



Taller de Loncheras Saludables

Dirigido a: Profesionales de la salud
Modalidad: Virtual
Tipo de curso: Unidad
Duración: 10 horas
Fecha de inicio: 3 de julio 2024
Fecha de finalización: 6 de agosto 2024

Objetivo general:

Identificar las bases científicas y dieto terapéuticas de las loncheras saludables.

Metodología:

Este curso se compone de 4 temas, cada tema conformado por una sesión de revisión y una sesión en vivo con espacio de preguntas y respuestas y actividades para aplicar lo aprendido, de aproximadamente 1 hora de duración cada sesión. Este curso incluye material educativo en formato digital para niños preescolares de 2-3 años, preescolares de 4-6 años y escolares de 7-12 años. El material está diseñado para que el participante lo utilice en su práctica diaria con los pacientes, padres y/o cuidadores.

Programa Académico

01

Tema

Aspectos nutricionales
de las loncheras

02

Tema

Alimentos procesados

03

Tema

Preparación y presentación
de alimentos

04

Tema

Loncheras saludables

Conferencistas

Los conferencistas son profesionales de la salud, docentes universitarios e investigadores, con nivel educativo mínimo de maestría o subespecialidad médica y en su mayoría miembros de sociedades científicas internacionales como la Sociedad Latinoamericana, Norteamericana, Española y Europea de Gastroenterología, Hepatología y Nutrición Pediátrica LASPGHAN, NASPGHAN, SEGHP y ESPGHAN. CIENutrition se reserva el derecho de modificar conferencistas sin previo aviso, considerando el mismo nivel de formación académica.

Constancia



La constancia se entrega con el 80% de participación verificada en la plataforma virtual Moodle. De acuerdo con las directrices normativas del Ministerio de Educación Nacional de Colombia, nuestros cursos hacen parte de la oferta educativa informal y, por lo tanto, dan lugar a la expedición de una constancia de participación la cual no conduce a ningún título profesional.

Cronograma Académico

Tema	Conferencista	Metodología	Fecha	Hora (GMT-5)
Introducción a la plataforma virtual	CIENutrition	Webinar	3 julio	18:00 horas
Tema 1: Aspectos nutricionales de las loncheras				
Energía y grupos de alimentos	Liliana Ladino	Sesión magistral	9 julio	18:00 horas
Macro y micronutrientos	Nathalia Sánchez	Webinar	11 julio	18:00 horas
Tema 2: Alimentos procesados				
Etiquetado nutricional	Katia Rodríguez	Sesión magistral	16 julio	18:00 horas
Retos al momento de elegir	Katia Rodríguez	Webinar	18 julio	18:00 horas
Tema 3: Preparación y presentación de alimentos				
Utensilios necesarios	Liliana Ladino	Webinar	23 julio	18:00 horas
Preparación y presentación de alimentos	Sara Moreno	Sesión magistral	25 julio	18:00 horas
Tema 4: Loncheras saludables				
Planeación de loncheras	Liliana Ladino	Sesión magistral	30 julio	18:00 horas
Construcción de una lonchera	Ana Martínez	Webinar	1 agosto	18:00 horas
Recetas Bonus				
Galletas de quinoa				
Hummus de garbanzo				
Pesto				
Babaganoush				
Pudín de aguacate y cacao				
Gomitas de azúcar				
Entrega de constancias			6 agosto	