

Dirección académica:

Prof. Dña. Itziar González de Arriba

Graduada en Nutrición Humana y Dietética por la Universidad Isabel I Burgos.

Diplomada en Fisioterapia por la Universidad de Salamanca.

Graduada en Fisioterapia por la Universidad de Salamanca.

Máster Europeo en Nutrición y Salud: 1500 horas. Universidad Oberta de Catalunya. 60 ECTS.

Máster Europeo en Nutrigenómica y Nutrición Personalizada en la Universidad de las Islas Baleares. 60 ECTS.

Postgrado en Fisioterapia Manual Osteopática. 1500 horas. Universidad de Alcalá de Henares. Monitora y Profesora de Osteopatía en la Escuela de Osteopatía de Madrid.

Experta en Inmunonutrición. Universidad Católica de Valencia. 15 ECTS.

Especialista en Inmunonutrición en el Tratamiento de la Enfermedad Grave. Universidad de San Jorge. 8 ECTS.

Especialista en Terapia Regenerativa Manual: 350 horas. Universidad San Pablo-CEU y Universidad de Lisboa.

Especialista Terapia Miofascial. 200 horas. IACES.

Primer ciclo Licenciado Químicas, rama de Bioquímica. Universidad del País Vasco.

Autora de 4 libros: ¿Qué es una dieta sana? (2011); Equilibrio del Sistema Inmune a través de la alimentación (2013); Nutrición para la Salud Femenina (2016); La Magia de la Alimentación desde la Ciencia. Nutrigenómica y Fisiogenómica (2020) Edita Nutergia.

Profesorado:

Prof. D. Raúl Cadenas Fernández

Actualmente finalizando el Grado en Nutrición Humana y Dietética. Universidad Isabel I Burgos.

Diplomado en Fisioterapia. Universidad de Vigo. Adaptación al Grado en Fisioterapia.

Máster universitario en Nutrición. Universidad de Vigo. 60 ECTS.

Experto universitario en Inmunonutrición. Universidad Católica de Valencia. 15 ECTS.

Osteópata C.O. Escuela Osteopatía de Madrid.

Curso Aptitud Pedagógica. Universidad de Vigo.

Coach Nutricional. Universidad de Santiago de Compostela.

Cursos de posgrado en: terapia regenerativa, nutrición aplicada a la fisioterapia, nutrición y deporte, alergias alimentarias, nutrición avanzada y nutrigenómica, nutrición en ginecología y pediatría, posturología clínica y osteopática de la oclusión, podoposturología, inducción miofascial, movilización visceral, reeducación postural basada en método Pilates, abordaje manual de las disfunciones neuroendocrinas, aromaterapia científica, kinesiología holística.

Técnico superior en prevención de riesgos laborales. Especialidad en ergonomía, psicología aplicada, trabajo e higiene industrial.

Curso de Oratoria Profesional (Eloquencia 2015) y curso de Técnicas para Hablar en Público (Nutritional Coaching 2017)

Director del Centro de Fisioterapia, Osteopatía y Nutrición **Fisioterapia Val Miñor, S.L.** (Baiona – Pontevedra) desde 2006.

Docente de Nutrigenómica Aplicada a la Fisioterapia junto con Itziar González de Arriba.

Docente sobre nutrición aplicada a diferentes áreas de la fisioterapia en el Máster de Suelo Pélvico de la Universidad de Málaga (UMA) y Máster en Fisioterapia en los Procesos de Salud de la Mujer de la Universidad de Alcalá de Henares (UAH), además de varios congresos nacionales.

1. NECESIDADES QUE JUSTIFICAN LA ACTIVIDAD:

La nutrición, junto con el ejercicio físico, se considera, gracias a la investigación científica, una de las principales claves de promoción de la salud y prevención y resolución de múltiples enfermedades (1)

Los profesionales sanitarios, estamos en la obligación de promocionar la salud y de conocer las bases de una alimentación equilibrada y saludable, como apunta la OMS. Siendo la Dieta Mediterránea, considerada Patrimonio Inmaterial de la Unesco, la dieta modelo a seguir (1)

La formación continuada en nutrición resulta indispensable ya que cada día se publican numerosos estudios científicos que aportan mayor luz a un terreno todavía desconocido y subestimado por muchos profesionales sanitarios.

