

**UBDepec**

Educación Continua

**CICLO 2024**

**CURSO DE  
POSGRADO EN  
TÉCNICAS  
GASTRONÓMICAS  
APLICADAS  
A PATOLOGÍA  
CARDIOVASCULAR**

## **INTRODUCCIÓN**

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), las enfermedades cardiovasculares (ECV) son desórdenes del corazón y de los vasos sanguíneos, y se han convertido en la principal causa de muerte en todo el mundo.

La Organización Panamericana de la Salud, (OPS) en América Latina y el Caribe, describe a la hipertensión como una condición muy común que conduce tanto a la enfermedad cardíaca como al accidente cerebrovascular.

En Argentina las ECV integran el grupo de Enfermedades no transmisibles (ENT) más relevantes en cuanto a mortalidad, 25,8%, según las defunciones registradas en 2020 por el Ministerio de Salud y la última Encuesta Nacional de Factores de Riesgo (2019)

El riesgo de padecer ECV aumenta por una alimentación poco saludable, la cual se caracteriza por un bajo consumo de frutas y verduras, un consumo elevado de sal, azúcares refinados y grasas, la baja actividad física, el tabaco y el consumo nocivo de alcohol.

La estrategia hasta la actualidad para el abordaje de la prevención y tratamiento reside en la reducción de los factores de riesgo arriba mencionados, y dentro de éstos la modificación de la conducta alimentaria donde la quita de sal y de determinados alimentos industrializados son “la clave” teniendo que ser sostenidos a lo largo de la vida.

La monotonía, la poca diversidad de alimentos ofrecida y la falta de contextualidad de la persona inmersa en la vida cotidiana derivan en el poco placer al momento de comer, lo que conlleva al fracaso rotundo en la adhesión por parte de los pacientes.

En este contexto nace la necesidad de brindar nuevas herramientas y habilidades en el manejo integral técnico culinario de los alimentos con una mirada hacia el éxito en la adhesión al tratamiento.

## **CARACTERÍSTICAS**

Este curso ofrece material teórico-práctico para que el alumno adquiera los conocimientos necesarios sobre el manejo culinario nutricional de los alimentos desde una nueva perspectiva: organoléptica, donde se ponen en juego todos los sentidos del hombre en el tratamiento y prevención de enfermedades cardiovasculares.

## **DESTINATARIOS**

El curso está destinado a Licenciados en nutrición, otros profesionales del área de la salud, personal gastronómico y estudiantes avanzados de estas carreras.

## **OBJETIVOS GENERALES**

Que el alumno obtenga habilidades y herramientas necesarias, más allá del conocimiento teórico, para el manejo técnico práctico de los alimentos en la educación de pacientes en prevención y tratamiento de enfermedades cardiovasculares

## **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

Se espera que el alumno sea capaz de:

Abordar al paciente en el contexto socio cultural en el que se encuentra inmerso tanto en la prevención como en el tratamiento alimentario de las enfermedades cardiovasculares desde la perspectiva de las leyes de la alimentación.

Reconocer la importancia de los alimentos, no solo desde sus nutrientes y su función en el organismo, sino desde la correcta manipulación tomando como basamento la Organización Mundial de la salud (OMS) y la Organización Panamericana de la Salud (OPS).

Manejar las técnicas de cocción en la aplicación de conservación de nutrientes y sustancias aromáticas propias del alimento.

Aplicar el uso de condimentos y especias en la combinación con los alimentos para realzar el sabor.

Reconocer el sodio, nutriente crítico en enfermedades cardiovasculares, dentro del etiquetado nutricional al momento de la selección de alimentos a consumir.

Elaborar menús prácticos tomando como referencia el modelo de la dieta mediterránea.

Educar al paciente en la planificación y facilitación de su alimentación diaria, y su inserción en la vida social.

## **CONTENIDOS DEL CURSO**

### **MÓDULO 1:**

Anatomía y fisiología del sistema cardiovascular

Introducción a las de enfermedades cardiovasculares más prevalentes en la población argentina y en el mundo

Fisiopatología de enfermedades cardiovasculares:

Índice de riesgo cardiovascular

Clasificación de factores de riesgo

Aterosclerosis

Dislipemias, enfermedades silenciosas

Hipertensión arterial

### **MÓDULO 2:**

Leyes de la alimentación

Acercamiento a los alimentos: conceptos.

