



[www.inemec.edu.mx](http://www.inemec.edu.mx)



Instituto Nacional de Educación  
Médica Continua, A. C.

— Diplomado en —  
**METABOLISMO, NUTRICIÓN y**  
**OBESIDAD**



Viernes de 16:00 a 20:00 horas

Dirigido a médicas y médicos



Instituto Nacional de Educación  
Médica Continua, A. C.

## Generalidades:

Dirigido a profesionales de la salud interesados en actualizar y fortalecer sus conocimientos en **Metabolismo, Nutrición** y, especialmente, en el abordaje integral de **la Obesidad**, con el propósito de optimizar su práctica clínica en el primer nivel de atención y ámbitos afines.

Este diplomado es una actividad educativa en línea, diseñada para impulsar el desarrollo continuo mediante el análisis de temas especializados que permitan al profesional consolidar sus conocimientos y aplicarlos a la prevención, detección y manejo oportuno del sobrepeso y obesidad en todas las etapas de la vida.

Se realiza en nuestra plataforma web, diseñada para visualizar conferencias mediante **transmisión en vivo** y/o en formato **Video On Demand (retransmisión)**; dentro de nuestro portal, también podrá realizar su proceso de inscripción y pagos, presentar sus evaluaciones, descargar materiales de apoyo y obtener el diploma digital al concluir el diplomado. Para garantizar una experiencia óptima, se recomienda contar con una conexión a internet estable y de alta velocidad.

Cada conferencia es impartida por un profesor o profesora con experiencia en el área correspondiente. Durante las transmisiones en vivo, se habilita un chat para resolver dudas y compartir comentarios en tiempo real.

**¡PUEDE INSCRIBIRSE EN CUALQUIER MOMENTO!**

## Objetivo:

Capacitar a las y los profesionales de la salud del primer nivel de atención con conocimientos y competencias actualizadas sobre metabolismo, nutrición y, de manera prioritaria, obesidad, para que implementen estrategias integrales de prevención, detección temprana, diagnóstico preciso y manejo terapéutico oportuno, alineadas con los estándares nacionales e internacionales de cuidado.





Instituto Nacional de Educación  
Médica Continua, A. C.

## Características:

El Diplomado consta de 40 sesiones y se estructura en 10 módulos de 4 sesiones cada uno. Cada sesión tiene de 2 a 3 temas.

## Ejemplo de la estructura:

Módulo	Sesión	Tema
Módulo 1: Fundamentos de la Nutrición	Sesión 01. Energía y nutrientes I	• Bienvenida y presentación del diplomado
		• La nutrición desde el punto de vista energético: los alimentos como combustible
		• Hidratos de carbono: clasificación, funciones, fuentes alimentarias y problemas relacionados con su consumo
		• Lípidos: clasificación, funciones, ingesta recomendada, fuentes alimentarias y problemas relacionados con su consumo
	Sesión 02. Energía y nutrientes II	• Proteínas y aminoácidos: clasificación, funciones, fuentes alimentarias y problemas relacionados con su consumo
		• Minerales y oligoelementos: clasificación, funciones, fuentes alimentarias y problemas relacionados con su consumo
		• Vitaminas: clasificación, funciones, fuentes alimentarias y problemas relacionados con su consumo
	Sesión 03. Energía y nutrientes III	• Agua y electrolitos: funciones, ingesta recomendada, fuentes alimentarias y problemas relacionados con su consumo
		• Fibra vegetal: clasificación, funciones, fuentes alimentarias y problemas relacionados con su consumo
		• Principales vías del metabolismo energético y las interrelaciones metabólicas entre tejidos especializados
	Sesión 04. Gasto energético total	• Métodos de medición y estimación de los componentes del gasto energético total
		• Casos clínicos para estimar el gasto energético total



Instituto Nacional de Educación  
Médica Continua, A. C.

### Evaluaciones:

El Diplomado consta de 10 evaluaciones en línea, una al final de cada módulo.

### Transmisión:

Usted podrá conectarse a la **transmisión en vivo** (los días viernes de 16:00 a 20:00 horas siguiendo las fechas establecidas) **y/o** podrá revisar los contenidos en **Video on demand**; ya que todos los temas serán grabados y después de dos días hábiles estarán disponibles en la plataforma para que los pueda consultar en el momento que desee durante todo el diplomado.

### Fechas de transmisión en vivo:

- Sesión 01: 23 de enero del 2026
- Sesión 02: 30 de enero del 2026
- Sesión 03: 06 de febrero del 2026
- Sesión 04: 13 de febrero del 2026
- Sesión 05: 20 de febrero del 2026
- Sesión 06: 27 de febrero del 2026
- Sesión 07: 06 de marzo del 2026
- Sesión 08: 20 de marzo del 2026
- Sesión 09: 10 de abril del 2026
- Sesión 10: 17 de abril del 2026
- Sesión 11: 24 de abril del 2026
- Sesión 12: 08 de mayo del 2026
- Sesión 13: 15 de mayo del 2026
- Sesión 14: 22 de mayo del 2026
- Sesión 15: 29 de mayo del 2026
- Sesión 16: 05 de junio del 2026
- Sesión 17: 12 de junio del 2026
- Sesión 18: 19 de junio del 2026
- Sesión 19: 26 de junio del 2026
- Sesión 20: 03 de julio del 2026
- Sesión 21: 10 de julio del 2026
- Sesión 22: 17 de julio del 2026
- Sesión 23: 24 de julio del 2026
- Sesión 24: 07 de agosto del 2026
- Sesión 25: 14 de agosto del 2026
- Sesión 26: 21 de agosto del 2026
- Sesión 27: 28 de agosto del 2026
- Sesión 28: 04 de septiembre del 2026
- Sesión 29: 11 de septiembre del 2026
- Sesión 30: 18 de septiembre del 2026
- Sesión 31: 25 de septiembre del 2026
- Sesión 32: 02 de octubre del 2026
- Sesión 33: 09 de octubre del 2026
- Sesión 34: 16 de octubre del 2026
- Sesión 35: 23 de octubre del 2026
- Sesión 36: 30 de octubre del 2026
- Sesión 37: 06 de noviembre del 2026
- Sesión 38: 20 de noviembre del 2026
- Sesión 39: 27 de noviembre del 2026
- Sesión 40: 04 de diciembre del 2026

La asistencia se registra automáticamente al visualizar los contenidos del evento.





Instituto Nacional de Educación  
Médica Continua, A. C.

### Profesora titular:

- **Dra. Rossana Alcaráz Ortíz**

Es Médica Cirujana egresada de la Facultad de Medicina de la Universidad Nacional Autónoma de México, donde realizó la Maestría en Ciencias de la Salud. Fue presidenta de la Academia Mexicana para el Estudio de la Obesidad y de la Federación Centroamericana y del Caribe de Obesidad y Metabolismo. Fue profesora de tiempo completo de la Carrera de Médico Cirujano de la Facultad de Estudios Superiores Zaragoza de la Universidad Nacional Autónoma de México y actualmente es profesora de la carrera de Médico Cirujano de la Universidad de Quintana Roo.

### Requisitos:

- Copia de **título** como profesional de la salud.
- Copia de **cédula profesional** expedida por la Dirección General de Profesiones de la S.E.P.

### Costos:

Puede realizar el pago en una sola exhibición o en forma fraccionada.

- **Total:** \$8,000.00, fraccionado en:
  - **Inscripción:** \$500.00
  - **Cada módulo:** \$350.00
  - **Cada sesión:** \$100.00

### Valor curricular:

Al finalizar y aprobar el evento, usted podrá obtener un **Diploma digital y/o físico** expedido por el INEMEC con 150 puntos curriculares, válidos para la renovación de la certificación en medicina general ante el Consejo Nacional de Certificación en Medicina General, A.C.





Instituto Nacional de Educación  
Médica Continua, A. C.

**¡ Clic para inscripción en línea !**



En caso de requerir asesoría, puede contactarse a nuestros teléfonos en oficina de lunes a viernes de 09:00 a 18:00 horas:

 5552437538 / 5552437539 / 5552437540 / 5552437612

También puede contactarse al área de Servicios Escolares  
(dando clic sobre un asesor):



Erika



Gabriela



Salvador



Mariana



José



Mirka



Sahori

### Más información:

Av. Río Churubusco, No. 168, Col. El Prado,  
C.P. 09480, Alcaldía Iztapalapa, CDMX.

WhatsApp: 5568023884  
informes@inemec.edu.mx

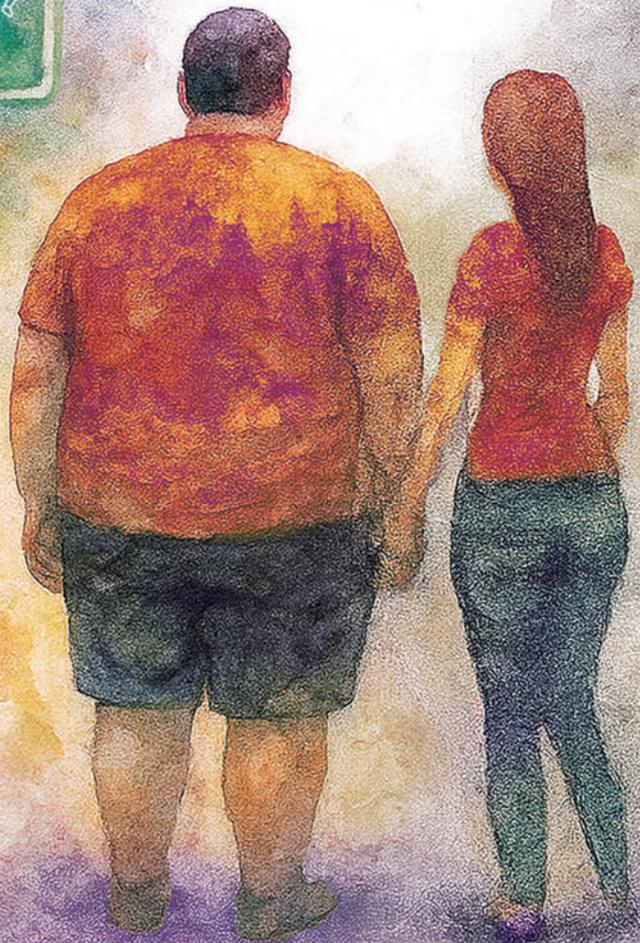
[www.inemec.edu.mx](http://www.inemec.edu.mx)





Instituto Nacional de Educación  
Médica Continua, A. C.

## ÍNDICE TEMÁTICO PRELIMINAR





Instituto Nacional de Educación  
Médica Continua, A. C.

## **MÓDULO 1: FUNDAMENTOS DE LA NUTRICIÓN**

### **Sesión 01. Energía y nutrientes I**

- Bienvenida y presentación del diplomado
- La nutrición desde el punto de vista energético: los alimentos como combustible
- Hidratos de carbono: clasificación, funciones, fuentes alimentarias y problemas relacionados con su consumo

### **Sesión 02. Energía y nutrientes II**

- Lípidos: clasificación, funciones, ingesta recomendada, fuentes alimentarias y problemas relacionados con su consumo
- Proteínas y aminoácidos: clasificación, funciones, fuentes alimentarias y problemas relacionados con su consumo
- Minerales y oligoelementos: clasificación, funciones, fuentes alimentarias y problemas relacionados con su consumo

### **Sesión 03. Energía y nutrientes III**

- Vitaminas: clasificación, funciones, fuentes alimentarias y problemas relacionados con su consumo
- Agua y electrolitos: funciones, ingesta recomendada, fuentes alimentarias y problemas relacionados con su consumo
- Fibra vegetal: clasificación, funciones, fuentes alimentarias y problemas relacionados con su consumo

### **Sesión 04. Gasto energético total**

- Principales vías del metabolismo energético y las interrelaciones metabólicas entre tejidos especializados
- Métodos de medición y estimación de los componentes del gasto energético total
- Casos clínicos para estimar el gasto energético total





Instituto Nacional de Educación  
Médica Continua, A. C.

## **MÓDULO 2: VALORACIÓN DEL ESTADO NUTRICIONAL**

### **Sesión 05. Indicadores antropométricos y bioquímicos**

- El ABCDE de la evaluación del estado nutricional. A. Indicadores antropométricos: métodos de medición de la composición corporal
- A. Mediciones, índices e indicadores antropométricos
- B. Indicadores bioquímicos del estado nutricional

### **Sesión 06. Indicadores clínicos, dietéticos y económicos.**

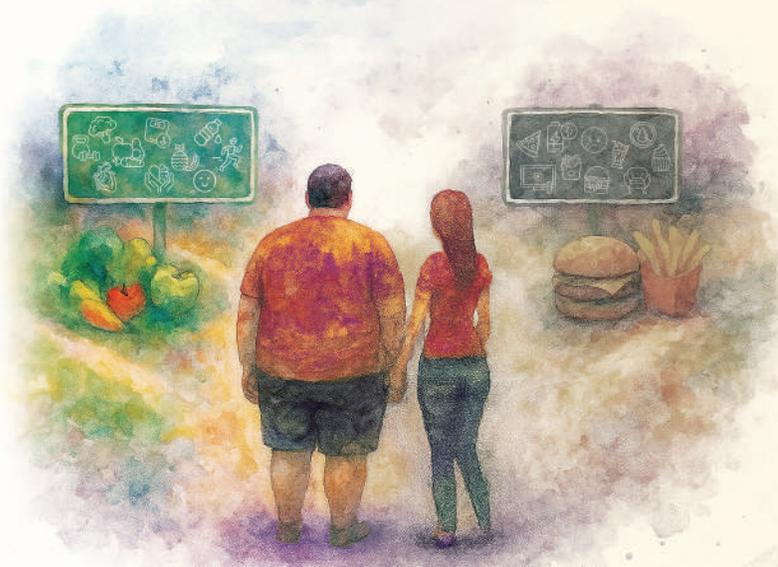
- C. Indicadores clínicos: evaluación de las condiciones clínicas relacionadas con el estado de nutrición
- D. Indicadores dietéticos: valoración de la ingesta y encuestas nutricionales
- E. Indicadores económicos: evaluación del nivel socioeconómico y su relación con el estado nutricional individual

### **Sesión 07. Valoración del estado nutricional**

- Casos clínicos para integrar el diagnóstico del estado de nutrición usando el método ABCDE
- Software y aplicaciones móviles de nutrición
- La salud bucodental y su relación con el estado de nutrición

### **Sesión 08. La nutrición y el proceso salud-enfermedad**

- Características de la dieta en México y cambios en los patrones de alimentación
- Enfermedades asociadas con el consumo de alimentos y los hábitos de alimentación
- Alimentos ultraprocesados y mayor consumo energético





Instituto Nacional de Educación  
Médica Continua, A. C.

## **MÓDULO 3: LA ALIMENTACIÓN EN DIFERENTES ETAPAS Y SITUACIONES DE LA VIDA**

### **Sesión 09. Alimentación saludable**

- Fisiología de la nutrición
- La dieta mediterránea como modelo de alimentación saludable y sostenible. Regionalización de los patrones de alimentación
- Sistema mexicano de alimentos equivalentes

### **Sesión 10. Planes de alimentación y tratamiento nutricional de la obesidad**

- Generalidades de la dietoterapia y elaboración de un plan de alimentación saludable
- Recomendaciones para el tratamiento nutricional de la obesidad
- Elaboración de un plan de alimentación en pacientes con obesidad

### **Sesión 11. Alimentación en la tercera edad y en patología cardiometabólica**

- Recomendaciones para la nutrición y alimentación del adulto mayor
- Recomendaciones dietéticas en pacientes con hipertensión arterial e hiperlipemias
- Recomendaciones dietéticas en pacientes con diabetes mellitus

### **Sesión 12. Alimentación en la mujer y en trastornos del comportamiento alimentario**

- Recomendaciones para la nutrición y alimentación de la mujer durante el embarazo y la lactancia
- Recomendaciones para la nutrición y alimentación de la mujer en el climaterio y la menopausia
- Recomendaciones para la nutrición y alimentación en pacientes con trastornos del comportamiento alimentario





Instituto Nacional de Educación  
Médica Continua, A. C.

## **MÓDULO 4: TENDENCIAS EN NUTRICIÓN Y ESCENARIO EPIDEMIOLÓGICO DE LA OBESIDAD**

### **Sesión 13. Alternativas de nutrición**

- Evidencias científicas del uso de la dieta cetogénica y el ayuno intermitente para la pérdida de peso
- Beneficios y riesgos de la dieta vegetariana y sus variantes
- Dietas para bajar de peso saludablemente

### **Sesión 14. Alimentación actual**

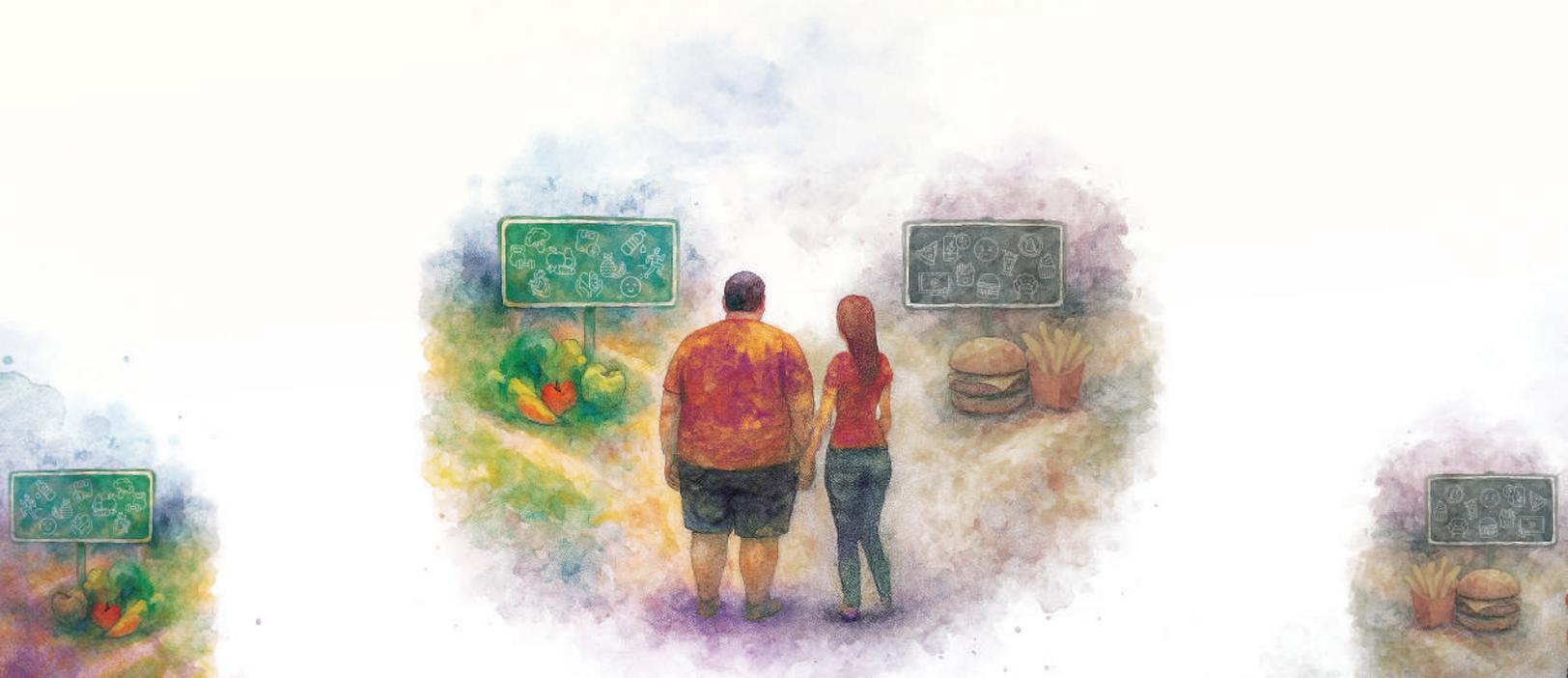
- Nutrigenómica y nutrigenética
- Alimentos funcionales, nutraceuticos, alimentos light y edulcorantes
- Nuevos alimentos y la alimentación del futuro

### **Sesión 15. Escenario epidemiológico de la obesidad**

- La sindemia global y el futuro de la obesidad
- Morbilidad, mortalidad y costos de la obesidad en México
- Políticas públicas y acciones nacionales ante el sobrepeso y la obesidad

### **Sesión 16. Seguridad alimentaria y normatividad**

- Seguridad alimentaria y nutricional en México
- La triple carga de la malnutrición
- Marco normativo mexicano en materia de alimentación





Instituto Nacional de Educación  
Médica Continua, A. C.

## **MÓDULO 5: ETIOPATOGENIA DE LA OBESIDAD Y PATOLOGÍAS ASOCIADAS**

### **Sesión 17. Diagnóstico y etiopatogenia de la obesidad**

- El origen multifactorial y el manejo transdisciplinario de la obesidad
- La obesidad como enfermedad crónica, recurrente y progresiva. El estigma de la obesidad
- Concepto, diagnóstico y clasificación de la obesidad

### **Sesión 18. Fisiopatología de la obesidad**

- Obesidad y disfunción del tejido adiposo
- Obesidad y microbiota intestinal
- Ambiente obesogénico, cronodisrupción y disruptores endocrinos asociados a la obesidad

### **Sesión 19. Patologías asociadas a la obesidad I**

- El papel de la obesidad en el desarrollo de cáncer
- Hipertensión arterial en el paciente con obesidad
- Obesidad, aterosclerosis y riesgo cardiovascular

### **Sesión 20. Patologías asociadas a la obesidad II**

- Obesidad, resistencia a la insulina y diabetes
- Alteraciones hepatobiliares relacionadas con la obesidad
- Síndrome de apnea-hipopnea obstructiva del sueño en pacientes con obesidad

## **MÓDULO 6: PATOLOGÍAS ASOCIADAS A LA OBESIDAD Y EN DIFERENTES ETAPAS DE LA VIDA**

### **Sesión 21. Patologías asociadas a la obesidad III**

- Artropatía degenerativa y trastornos biomecánicos asociados a la obesidad
- Alteraciones dermatológicas en el paciente con obesidad
- Obesidad y enfermedad renal





Instituto Nacional de Educación  
Médica Continua, A. C.

### **Sesión 22. Patologías asociadas a la obesidad IV**

- Trastornos psicosociales en el paciente obeso
- Trastornos de la conducta alimentaria en el obeso: trastorno por atracón y comedor nocturno
- Obesidad y sexualidad

### **Sesión 23. Obesidad en el hombre y en la tercera edad**

- Obesidad y disfunción eréctil
- Envejecimiento, cambios en la composición corporal y obesidad
- Riesgos laborales asociados con la obesidad

### **Sesión 24. Obesidad en la mujer**

- Obesidad y sus consecuencias en la fertilidad y la reproducción femenina
- Obesidad en el embarazo
- Obesidad en el climaterio y la menopausia

## **MÓDULO 7: TRATAMIENTO INTEGRAL DE LA OBESIDAD**

### **Sesión 25. Regulación de la ingesta alimentaria y del balance energético**

- Balance energético y composición corporal
- Regulación neuroendocrina y gastrointestinal del hambre y la saciedad: homeostasis energética a corto y a largo plazo
- Fármacos antiobesidad: características generales, clasificación, indicaciones y contraindicaciones

### **Sesión 26. Tratamiento farmacológico de la obesidad I**

- Amfepramona y fentermina
- Clobenzorex y mazindol
- Fenproporex y d-norpseudoefedrina





Instituto Nacional de Educación  
Médica Continua, A. C.

### **Sesión 27. Tratamiento farmacológico de la obesidad II**

- Orlistat y análogos de GLP-1
- Suplementos y adyuvantes en el manejo de la obesidad
- Tratamiento secuencial y metas de utilización del tratamiento farmacológico antiobesidad

### **Sesión 28. Abordaje individualizado**

- Estrategias de adherencia al tratamiento para la obesidad
- Casos clínicos: tratamiento farmacológico del paciente obeso sin comorbilidad
- Casos clínicos: tratamiento farmacológico del paciente obeso con comorbilidad

## **MÓDULO 8: OBESIDAD INFANTIL**

### **Sesión 29. Tratamiento quirúrgico y psicoeducación en obesidad**

- Intervención psicoeducativa en el tratamiento de la obesidad
- Indicaciones, beneficios y riesgos asociados a la cirugía para la obesidad
- Manejo nutricional postquirúrgico del paciente sometido a cirugía para la obesidad

### **Sesión 30. Evaluación del crecimiento en el niño**

- Programación metabólica fetal y posnatal y su relación con enfermedades cardiometabólicas
- Evaluación del crecimiento y desarrollo normal en niños y adolescentes
- Detección de trastornos hormonales, monogénicos y sindrómicos en niños con obesidad





Instituto Nacional de Educación  
Médica Continua, A. C.

### **Sesión 31. Obesidad y síndrome metabólico en pediatría**

- Factores de riesgo, diagnóstico y evaluación integral de la obesidad en edad pediátrica
- Criterios diagnósticos y manejo del síndrome metabólico en edad pediátrica

### **Sesión 32. Recomendaciones nutricionales en la edad pediátrica**

- Recomendaciones para la nutrición y alimentación durante el primer año de vida
- Recomendaciones para la nutrición y alimentación del preescolar y el escolar
- Recomendaciones para la nutrición y alimentación en la pubertad y adolescencia

## **MÓDULO 9: EJERCICIO EN EL PACIENTE CON OBESIDAD**

### **Sesión 33. Fisiología del ejercicio**

- Riesgos asociados con el sedentarismo y beneficios del ejercicio en la salud
- Respuestas y adaptaciones fisiológicas al ejercicio
- Aspectos fisiológicos del ejercicio físico en la edad infantil, el envejecimiento y en la mujer

### **Sesión 34. Metabolismo y ejercicio**

- El músculo esquelético como órgano endocrino
- Componentes en la prescripción del ejercicio: frecuencia, intensidad, tipo, duración, volumen y progresión
- Prescripción del ejercicio en el adulto con obesidad

### **Sesión 35. Tipos de ejercicio**

- Ejercicio físico para la mejora de la fuerza muscular
- Ejercicio físico para la mejora de la resistencia cardiorrespiratoria
- Ejercicio físico orientado hacia el entrenamiento de la flexibilidad





Instituto Nacional de Educación  
Médica Continua, A. C.

### **Sesión 36. Ejercicio en poblaciones especiales**

- Prescripción del ejercicio en el niño con obesidad
- Prescripción del ejercicio en la mujer embarazada con obesidad
- Prescripción del ejercicio en el adulto mayor con obesidad

## **MÓDULO 10: PREVENCIÓN DE LA OBESIDAD**

### **Sesión 37. Prevención en la infancia**

- Influencia familiar y sociocultural en el desarrollo de obesidad durante la infancia
- La familia como agente promotor de estilos de vida saludables
- Educación física para un estilo de vida activo y saludable

### **Sesión 38. Publicidad y etiquetado nutrimental**

- Influencia de la publicidad alimentaria y regulación actual en México
- Etiquetado nutrimental en México
- Taller: Lectura de etiquetas de información nutricional de alimentos y bebidas

### **Sesión 39. Entornos saludables**

- Impuestos saludables en México
- Entornos alimentarios y alimentación escolar-laboral saludable
- Pausas para la salud en el lugar de trabajo

### **Sesión 40. Promoción de la salud**

- Influencia del estrés psicológico y el sueño en la conducta alimentaria
- Estrategias en educación alimentaria y nutricional
- Evaluación general del diplomado y clausura



Instituto Nacional de Educación  
Médica Continua, A. C.

**INEMEC**  
**25**  
**AÑOS**

En la educación continua  
de los médicos generales

Puede consultar otros eventos en

[www.inemec.edu.mx](http://www.inemec.edu.mx)

