



**DE LA DESNUTRICIÓN A
LA OBESIDAD:
UN PROBLEMA
DE ALIMENTACIÓN**

CURSO ABIERTO



UNIVERSIDAD DE CHILE
Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos
Doctor Fernando Monckeberg Barros



PROGRAMA DEL CURSO

DESCRIPCIÓN

La alimentación puede ser considerada tanto un factor protector como uno de riesgo para la salud. Su impacto en la calidad de vida es transversal a todas las etapas del ciclo vital, está presente en nuestro diario vivir y es determinada por variables culturales, económicas, sociales y ambientales, entre otras. La educación en alimentación es una de las principales herramientas para dotar a la población de un mayor conocimiento y control sobre sus hábitos alimentarios, ya sea en contextos de desnutrición u obesidad, a fin de mejorar su calidad de vida.

El Instituto de Nutrición y Tecnologías de los Alimentos Dr. Fernando Monckeberg Barros de la Universidad de Chile (INTA), referente latinoamericano en la materia, promueve la divulgación del conocimiento en alimentación y nutrición, poniendo a disposición de la comunidad nacional e internacional los resultados de su quehacer académico.

Dirigido a un público general interesado en los tópicos que aborda, el curso abierto "**De la desnutrición a la obesidad: Un problema de alimentación**" busca dar a conocer cuáles son los principales impactos de la alimentación en la vida de las personas, tanto positivos como negativos. Asimismo, el curso presenta algunas de las principales estrategias y recomendaciones para el mejoramiento de la alimentación y la nutrición.

2

El curso tiene una duración de 5 semanas, las que se realizan completamente a distancia a través de internet. A lo largo del curso, los participantes podrán acceder a un **módulo introductorio** (módulo 0), **4 módulos de contenidos** y un módulo final de evaluación y cierre. Como **contenido obligatorio**, cada módulo ofrece:

- **2 videoclases**, conducidas por un/a académico/a o investigador/a del INTA de la U. de Chile experto en el área ("**lecciones**").
- Un artículo o capítulo de un libro ("**lectura obligatoria**").
- Una **entrevista** a un investigador o actor relevante en los temas del curso.
- Una **evaluación parcial** por cada módulo, consistente en una prueba de alternativas.

Quienes deseen profundizar en los contenidos, podrán encontrar otros recursos formativos en la sección "**Material complementario**", cuya revisión no es obligatoria.

Además, cada semana se abrirá un espacio de discusión e interacción con los y las participantes del curso (**foros**), que permiten enriquecer y diversificar las miradas sobre los temas estudiados.



ESTRUCTURA DEL CURSO

Semana 1: Alimentación, salud y calidad de vida

- Lección 1.1. *Transición nutricional en Chile*
Profesora: Dra. Cecilia Albala B.
- Lección 1.2. *¿Cómo nos alimentamos y cómo afecta nuestra salud?*
Profesor: Dr. Fernando Vio D.
- Entrevista: *Chile: De la desnutrición a la obesidad*
Entrevistado: Dr. Fernando Monckeberg B

Semana 2: Alimentación en los primeros años de vida

- Lección 2.1. *Nutrición en el embarazo*
Profesora: Dra. María Luisa Garmendia M.
- Lección 2.2. *Alimentación sana en la infancia, salud en el futuro*
Profesora: Dra. Sylvia Cruchet M.
- Entrevista: *Políticas públicas de salud y alimentación en la infancia*
Entrevistado: Dra. Helia Molina M.

Semana 3: Alimentación y desarrollo escolar

- Lección 3.1. *¿Cómo afectan los estilos de vida el rendimiento académico de niños y niñas?*
Profesora: Dra. Raquel Burrows A.
- Lección 3.2. *¿Cómo intervenir en obesidad infantil en las escuelas?*
Profesora: Dra. Nelly Bustos Z.
- Entrevista: *Alimentación en las escuelas*
Entrevistado: Fernando Concha L.