Nutrientes: macro y micronutrientes. Funciones en los alimentos y en el organismo.

Localización en los alimentos

Gráfica de guías alimentarias

Alimentos frescos y producto alimenticio: Etiquetado nutricional. Identificación del sodio en productos comerciales. Otras formas de presentación.

Sodio oculto: cuando lo dulce es salado

Manejo de sales.

Condimentos, hierbas y especias: variedades en el mercado local. Relevancia de su uso en planes de alimentación en enfermedades cardiovasculares.

### **MÓDULO 3:**

Conceptos básicos de cocina profesional aplicados al tratamiento y prevención de las enfermedades cardiovasculares: métodos de cocción, conservación de nutrientes

Grupos de alimentos: nutrientes que forman la dieta y su impacto sobre la salud cardiovascular.

Frutas y hortalizas. Cereales integrales y legumbres. Carnes y huevos.

Aceites y grasas, semillas y frutos secos:

Variedades. Manipulación, técnicas de cocción específicas a cada grupo. Manejo de recetas

#### **MÓDULO 4:**

Aspectos claves en la creación de un menú: construcción del sabor de una receta, gratificación al comer.

Combinación de hierbas y especias según cada alimento

Técnica de Macerado y marinado. Uso en crudo y cocido

Planificación de una compra adecuada: lista de ingredientes, almacenamiento – concepto de mise en place. Reducción del tiempo en la cocina. Inserción en la vida social

#### **COORDINADORAS ACADÉMICAS**

##### **PROF. LIC. SILVIA DI CIANCIO**

Licenciada en Nutrición, Universidad del Salvador 2013

Profesora Universitaria, Universidad del Salvador 2016

Profesional en Gastronomía - Carrera de Cocinero Profesional, en Instituto de Gastronomía Gato Dumas.

Jefe de Trabajos Prácticos de la Universidad de Belgrano, en la materia Técnica Culinaria, en la Lic. en Nutrición

Perfeccionamiento gastronómico en Le cordon blue, Paris y Pacific Institute of Culinary Arts., Vancouver, Canadá

Profesional a cargo del diseño y desarrollo de nuevas propuestas en ámbito culinario y nutricional: recetas, menús y cartas gastronómicas adaptadas a diabetes, libres de gluten, reducidas en sodio, alto en fibra, proteicos.

Asesoramiento y desarrollo de técnicas y sistemas de producción. Elaboración culinaria, y aplicación en el diseño de menús: técnica de envasado al vacío. Profesional a cargo del asesoramiento y elaboración de rotulado nutricional. Asesoría Gastronómica Nutricional a empresas, procesos culinarios, servicios gastronómicos y nuevos emprendimientos.

Nutricionista a cargo de talleres de educación alimentaria nutricional y gastronómica.

Creadora de contenidos para Cursos de Cocina y nutrición multimedia audiovisuales.

Asesora nutricional y colaboradora en la edición de fascículos de cocina saludable Docente plataforma online Gato Dumas colegio de gastronomía.

Ex docente titular de cocina, planta permanente, Gato Dumas colegio de gastronomía.

**PROF. LIC. SANDRA E. FLOREZ**

Licenciada en Nutrición, UBA 2004

Profesor universitario: Profesora en Nutrición (post título) Universidad Isalud, 2020

Profesora Adjunta III de la Universidad de Belgrano en las materias de Técnica Culinaria, Técnica Dietética, Técnica Dietoterápica y Práctica Profesional 1, en la Lic. en Nutrición

Profesora Adjunta III de la Universidad de Belgrano en la materia Nutrición, en la Lic. en Gastronomía

Profesora titular de la Universidad Isalud en las materias Técnica Dietoterápica y Técnica Dietética 2, en la Lic. en Nutrición

Profesora de IUC (Instituto Universitario Cemic) en la materia Técnicas Gastronómicas II, en la Lic. en Nutrición

Ex docente de UDH (Unidad Docente Hospitalaria) Residencia de UBA - Hospital Petrona V. de Cordero, San Fernando.

Ex nutricionista a cargo de Cursos de capacitación permanente de personal gastronómico en Buenas Prácticas de Manufactura (BPM), en Hospitales: Falcón (Del Viso), Meisner (Presidente Derqui), Evita (Lanús).

