

# ALIMENTOS FUNCIONALES:



FIBRA

CLA

ESTEROLES

ESTANOLES

PROTEÍNA DE SOJA

OMEGA 3

OMEGA 6

L-ARGININA

ÁCIDO FÓLICO

L-CARNITINA

Una visión práctica e independiente

Fufosa

Fundación para el  
Fomento de la  
Salud

Con el soporte de la plataforma digital  
y la colaboración de:



## ALIMENTOS FUNCIONALES: Una visión práctica e independiente

### PRESENTACIÓ

La ciencia contemporánea de la nutrición ha acuñado el término de "alimentos funcionales" para designar aquellos productos alimentarios, naturales o elaborados, que proporcionan un beneficio más allá del olor, el sabor, la textura o el valor nutricional propios, y que influyen sobre funciones fisiológicas de un modo mesurable en términos de prevención de enfermedad o promoción de la salud.

Los procedimientos para obtener alimentos funcionales son diversos, desde la simple adición de un componente hasta la modificación del proceso de obtención o la aplicación de técnicas de mejora genética. El campo de la alimentación es un mercado creciente en el que se conjugan tres elementos: los avances científicos y técnicos en nutrición, su incorporación por parte de la Industria Alimentaria a una amplia gama de productos de consumo y, finalmente, una población cada vez más preocupada por la salud. La Fundación para el Fomento de la Salud pone en marcha un curso práctico y de visión independiente, en el que conviven las opiniones de importantes expertos en Nutrición y de la propia Industria Alimentaria con los siguientes objetivos:

### OBJETIVO

**General:** Dotar al profesional sanitario de los conocimientos y habilidades necesarias para evaluar, recomendar y aplicar correctamente el uso de los alimentos funcionales en la práctica profesional diaria, en base a evidencias científicas sólidas sobre sus beneficios adicionales en la salud humana.

#### Específicos:

- Conocer y comprender qué son los alimentos funcionales (naturales y elaborados).
- Identificar los alimentos funcionales de la Dieta Mediterránea.
- Aumentar los conocimientos sobre los componentes de los alimentos funcionales (a. fólido, vitaminas lipó e hidrosolubles, esteróles, estanoles, etc).
- Entender el funcionamiento de los mismos.
- Conocer y actualizar los conocimientos sobre legislación europea.
- Conocer el grado de evidencia de que disponemos en la actualidad.
- Saber discernir entre información veraz, contrastada y publicidad.
- Dar respuesta a las propias preguntas y las de los pacientes, respetando los valores de éste.
- Conocer y detectar, los posibles efectos secundarios de los AF.
- Analizar la ingesta de un paciente, saber detectar situaciones de sobreuso y cómo corregirlas.
- Formar parte de una comunidad independiente, abierta y al tiempo crítica, que le ayude a seguir progresando en su formación

### METODOLOGÍA

El curso se desarrollará a través de la plataforma digital de la Fundación para la Formación de la Organización Médica Colegial (FFOMC), mediante la utilización de la metodología on-line cuyas principales características son:

- Capacidad de dar acceso a gran cantidad de información presentada del modo más útil y atractivo para los alumnos ya que se incluyen ejercicios interactivos ó multimedia.
- Correcta integración de las diferentes funciones para asegurar la creación de comunidades virtuales de aprendizaje dinámicas con:
  - Comunicación entre los diferentes miembros de comunidad (médicos, tutores, personal de gestión, etc.) en tiempo diferido o en tiempo real, en caso de que dos usuarios coincidan e interaccionen en el entorno virtual al mismo tiempo.
  - Posibilidad de hacer consultas y gestiones de tipo administrativo.
  - Permitir la participación en debates on-line/off-line.

### DESTINATARIO

Dirigido a profesionales sanitarios de los ámbitos de la Medicina, Farmacia, Enfermería, Dietética y Nutrición Humana, así como de otras licenciaturas o diplomaturas interesadas.

### TEMARIO

#### I- PRESENTACIÓN Y OBJETIVOS

#### II- INTRODUCCIÓN

- Reflexiones previas.
- ¿Qué son los alimentos Funcionales?
- El concepto funcional y la Dieta Mediterránea.
- Terminología: Alimento funcional versus nutraceutico.
- Estado actual de la reglamentación.
- Alimentos funcionales en las dislipemias.
- Alimentos funcionales y arteriosclerosis.
- Alimentos funcionales en la diabetes, obesidad y síndrome metabólico.
- Alimentos funcionales en la hipertensión arterial.

#### IV- CON NOMBRE PROPIO, DE UNO EN UNO

- De uno en uno los componentes de los alimentos funcionales.
- 100 Alimentos funcionales con nombre propio, de uno en uno.
  - Tabla resumen.

- Esquema general de análisis:
  - Manipulación sufrida.
  - Consecuencias en la composición del producto.
  - Ventajas.
  - Desventajas.
  - Costes en salud
  - Indicaciones.
  - Contraindicaciones.
  - Consejos de Uso.

#### V- SITUACIONES CLÍNICAS HABITUALES

- 10 casos clínicos
  - De buen uso.
  - De mal uso o/y de "sobreuso".
  - De uso sin beneficio.
- La técnica de los tres pasos

### CRONOGRAMA

**Inscripción y matrícula:** Según convocatoria.  
**Desarrollo del curso on-line:** Según convocatoria.  
Finalizado el curso on-line existe la posibilidad de:

- Jornadas presenciales prácticas optativas.
- Participación en Estudio de Investigación.
- Ampliación del curso a 200 horas lectivas (Postgrado).

### INSCRIPCIÓN

<http://www.fufosa.org>

PRECIO

Precio: 450 €

Estudiantes o Residentes previa solicitud de BECA\*: 200 €. \*Para la solicitud de BECA consultar en [www.fufosa.org](http://www.fufosa.org).

#### ACREDITACIÓN

Actividad acreditada en base a la encomienda de gestión concedida por los Ministerios de Sanidad y Política Social y Ministerio de Educación al Consejo General de Colegios Oficiales de Médicos (Resolución de 22 de marzo de 2002, BOE núm 81 de 4 de abril de 2002) con 11,7 CRÉDITOS equivalentes a 75 horas lectivas.



#### INFORMACIÓN

Gloria Sanz. Tel. 607.779.890. Laborables de 10 a 19h.