Semana 4: Recomendaciones para una alimentación saludable

- Encuesta: *¿Es mi alimentación saludable?*
- Lección 4.1. *Alimentación saludable: ¿Qué, cuánto y por qué comer?*
Profesora: Isabel Zacarías H.
- Lección 4.2. *¿Cómo lograr una alimentación más fácil y saludable?*
Profesora: Carmen Gloria González G.
- Entrevista: *Alimentación saludable en Chile y el mundo*
Entrevistado: Dr. Ricardo Uauy D.



| CALENDARIO | FECHA DE INICIO |
|---|-----------------|
| Inscripciones y presentación del curso | 10 julio |
| Semana 1: Alimentación, salud y calidad de vida | 15 agosto |
| Semana 2: Alimentación en los primeros años de vida | 22 agosto |
| Semana 3: Alimentación y desarrollo escolar | 29 agosto |
| Semana 4: Recomendaciones para una alimentación saludable | 5 septiembre |
| Inicio evaluación final | 8 septiembre |
| Cierre del curso | 21 septiembre |

4

Idioma: Español

Requisitos: Ninguno

Duración: 5 semanas. A partir del 15 de agosto, todos los días martes se abrirá un nuevo módulo de contenidos, que podrás visitar en los días y horarios que prefieras en cualquier momento hasta el cierre del curso; sin embargo, te recomendamos realizar las actividades de cada módulo dentro de la semana respectiva.

Horarios: Puedes ingresar al curso en el horario que prefieras, las 24 horas del día. Todos los horarios del curso se expresarán en hora de Chile y tiempo universal coordinado (UTC). A partir de 13 de agosto, en Chile regirá el horario de verano, correspondiente al horario -3 UTC. Para conocer la hora oficial de Chile, ingresa a www.horaoficial.cl. Para conocer el huso horario de tu país, consulta siempre fuentes oficiales.



UNIDAD ACADÉMICA

Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos Dr. Fernando Monckeberg Barros (INTA)

Este curso ha sido diseñado por un equipo académico multidisciplinario del Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos Dr. Fernando Monckeberg Barros, integrado por especialistas de las áreas de nutrición, medicina, bioquímica y políticas públicas en salud, nutrición y alimentación.



El INTA es un centro de investigación y docencia de la Universidad de Chile, orientado a producir investigación, docencia y extensión que aporten mejores y nuevas propuestas alimentario-nutricionales para la sociedad chilena, con una contribución especial a países de América Latina. En esta tarea, su gran fortaleza reside en la capacidad de abordar desde una mirada interdisciplinaria las distintas necesidades de la población.

Desde su fundación en 1976 hasta la actualidad, ha cumplido un rol preponderante en la formulación de las políticas públicas sectoriales. Mientras que en sus albores jugó un papel fundamental en la resolución de los problemas de desnutrición del país, hoy enfrenta fenómenos nutricionales complejos asociados principalmente a obesidad y enfermedades crónicas no transmisibles, que dependen de múltiples factores genéticos, ambientales, socioeconómicos, de la conducta humana y comportamientos sociales.



DOCENTES



Coordinadora académica: Isabel Zacarías Hasbún

Nutricionista y Magíster en Nutrición Humana, U. de Chile. Profesora Adjunta, INTA, U. de Chile.

Directora Ejecutiva de la Corporación 5 al día Chile. Jefa del Laboratorio de Evaluación Sensorial y Directora Económica y Administrativa del INTA. Presidenta de la Sociedad Chilena de Nutrición durante el periodo 2011-2012.



Coordinación ejecutiva: Carolina Muñoz Rojas

Administradora Pública, Licenciada en Gobierno y Gestión Pública, U. de Chile. Diplomada en Docencia Universitaria basada en competencias y en Evaluación de logros de aprendizaje, U. de Chile.

Actualmente es Coordinadora Docente del Programa de Educación Permanente en Prevención y Promoción de Salud PROEPSA y Subdirectora de Educación Continua del INTA.

6



Cecilia Albala Brevis

Médico-cirujano. Licenciada en Salud Pública. Profesora titular, INTA U. de Chile.

Miembro de número de la Academia de Medicina del Instituto de Chile. Sus investigaciones clínicas y epidemiológicas en enfermedades crónicas asociadas a nutrición, obesidad, envejecimiento y epidemiología genética se traducen en libros, capítulos de libros y más de 130 artículos en revistas científicas.



