referente al examen a través de la plataforma Zoom pro.

Para aprobar dicha instancia se requerirá una nata mínima de siete (7) y una nota máxima de diez (10) puntos.

El examen final contará con un recuperatorio que se desarrollarán, el 21 de febrero de 2025.

BIBLIOGRAFÍA OBLIGATORIA

1. Anderson J. B., (1999): Plant-based diets and bone health: nutritional implications. Am J Clin Nutr 1999;70(suppl):539S–42S.
2. Academy of Nutrition and Dietetics (2016): Position of the Academy of Nutrition and Dietetics: Vegetarian Diets. Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics 2016. 116: 1970-1980
3. Craig, W. J. (2009): Health effects of vegan diets. The American Journal of Clinical Nutrition, Volume 89, Issue 5, 1 May 2009, Pages 1627S–1633S.
4. Harold J Marlow, William K Hayes, Samuel Soret, Ronald L Carter, Ernest R Schwab, and Joan Sabate´Diet and the environment: does what you eat matter? Am J Clin Nutr 2009;89(suppl):1699S–703S.
5. Kahleova A, Levin S, Barnard N: Cardio-Metabolic Benefits of Plant-Based Diets. Nutrients. 2017
6. Leitzmannn, C., (2014): Vegetarian nutrition: past, present, future. Am JClin Nutr 2014
7. McArdle, W. D., Katch F. I. y Katch, V. L (2015): Fisiología del ejercicio. Nutrición, rendimiento y salud (8va. Edición). Barcelona, España. Ed. Wolters Kluwer.
8. Reynolds, A., Mann, J., Cummings,J., Winter,N., Mete, E. And Morenga, L. T. (2018): Carbohydrate quality and human health: a series of systematic reviews and meta-analyses. http://www.thelancet.com. January 10, 2018

9. Sabate, J., (2001): The public health risk-to-benefit ratio of vegetarian diets: changing paradigms. In: Sabate´ J, ed. Vegetarian nutrition. 2001:19–30.
10. Pawlak, R., Vos, P., Shahab-Ferdows, S., Hampel, D., Allen L.H, y Tigchelaar Perrin, M., (2018): Vitamin B-12 content in breast milk of vegan, vegetarian, and nonvegetarian lactating women in the United States.Am J Clin Nutr 2018;108:1–7.
11. Pimentel, D. and Pimentel, M. (2003): Sustainability of meat-based and plant-based diets and the environment. Am J Clin Nutr 2003;78(suppl):660S–3S.
12. Rogerson D: Vegan diets: practical advice for athletes and exercisers. Journal of the International Society of Sports Nutrition, 2017
13. Sabaté, J., (2005): Nutrición Vegetariana. Toledo, España. Ed. Safeliz
14. Salas-Salvado, J., Bonada i Sanjaume, A., Trallero Casañas, R., Saló i Solá, M.E. y Burgos Peláez (2014): Nutrición y dietética y clínica. Barcelona, España. Ed. Elsevier Masson.
15. Sociedad Argentina de Nutrición (2014): Posición de la S.A.N sobre alimentación Vegetariana. http://www.sanutricion.org.ar/files/upload/files/Posicion_SAN_consensuada_GTA_Alimentacion_vegetariana.pdf
16. The Lancet (2018): We need to talk about meat. http://www.thelancet.com. Vol 392 November 24, 2018

CRONOGRAMA

Fecha	Temas
15-3-2024	**Vegetarianismo y veganismo. Alimentación basada en plantas:** Definiciones de los diferentes patrones dietarios. Historia. Estadísticas nacionales y mundiales. Impacto en el proceso salud-enfermedad de las dietas basadas en plantas. Valoración del estado nutricional del consultante *plant based*: encuesta, análisis clínico, valoración de laboratorio. **Análisis crítico de la evidencia científica. Aspectos básicos sobre metodología de la investigación.** Diseños básicos de investigación: características principales. Aspectos estadísticos básicos para la interpretación de estudios científicos. Aspectos básicos sobre la medicina basada en la evidencia. **Sistemas alimentarios:** Impacto ambiental de la producción de comida. Huella ecológica de las dietas a nivel global y nacional. **Grupos de Alimentos:** análisis global e histórico de las guías alimentarias.