Dirección de Tesinas, Universidad de Belgrano

Jurado de tesinas, Universidad de Belgrano.

Especialización en diseño de planta física, ANDYLMU, Hospital Santa Lucia.

Presentación de Posters en el XVIII Congreso Argentino de Nutrición: Nutrición saludable para todos

Continua formación académica en cursos y seminarios

Consultorio particular con implementación de viandas

**CUERPO ACADÉMICO**

**PROF. LIC. LAURA CORBAL ALVAREZ**

Lic. en Nutrición, Universidad de Belgrano 2014

Profesora Universitaria UBA 2017

Nutricionista de Planta en Hospital Tornú (GCBA)

Docente Adjunto de Posgrado en IUCS Barceló en Nutrición Normal I y II

Ayudante de Primera UBA (Medicina) Cátedra Nutrición UDH Tornú.

Jefe de Trabajos Prácticos de la Universidad de Belgrano, en las materias Técnica Culinaria, Dietética y Dietoterápica, en la Lic. en Nutrición

Jurado de tesinas en la Universidad de Belgrano

Presentación y disertante de Trabajos en Congresos y Jornadas



Co-Investigadora Registro CaReMe Astrazeneca.

Co-Autora de diversos trabajos presentados en Congresos

Continúa formación académica en Diplomaturas, Cursos y Seminarios.

### **PROF. LIC. MARIA CECILIA VILLARREAL**

Licenciada en Nutrición, UBA 1997

Profesor universitario: Profesora en Nutrición (post título) Universidad Isalud, 2020

Profesora titular de la Universidad Isalud en la materia Fisiología I y II, en la Lic. en Nutrición

Docente adjunto de la Universidad de Isalud en la materia de Dietoterapia del adulto II, en la Lic. en Nutrición

Jefe de Trabajos Prácticos de la Universidad Isalud en la materia Dietoterapia y Fisiopatología infanto-juvenil, en la Lic. en Nutrición

Nutricionista de sala Hospital de Trauma y Emergencia "Dr. Federico Abete", en Malvinas Argentinas

Docente de nutrición: residentes en cirugía general y cursos de perfeccionamiento para personal de enfermería en Hospital de Trauma y Emergencia "Dr. Federico Abete", en Malvinas Argentinas

Ex concurrente en el Hospital Materno infantil de San Isidro

Continua formación académica en cursos y seminarios

***Los módulos podrán ser dictados por todos o algunos de los docentes mencionados en forma indistinta. La Universidad se reserva el derecho de realizar cambios en el cuerpo docente que considere pertinentes.***

### **CONSIDERACIONES GENERALES**

#### **INICIO**

10 de abril de 2024

#### **FINALIZACION**

31 de julio de 2024

## **DURACIÓN**

El curso completo tiene una duración de 48 horas reloj distribuidas en 16 encuentros semanales de 3 horas cada uno.

La modalidad de la cursada es ONLINE y sincrónica.

- **CLASES POR PLATAFORMA ZOOM**

## **DÍAS Y HORARIOS DE CURSADA**

Miércoles de 18:30 a 21:30 h.

## **APROBACIÓN**

Para la aprobación del curso se requiere que el alumno cumpla con el 75% de asistencia y con la aprobación de las actividades propuestas.

## **METODOLOGÍA**

Las clases serán llevadas a cabo con la participación activa de los alumnos.

Se habilitará un foro de intercambio, asincrónico, donde los alumnos podrán consultar, opinar, debatir sobre las diferentes temáticas tratadas; como así también un espacio donde los docentes brindarán material bibliográfico, visual, y otras herramientas para complementar lo dado en clase.

Las clases quedarán grabadas y disponibles para que los alumnos puedan acceder a las mismas cuando lo requieran.

## **DOCUMENTACIÓN**

Presentar la solicitud de inscripción, título de grado (en caso de poseerlo) y fotocopia del documento de identidad.



## **CERTIFICACIÓN**

La Universidad de Belgrano extenderá el respectivo certificado de aprobación, a quienes cumplan con las evaluaciones y/o trabajos finales. Caso contrario solo se emitirá un certificado de asistencia.

***Todos nuestros programas deberán contar con un cupo mínimo de alumnos matriculados para su apertura. La Universidad se reserva el derecho de posponer o suspender el inicio de la actividad en caso de no reunir el número indicado al cierre.***