Raquel Burrows Argote

Médico-cirujano, Especialista en Pediatría, U. Católica de Chile y en Endocrinología Infantil, U. de Chile. Profesora Asociada, INTA U. de Chile.

Jefa del Programa Clínico de Obesidad Infantil del INTA. Su línea de investigación actual está referida fundamentalmente al estudio del riesgo cardiovascular y metabólico asociado a la obesidad infanto juvenil y el impacto de los estilos de vida asociados a la malnutrición por exceso, en el rendimiento académico de los niños y adolescente.



Nelly Bustos Zapata

Nutricionista, Universidad de Chile. Doctora en Alimentos y Nutrición, Universidad de Chile.

Profesora Adjunta INTA Universidad de Chile. Magíster en Nutrición y Alimentos Mención Promoción de la Salud y Prevención de Enfermedades Asociadas a la Nutrición, Universidad de Chile. Ha desarrollado estrategias para aumentar la oferta de alimentos saludables dentro de los recintos educacionales. Actualmente se desempeña como directora del Programa Espacio Saludable.



Sylvia Cruchet Muñoz

Médico Cirujano, Gastroenteróloga Infantil. Magister en Gastroenterología y Nutrición Pediátrica, U. Internacional de Andalucía, España. Profesora Adjunta, INTA U. de Chile.

Directora de Extensión. Comunicaciones y vinculación con el medio INTA. Past president Sociedad Latino-Ibero Americana de Gastroenterología y Nutrición Pediátrica. Área de interés científico: alimentos funcionales y alergias alimentarias.



María Luisa Garmendia Miguel

Médico-cirujano, U. del País Vasco, España. Master's in Hospital Administration, U. Católica de Lovaina, Bélgica. Magíster en Salud Pública, U. de Chile. Doctora en Salud Pública, U. de Chile.

Profesora asociada, INTA U. de Chile.



Carmen Gloria González González

Nutricionista, U. de Chile. Magister en Nutrición Humana, U. de Chile. Diplomada en Educación y Marketing Social en Alimentación y Nutrición, INTA, U. de Chile.

Profesional del Programa 5 al día Chile y del Programa de información en nutrición al consumidor y extensión a la comunidad INTA. Actual Vicepresidenta Sociedad Chilena de Nutrición SOCHINUT.

8



Fernando Vio Del Río

Médico-cirujano, Máster en Salud Pública de la U. John Hopkins, EE.UU. Profesor titular, INTA U. de Chile. Post Doctoral Associate, División de Ciencias Nutricionales, U. de Cornell.

Director del INTA de la U. de Chile entre 2002 y 2010. Consultor en Programas y Políticas Públicas para el control de la obesidad y promoción de la alimentación saludable y actividad física. Presidente de la Corporación 5 al día Chile.



ENTREVISTADOS



Fernando Monckeberg Barros

Profesor Emérito U. de Chile, Premio Nacional de Ciencias Aplicadas y Tecnológicas 1998, Premio Nacional de Medicina el año 2012

Médico e investigador de amplia y reconocida trayectoria nacional e internacional. Fundador y Director del INTA de la U. de Chile entre 1973 y 1994. Fundador de la Corporación para la Nutrición Infantil (CONIN).

Elegido miembro honorario de instituciones nacionales e internacionales, principalmente en el ámbito pediátrico y nutricional, entre ellas, la Academia de Medicina de Chile, la Academia de Pediatría de Estados Unidos, la Academia Científica del Tercer Mundo, y academias de Inglaterra, España, Brasil y Argentina. Fue asesor de comités especializados de la ONU, la FAO, Unicef y la OMS.



Helia Molina Milman

Médico pediatra especialista en Salud Pública. Licenciada en Ciencias Médicas U. de Chile. Magíster en Salud Pública en la U. de Chile.

Entre 2008 y 2010 fue Secretaria Ejecutiva de la Política de Protección Social de la Infancia Chile Crece Contigo. Fue miembro de la Red de Conocimientos sobre Desarrollo Infantil, en el marco de la Comisión de Determinantes Sociales de la Salud de OMS.