DEPARTAMENTO DE POSTGRADO
T.E. Fax: (0221) 489-1265 / 489-1250
E-Mail : postgrado@med.unlp.edu.ar

19-4-2024	**Carbohidratos:** Cantidad y calidad. Análisis del consumo de CHO mundial y su impacto en la incidencia de obesidad y ECNT. Consideraciones sobre el modelo CIM y las dietas bajas en CHO. **Proteínas:** Fisiología. Fuentes dietarías *plant based.* Análisis cualitativo por PDCASS y DIAAS. Búsqueda en USDA. Requerimientos proteicos según población analizada. Impacto de las proteínas en la salud y la sustentabilidad planetaria. **Grasas y Omega 3:** Implicancias de las dietas de bajo contenido en grasas. Omega 3: Fuentes alimentarias. Metabolismo de los w3. Historia de los w3. Importancia para la salud. Requerimientos diarios y suplementación de ALA, DHA y EPA. Genes FADS.
17-5-2024	**Calcio:** Requerimientos diarios. Salud ósea en vegetarianos y veganos. Fuentes de calcio no lácteas. Facilitadores e inhibidores. Factores moduladores de la salud ósea. Suplementación. La salud ósea más allá del calcio: ¿qué otros factores debemos considerar? **Vitamina D:** Fisiología. Fuentes alimentarias, exposición solar. Requerimientos diarios. Situación poblacional mundial y particular de la población vegana. Suplementos aptos, forma de suplementar. Valores de laboratorio. **Resolución de Casos Clínicos integradores I.** Integración de los 3 módulos vistos.
21-6-2024	**Vitamina B12:** Posturas de las diferentes sociedades e instituciones de nutrición y salud. Recomendaciones diarias. Fuentes alimentarias. Suplementos. Cuadro clínico de la carencia de B12. Bioquímica analítica. Análisis de casos clínicos. **Cronobiología y crono nutrición:** Cronobiología: conceptos básicos. Impacto de la cronodisrupción sobre la salud y el rendimiento. Crono nutrición: patrones de alimentación erráticos y su impacto metabólico. **Selenio:** Fisiología. Fuentes dietarías. Clínica de carencia y exceso. Situación en población vegana. Análisis de laboratorio. **TCA y veganismo:** Definiciones sobre trastornos de conducta alimentaria. Incidencia. Aproximación diagnóstica. Red de derivación.

19-7-2024	**EVALUACIÓN PARCIAL DE LOS 4 MÓDULOS ANTERIORES** **Zinc:** Fisiología. Requerimientos diarios. Fuentes alimentarias. Carencia e intoxicación por Zinc. Interacción Zinc -Cobre. Análisis bioquímico. Suplementación. **Hierro y anemias:** Fisiología. Hepcidina. Fuentes alimentarias. Facilitadores e inhibidores. Requerimientos diarios. Anemia: definición, prevalencia, situación en vegetarianos. Clínica de anemia Análisis bioquímico. Suplementos. **Taller de Cocina *Plant based* I**
16-8-2024	**EMBARAZO, LACTANCIA Y PEDIATRÍA:** Posturas académicas al respecto. Alimentación complementaria en el paciente vegano y vegetariano. Nutrientes críticos a considerar. Suplementación en la lactancia y la niñez **Microbiota:** Generalidades y factores de modulación de la microbiota. Importancia en el desarrollo de salud y enfermedad. Disbiosis. Probióticos y prebióticos. **Taller de Cocina *Plant based* II**
20-9-2024	**Obesidad y alimentación basada en plantas*:*** Epidemiologia y fisiopatología de la obesidad. Concepción actual de la obesidad. Mecanismos neurobiológicos de la regulación del apetito. PBD como alternativa para la prevención y el tratamiento de la obesidad **Enfermedad cardiovascular y alimentación basada en plantas*:*** Posturas de sociedades científicas del mundo. Análisis crítico de la evidencia disponible hasta el momento. **Diabetes y alimentación basada en plantas:** Definiciones. Impacto de la dieta plant based en la evolución de la diabetes. Análisis crítico de la bibliografía disponible hasta el momento. **Resolución de Casos Clínicos II:** Aplicación de los módulos vistos anteriormente