2. MÉTODOS DE DETECCIÓN DE DICHAS NECESIDADES:

Revisando los artículos en publicaciones especializadas y los planes de formación de las diferentes universidades y facultades relacionadas con el ámbito sanitario, podemos observar que apenas existe formación en nutrición (medicina, fisioterapia, farmacia, enfermería, etc.) (2-4)

1. World Health Organization Regional Office for Europe. European Food and Nutrition Action Plan 2015-2020 [Internet]. 2015 [consultado 20 diciembre 2020]. Disponible en: <http://www.euro.who.int/pubrequest>
2. Crowley J, Ball L, Hiddink GJ. **Nutrition in medical education: a systematic review.** Lancet Plan-et Heal. 1 septiembre 2019;3(9):e379–89.
3. Mogre V, Scherpbier AJJA, Stevens F, Aryee P, Cherry MG, Dornan T. **Realist synthesis of educational interventions to improve nutrition care competencies and delivery by doctors and other healthcare professionals.** BMJ Open [Internet]. 1 octubre 2016 [consultado 2 noviembre 2020];6(10):e010084. Disponible en: <http://bmjopen.bmj.com/>
4. Kris-Etherton PM, Akabas SR, Douglas P, Kohlmeier M, Laur C, Lenders CM, et al. **Nutrition Competencies in Health Professionals' Education and Training: A New Paradigm.** Adv Nutr [Internet]. 1 enero 2015 [consultado 1 noviembre 2020];6(1):83–7. Disponible en: <https://academic.oup.com/advances/article/6/1/83/4558061>

OTRA INFORMACIÓN DE INTERÉS

Dado la abundancia de patologías crónicas y recidivantes de tipo osteomuscular; así como enfermedades cardiovasculares y degenerativas; debidas en muchas ocasiones a seguir modelos alimenticios desequilibrados. Resulta de gran importancia aumentar el conocimiento sobre la influencia que tiene la nutrición en la salud osteomuscular, así como conocer de forma clara los principios básicos de nutrición, con el fin de orientar y saber cuándo derivar al profesional oportuno a nuestros pacientes.

3. OBJETIVOS GENERALES:

Sensibilizar y motivar al profesional sanitario sobre la repercusión que tiene la alimentación en la complejidad del sistema musculo-esquelético asociado a procesos de salud/enfermedad.

4. OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

Explicar la influencia que tienen los nutrientes sobre el bienestar físico del paciente.

Conocer las alteraciones funcionales de tipo visceral y sus repercusiones en forma de lesión y/o dolor sobre el sistema musculo-esquelético.

Dotar al profesional sanitario con herramientas para la identificación de algunas de las alteraciones funcionales de tipo visceral más frecuentes.

Analizar las diferentes alteraciones musculo-esqueléticas, sus relaciones con la salud visceral y las recomendaciones nutricionales adecuadas en cada caso.

Aprender a identificar los cuadros clínicos que requieren tratamiento complementario de otros profesionales sanitarios como médicos endocrinos o nutricionistas.

5. PROGRAMA: CURSO DE NUTRICIÓN EN LA SALUD OSTEOMUSCULAR

Duración: 45 horas

Fechas: 8-9 y 29-30 de abril 2022, 13-14 y 27-28 de mayo de 2022.

Número de plazas: 30

Lugar de celebración: On-line

PRIMER MÓDULO: NUTRICIÓN BÁSICA. DESORDEN BIOQUÍMICO I. Principios y Macronutrientes.

[Viernes 8 de abril de 2022](#)

15:30 a 17:30 h.

- Principios de nutrición. Pirámide alimentación. Plato de Harvard.

Genómica.

18:00 a 20:45 h.

- Proteínas. Acidosis. Influencia en el sistema músculo-esquelético.
- Caso práctico.

Sábado 9 de abril de 2022

9:00 a 11:30 h.

- Hidratos de carbono. Síndrome metabólico. Influencia en el sistema músculo-esquelético.
- Caso práctico.

12:00 a 15:00 h.

- Lípidos. Desorden inflamatorio. Influencia en el sistema músculo-esquelético.
- Caso práctico.

SEGUNDO MÓDULO: NUTRICIÓN BÁSICA. DESORDEN BIOQUÍMICO II. Micronutrientes. Disbiosis.

Viernes 29 de abril de 2022

15:30 a 17:30 h.

- Definición y desarrollo de micronutrientes. Influencia sistema músculo-esquelético.
- Caso práctico.

18:00 a 20:45 h.

- Alimentos perjudiciales. Venenos dietéticos. Influencia, lesiones y dolor.
- Caso práctico.

Sábado 30 de abril de 2022

9:00 a 11:30 h.

- Disbiosis intestinal. SIBO. Influencia en las lesiones músculo-esqueléticas. Tratamiento.
- Disbiosis intestinal. Definición y desarrollo de la fisiopatología y la repercusión osteomuscular de los procesos alérgicos, y tratamiento de los mismos.
- Caso práctico.

12:00 a 15:00 h.

- Disbiosis intestinal. Microorganismos patógenos. Influencia en las lesiones músculo-esqueléticas.
- Cadena tóxica.
- Desintoxicación: fases, objetivos y seguimiento
- Caso práctico.

TERCER MÓDULO: ENFERMEDADES INFLAMATORIAS INTESTINALES. CELIAQUÍA Y SGNC. SNAUTÓNOMO. ESTRÉS. DOLOR REFERIDO.