En el ámbito de las sociedades científicas, fue Directora, Vicepresidenta y la primera mujer en ser Presidenta de la Sociedad Chilena de Pediatría (1983-1987) y Directora de la Sociedad de Epidemiología de Chile (1999). Fue Ministra de Salud en el año 2014 y actualmente es Vice Decana de Investigación y Desarrollo de la Facultad de Medicina de la U. de Santiago de Chile, USACH.



Ricardo Uauy Dagach-Imbarack

Profesor titular del INTA, U. de Chile, Premio Nacional de Ciencias Aplicadas y Tecnológicas 2012.

Médico Cirujano de la U. de Chile, Doctor en Bioquímica Nutricional del Massachusetts Institute of Technology (M.I.T.) Ha sido Presidente de la Sociedad Chilena de Nutrición y experto en numerosas comisiones regionales e internacionales en temas referentes al Metabolismo y Requerimientos de Proteína y Energía.

En 1995 fue nombrado miembro del Comité Consultivo de Nutrición de la ONU que concierta las actividades de todas las agencias especializadas de la ONU en esta materia, dirigió dicho comité desde 1997 a 1999. En el 2000 recibió el premio Mc Collum de la Sociedad Americana de Ciencias de la Nutrición (USA). En 1997 fue elegido miembro del consejo de la IUNS (Unión Internacional de las Ciencias de la Nutrición) y en 2001 fue elegido Vice Presidente de la IUNS. En el año 2002 fue elegido miembro de número de la Academia de Medicina de Chile. En julio del mismo año fue nombrado Profesor de Nutrición y Salud Pública del London School of Hygiene and Tropical Medicine U. de Londres.

10



Fernando Concha Laborde

Profesor de Educación Física, U. Católica Silva Henríquez. Magister en Educación en Salud y Bienestar Humano, U. Metropolitana de Ciencias de la Educación (UMCE).

Fue encargado nacional del programa Vida Sana Prevención de Enfermedades No Transmisibles del Ministerio de Salud de Chile, Asesor de actividad física del INTA. Actualmente es encargado de la Secretaría Ejecutiva Contrapeso de la Junta Nacional de Auxilio Escolar y Becas (JUNAEB).



EVALUACIÓN

El curso consta de dos tipos de evaluaciones:

- **Evaluación semanal**

Estas secciones (4 en total) permiten verificar tu progreso a lo largo del curso, y se ubican al final de cada módulo semanal. Consisten en una prueba de carácter formativo de 4 o 5 preguntas de alternativas.

Estas evaluaciones, en conjunto, tienen una ponderación del **40%** de la nota final del curso. Puedes responderlas más de una vez, si deseas mejorar tu nota.

- **Evaluación Final (evaluación de pares)**

Al finalizar el curso, deberás elaborar un texto breve (máximo 2.000 caracteres) consistente en un análisis crítico de una experiencia personal o social en materia de alimentación, utilizando al menos dos conceptos de los aprendidos durante el curso.

Este escrito será evaluado por dos de tus compañeros/as, utilizando una rúbrica con criterios como la originalidad de la idea, el propósito que desarrolla, la formulación de juicios propios (fundamentados con los temas del curso), o aspectos formales del texto (estructura, ortografía, etc.).

Una vez que envíes tu texto a través de la plataforma, te serán asignados al azar los trabajos de dos compañeros/as, los cuales deberás evaluar conforme la rúbrica proporcionada. Este paso es requisito imprescindible para aprobar el curso y recibir la Constancia de Honor.

La evaluación final tiene una ponderación del **60%** de la nota final del curso.

- **Política de aprobación**

Para poder aprobar el curso, deberás obtener un puntaje final igual o superior al 50% del máximo posible. Ello te permitirá recibir la **Constancia de Honor**, documento que podrás descargar en formato digital (PDF) desde la misma plataforma, durante la semana posterior al cierre del curso, donde aparecen el nombre del usuario (tal cual lo ingresaste al momento de inscribirte en la plataforma), el curso realizado y las fechas.

Además, contiene un código de verificación que enlaza a un registro público para verificación y registro del documento. Actualmente nuestra Constancia de Honor no incorpora número de horas realizadas.

Puedes revisar tus puntajes por cada evaluación en la sección **Progreso**.