



CENAN

Centro de Estudios en Alimentación y Nutrición (CENAN)

<http://www.cenan.cl>

info@cenan.cl

PROGRAMA CURSO: ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN ANTES, DURANTE Y POST GESTACIÓN

- **Antecedentes del Curso**

Código del curso: CEN61

Nombre del curso: Alimentación y nutrición antes, durante y post gestación.

Email: info@cenan.cl; cenanchile@gmail.com

Ejecución: Libre.

- **Introducción**

El embarazo es un estado fisiológico en el cual aumentan las necesidades nutricionales, el organismo debe tener la cantidad suficiente de energía y nutrientes para mantener a la mujer y propiciar un crecimiento óptimo del feto, por ello es un periodo crítico. Se ha descrito que la vida intrauterina puede afectar hasta la etapa adulta e influenciar el desarrollo de enfermedades crónicas no transmisibles (Barker 1995) como; diabetes, hipertensión, síndrome metabólico, obesidad entre otras. Por otro lado existen dificultades durante el embarazo que deben ser tratadas desde la perspectiva nutricional, como por ejemplo: la pre-eclampsia, hiperémesis, diabetes gestacional, entre otras. Por lo anterior es necesario estar al día en las nuevas investigaciones y recomendaciones internacionales para las embarazadas.

CENAN



▪ **Objetivo:**

- Entregar información válida y actualizada respecto al tratamiento nutricional antes, durante y post embarazo.

▪ **Calificaciones y/o Aprendizajes:**

- Al final del curso el participante podrá;
 1. Describir los factores relacionados con un embarazo exitoso.
 2. Identificar las necesidades nutricionales de la embarazada enfatizando los nutrientes críticos.
 3. Valorar el estado nutricional materno durante la gestación, identificando la ganancia pondera según semanas de gestación y estado nutricional.
 4. Describir las conductas alimentarias necesarias y pertinentes para el tratamiento de las complicaciones del embarazo.

▪ **Contenidos**

- ❖ Sesión 1 = Alimentación y Nutrición pre-concepcional
- ❖ Sesión 2 = Alimentación y Nutrición durante el embarazo.
- ❖ Sesión 3 = Alimentación y Nutrición en situaciones especiales
- ❖ Sesión 4 = Alimentación y Nutrición en las complicaciones del embarazo.
- ❖ Sesión 5 = Alimentación y Nutrición post embarazo.
- ❖ Sesión 6 = Evaluación Final.



▪ **Metodología de evaluación y calificación**

1. El curso contempla evaluación de proceso y final
 - a. Evaluación de proceso: participación en foros, chats, lecturas y respuesta de cuestionarios, actividades propuestas por el profesor del curso/módulo.
 - b. Evaluación final (obligatoria): al finalizar el curso cada participante realizará una actividad que demostrará el logro de los aprendizajes esperados.
2. El curso será evaluado mediante una prueba final con el fin de evidenciar el logro de los aprendizajes adquiridos en el curso.
3. Cada participante tendrá 2 oportunidades de rendir dicha evaluación, en caso de reprobación la segunda oportunidad, se entenderá como reprobado/a.
4. La escala de evaluación será de 1 a 7 con un nivel de exigencia del 60%.
5. Cada participante recibirá un certificado que acredite la aprobación del curso mediante la siguiente denominación:
 - a. Aprobado 4.0 - 4.9
 - b. Aprobado con distinción 5.0 - 5.9
 - a. Aprobado con distinción máxima 6.0 - 7.0
2. El certificado (diploma) declarará las horas del curso como la nota obtenida.
 - a. 6 hrs. cronológicas
 - b. 8 horas pedagógicas
 - c. 16 horas de estudio autónomo
 - d. **Horas totales: 24 horas pedagógicas**

CENAN



Centro de Estudios en Alimentación y Nutrición (CENAN)

<http://www.cenan.cl>

CENAN

info@cenan.cl

- **Calendario de Actividades**

Sesión	Contenidos
Sesión 1	Alimentación y Nutrición antes del embarazo Riesgos Nutricionales antes del embarazo Suplementación de micronutrientes Alimentación y fertilidad
Sesión 2	Evaluación nutricional de la embarazada Crecimiento ponderal Necesidades nutricionales Nutrientes críticos
Sesión 3	Embarazos múltiples Necesidades Nutricionales Evaluación Nutricional Embarazo Adolescente Necesidades Nutricionales Evaluación Nutricional
Sesión 4	Alimentación y Nutrición en: Preclamsia Diabetes Gestacional Hiperémesis gravídica Edemas Jaquecas
Sesión 5	Alimentación y Nutrición después del parto Pérdida de peso recomendada Necesidades Nutricionales Recomendaciones de ejercicio
Sesión 6	Evaluación Final Prueba: 1 hr. 30 min. (25 preguntas)



CENAN

Centro de Estudios en Alimentación y Nutrición (CENAN)

<http://www.cenan.cl>

info@cenan.cl

- **Referencias bibliográficas**

Para revisar la lista de revistas de referencia visite <http://www.cenan.cl/Revistas.html>

- **Valores**

Profesionales: \$ 98.000

25% de descuento para usuarios registrados en CENAN (\$73.500)

30% de descuento Colegio de Nutricionistas de Chile (\$68.600)

40% de descuento si tienes membresía de CENAN (\$58.800)

Estudiantes: \$49.000†

Procedimiento

1. Cancelar vía transferencia electrónica, depósito o Cheques
2. Enviar copia del depósito o transferencia a info@cenan.cl o cenanchile@gmail.com
3. Enviar nombre completo, rut, e-mail, fono y domicilio a info@cenan.cl o cenanchile@gmail.com
4. Pago con Tarjeta de crédito (agregar en descripción nombre completo, rut, e-mail, fono y domicilio) en www.cenan.cl
5. Se enviará a su correo un usuario y contraseña para ingresar a nuestra plataforma virtual.
6. Se enviará a su correo factura de la transacción.

- **Datos para el deposito/transferencia**

Nombre:	Centro de Estudios en Alimentación y Nutrición
Rut:	76.268.673-2
Banco:	BancoEstado
Tipo de Cuenta:	Vista (Chequera electrónica)
Número Cta.:	435 710 294 22
E-mail:	info@cenan.cl o cenanchile@gmail.com
Fono:	+56 71 225 56 86



Centro de Estudios en Alimentación y Nutrición (CENAN)

<http://www.cenan.cl>

CENAN

info@cenan.cl



CENAN