Viernes 13 de mayo de 2022

15:30 a 17:30 h.

- Enfermedades inflamatorias intestinales (EII)
- Celiaquía y sensibilidad al gluten no celíaca.
- Caso práctico.

18:00 a 20:45 h.

- Repaso desórdenes bioquímicos, disbiosis y cadena tóxica.
- Sistema Nervioso Autónomo o Vegetativo.

Sábado 14 de mayo de 2022

9:00 a 11:30 h.

- Estrés y desorden neurovegetativo. Ritmos circadianos.

12:00 a 15:00 h.

- Dolor referido visceral y dolor metamérico.
- Prácticas Exploración.

CUARTO MÓDULO: INFLUENCIA VISCERAL Y DOLOR REFERIDOS VISCERALES.

Viernes 27 de mayo de 2022

15:30 a 18:00 h.

- Vesícula biliar. Dolores referidos y patologías osteomusculares asociadas.
- Boca.
- Estómago. Dolores referidos y patologías osteomusculares asociadas.
- Pautas nutricionales y suplementación.
- Caso clínico

18:30 a 20:30 h.

- Páncreas. Síndrome metabólico. Dolores referidos y patologías osteomusculares asociadas.
- Pautas nutricionales y suplementación.
- Caso clínico.

Sábado 28 de mayo de 2022

09:00 a 12:00 h.

- Riñón y uréteres. Acidosis. Dolores referidos y patologías osteomusculares asociadas.
- Pautas nutricionales y suplementación.
- Caso Clínico

12:30 a 15:00 h.

- Esfera uroginecológica. Dolores referidos y patologías osteomusculares asociadas.
- Pautas nutricionales y suplementación.
- Vías aéreas. Dolores referidos y patologías osteomusculares asociadas.
- Pautas nutricionales y suplementación.
- Interpretación de análisis clínicos.

6. METODOLOGÍA DIDÁCTICA:

El curso se divide en 4 partes teóricas con parte práctica tipo caso clínico (ya sea usando a algún alumno, paciente voluntario y experiencias personales en consulta)

En la primera parte de cada bloque el docente imparte una clase magistral proactiva en la que se fomenta que surjan preguntas por parte del alumnado.

La parte práctica se llevará a cabo de manera que el alumno consiga un modelo en su domicilio (familiar, amigo/a, etc.). Tratando, mediante la anamnesis y la exploración aprendidas, de identificar alguna disfunción y resolviendo las dudas que puedan surgir.

Se comentarán casos clínicos frecuentes en consulta que motiven y estimulen a los alumnos a ampliar su visión diagnóstica.

Con la combinación de las partes teóricas y prácticas se consiguen la totalidad de los objetivos planteados de la actividad

7. INTERACCIÓN ALUMNO-DOCENTE Y TÉCNICAS EMPLEADAS:

El objetivo del docente es anticiparse a las demandas del alumno; resolver las dudas antes de que se produzcan y que los alumnos vayan sacando las conclusiones derivadas de la explicación bioquímica y fisiológica en relación a su repercusión osteomuscular por sí mismos.

El profesor realizará constantes preguntas lógicas a los alumnos para mantener la atención y estimular la elaboración de sus propias conclusiones y resolución de casos clínicos.

Para la realización de la actividad se va a emplear la herramienta de software Blackboard Collaborate, muy extendido en el ámbito universitario, que permite la impartición de las clases por videoconferencia, con funcionalidades específicas para cursos, como compartir presentaciones, pizarras colaborativas, hacer encuestas a los alumnos que se responden de forma inmediata, dividir la clase en grupos de alumnos para realizar ejercicios en grupo donde los alumnos interactúan entre ellos, y el profesor puede interactuar con cada grupo, etc.

La exposición se realizará mediante una presentación powerpoint, usando vídeos, imágenes y esquemas que favorezcan la comprensión del temario.

8. TÉCNICAS DE EVALUACIÓN:

- Encuesta de satisfacción alumnos: al finalizar el curso. Encuesta/formulario
- Encuesta de satisfacción docentes: al finalizar el curso. Encuesta/formulario
- Test de aprendizaje: al finalizar el curso. Los alumnos deben realizar un test. Superación del 60% respuestas correctas.
- Cuestionario de Transferencia: a los 2 meses de finalizado el curso, se preguntará si han aplicado lo aprendido en el curso. Encuesta/formulario
- Cuestionario de Impacto: a los 4 meses de finalizado el curso, se preguntará si han obtenido resultados de la aplicación del curso en el entorno organizativo y/o social. Encuesta/formulario

9. CONTROL DE ASISTENCIA:

El profesor controlará la asistencia de los alumnos cada día de curso, dejando registro en las hojas de control de asistencia.

Asistencia mínima del 90% de las horas.