18-10-2024	**FISIOLOGÍA DEL EJERCICIO Y ACTIVIDAD FÍSICA EN SALUD-ENFERMEDAD:** Sustratos energéticos en el deporte. Mitocondrias y salud. Exerquinas y salud. **Alimentación basada en plantas en los deportes de fuerza:** nutrición para la hipertrofia y el incremento de la fuerza. Consideraciones sobre proteínas vegetales en el deporte. Suplementación **Alimentación basada en plantas en los deportes de resistencia:** Antecedentes. Requerimientos. Timming nutricional. suplementación
15-11-2024	**Genética, nutrigenética y nutrigenómica:** Definiciones. conceptos teórico-prácticos **Agroecología y soberanía alimentaria:** Definiciones. Análisis crítico de la situación actual en el país y en el mundo. Sistemas de producción alimentaria. Importancia de la soberanía alimentaria.
22-11-2024	**Fisiología de las glándulas tiroides:** Requerimientos, fuentes dietarías. Análisis bioquímico. Yodo y Selenio. **Nutrición y cáncer:** Definiciones. Epidemiología. Factores de riesgo. Impacto de la nutrición en el cáncer. Posturas científicas sobre nutrición y cáncer. Prevención vs tratamiento. **Perspectiva de género en Nutrición y Salud** **Resolución de casos clínicos III:** Integración de todo lo visto anteriormente
20-12-2024	**Evaluación final**

ARANCELES

A partir de febrero de 2013 se establece un arancel mínimo para las actividades de postgrado de $150 que se desarrollen en una jornada y $300 para el resto. En este último caso, el arancel deberá determinarse conforme a las características de la actividad y teniendo en cuenta la duración, frecuencia, número de disertantes, material didáctico, entre otros que considere pertinente.

DEPARTAMENTO DE POSTGRADO
T.E. Fax: (0221) 489-1265 / 489-1250
E-Mail : postgrado@med.unlp.edu.ar

Quedarán exentos del pago de arancel alumnas/os activas/os de la carrera de postgrado del Doctorado en Ciencias Médicas y las/os docentes ordinarios de la Facultad, no debiendo superar el 50% de las/os aspirantes.

	Total	Contado	ó	Cuotas	De
Graduados/as con título de Médico	$320000	$320000		10	$32000
Graduados/as con título de educación superior de nivel universitario del país	$320000	$320000		10	$32000
Graduados/as con título de educación superior de nivel universitario de otros países	$320000	$320000		10	$32000

DETALLE DE GASTOS PROGRAMADOS

A cubrir con el 80% de los aranceles establecidos en base al cupo mínimo de ingresantes.

1.	Honorarios docentes	$	1.000.000
2.	Material bibliográfico	$	300.000
3.	Elementos didácticos	$	300.000
4.	Gastos operativos	$	300.000
5.	Aparatología	$	300.000
6.	Otros:	$	360.000
	Total	**$**	**2.560.000**

Firma y sello directores

El 100% del arancel se abonará en la Facultad de Ciencias Médicas, el director de la actividad percibirá el 80 % de los aranceles recaudados, el que será utilizado para honorarios docentes y gastos operativos o adquisición de material didáctico y/o aparatología, conforme con las reglamentaciones vigentes y las instrucciones del área contable. La Facultad, a través del Departamento de Postgrado, retendrá el 20% restante.

IMPORTANTE: La inscripción se realizará en todos los casos en el Departamento de Postgrado, adjuntando copia del título de grado. Cuando las actividades se realicen en zonas alejadas, las inscripciones las realizará

Expediente 800-1491/23

El Consejo Directivo reunido en sesión de fecha 27/3/24, resolvió **aprobar** el **"Curso de Actualización de Postgrado en Nutrición Vegetariana y Vegana (CAPNVV) (Alimentación basada en plantas)"**, teniendo en cuenta que el presente expediente cumplió con el trámite reglamentario correspondiente.

Tómese debida nota por el Departamento de Postgrado y cumplido continúese con el trámite respectivo.

SECRETARIA DE ASUNTOS ACADÉMICOS.-

tec

Firmado electrónicamente por:

Prof. Dr. Mario Pedro SAN MAURO
SECRETARIO DE ASUNTOS ACADÉMICOS
Facultad de Ciencias Médicas – UNLP

Av. 60 y 120 | CP1900 La Plata | Buenos Aires | Argentina. Tels (+54 221) 4236711 /4241596 /4242711 | www.med.unlp.edu.ar