



CONTEO DE HIDRATOS DE CARBONO

Programa del curso

Módulo 1: Introducción

Reseña histórica del tratamiento nutricional en Diabetes.
Nuevas recomendaciones dietéticas. ADA 2018.
El rol de los macronutrientes en el plan alimentario de la persona con diabetes.

Módulo 2: Hidratos de Carbono

Clasificación y metabolismo.
Análisis de los Hidratos contenidos en los diferentes alimentos.
Efectos fisiológicos y metabólicos del consumo de azúcares.
Recomendaciones actuales acerca del consumo de azúcares libres.

Módulo 3: Tipos de fibra

El almidón y sus modificaciones por procesos físico-químicos.
Almidón resistente. Digestibilidad de los diferentes HDC.
Prebióticos y otros polisacáridos. Fibra dietaria.
Fuentes e importancia en la alimentación de la persona con Diabetes.

Módulo 4: Índice y carga glucémica

Utilidad en la práctica clínica.



Programa del curso

Módulo 5: Rotulado Nutricional, lectura y utilidad

Alimentos dietéticos según el Código Alimentario Argentino. Lectura de etiquetas. Utilidad para el tratamiento de pacientes con Diabetes.

Módulo 6: Insulinoterapia

Tipos de insulina. Tratamiento convencional e insulinoterapia intensificada. Rol de la alimentación para el tipo de tratamiento. Manejo en hipoglucemias.

Módulo 7: Conteo de Hidratos de Carbono (parte 1)

Ventajas y desventajas del método.
Etapas de aprendizaje recomendadas por la ADA.
Determinación de la relación Insulina/HDC.
Realización del conteo de HDC para cada tipo de alimentos. Planillas de cálculo.

Módulo 8: Conteo de Hidratos de Carbono (parte 2)

Cálculo de la dosis prandial de Insulina. Bolo y correcciones. Manejo de la insulino-terapia.
Relación HDC/Insulina según factor de sensibilidad.
Toma de decisiones y adaptación de la insulinoterapia a la actividad física.

Módulo 9: Conteo de Proteínas y Grasas

Impacto del consumo de proteínas y grasas en la respuesta glucémica. Índice insulínico de los alimentos.
Propuestas de conteo de proteínas y grasas según diferentes trabajos.



Director del instituto: Dr. Jorge Osvaldo Jarast

Coordinadora académica: Cecilia Martinelli – Lic. en Nutrición (UBA)

Nueve (9) módulos de cursada online.

Destinado a: Médicos Nutricionistas, Médicos clínicos, Lic. en Nutrición, Lic. en Actividad Física y Deporte, Fisioterapeutas y Profesionales de la Salud y el Deporte en general.

AVALADO POR:

