



Instituto Nacional de Educación
Médica Continua, A. C.

Diplomado en

Metabolismo en Nutrición y Obesidad



www.inemec.edu.mx

Miércoles
de 16:00 a 20:00 horas



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 1: FUNDAMENTOS DE LA NUTRICIÓN		
Módulo	Sesión	Sesión 01. Energía, metabolismo y nutrientes I.
		• Bienvenida y presentación del diplomado. • Fundamentos del metabolismo energético: obtención, transformación y utilización de la energía a partir de los alimentos. • Hidratos de carbono: clasificación, calidad, digestión y metabolismo, fuentes alimentarias y efectos sobre la salud.
		Sesión 02. Energía, metabolismo y nutrientes II.
		• Lípidos: clasificación, digestión y metabolismo, calidad de las grasas, fuentes alimentarias, ingesta recomendada y efectos sobre la salud. • Proteínas y aminoácidos: clasificación, calidad proteica, digestión, metabolismo, requerimientos y fuentes alimentarias. • Minerales y oligoelementos: funciones fisiológicas, biodisponibilidad, requerimientos, fuentes alimentarias, deficiencia y exceso.
		Sesión 03. Micronutrientes, hidratación y fibra dietética.
	Tema	• Vitaminas: clasificación, funciones fisiológicas, biodisponibilidad, requerimientos, fuentes alimentarias, deficiencia y exceso. • Agua y electrolitos: balance hídrico, regulación, requerimientos y factores que modifican las necesidades de hidratación. • Fibra dietética: clasificación, propiedades fisicoquímicas, fermentabilidad, fuentes alimentarias y efectos metabólicos y sobre la microbiota intestinal.
		Sesión 04. Balance y gasto energético.
		• Componentes y regulación del balance energético. Principales vías del metabolismo energético e interrelaciones metabólicas entre órganos y tejidos. • Componentes del gasto energético total y métodos para su medición y estimación. • Aplicación clínica: estimación e interpretación del gasto energético y de los





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 miércoles 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:** 20 de enero de 2027
- **Sesión 02:** 27 de enero de 2027
- **Sesión 03:** 03 de febrero de 2027
- **Sesión 04:** 10 de febrero de 2027
- **Sesión 05:** 17 de febrero de 2027
- **Sesión 06:** 24 de febrero de 2027
- **Sesión 07:** 03 de marzo de 2027
- **Sesión 08:** 10 de marzo de 2027
- **Sesión 09:** 17 de marzo de 2027
- **Sesión 10:** 07 de abril de 2027
- **Sesión 11:** 14 de abril de 2027
- **Sesión 12:** 21 de abril de 2027
- **Sesión 13:** 28 de abril de 2027
- **Sesión 14:** 05 de mayo de 2027
- **Sesión 15:** 12 de mayo de 2027
- **Sesión 16:** 26 de mayo de 2027
- **Sesión 17:** 02 de junio de 2027
- **Sesión 18:** 09 de junio de 2027
- **Sesión 19:** 16 de junio de 2027
- **Sesión 20:** 30 de junio de 2027
- **Sesión 21:** 07 de julio de 2027
- **Sesión 22:** 14 de julio de 2027
- **Sesión 23:** 21 de julio de 2027
- **Sesión 24:** 28 de julio de 2027
- **Sesión 25:** 04 de agosto de 2027
- **Sesión 26:** 11 de agosto de 2027
- **Sesión 27:** 25 de agosto de 2027
- **Sesión 28:** 01 de septiembre de 2027
- **Sesión 29:** 08 de septiembre de 2027
- **Sesión 30:** 22 de septiembre de 2027
- **Sesión 31:** 29 de septiembre de 2027
- **Sesión 32:** 06 de octubre de 2027
- **Sesión 33:** 13 de octubre de 2027
- **Sesión 34:** 20 de octubre de 2027
- **Sesión 35:** 27 de octubre de 2027
- **Sesión 36:** 03 de noviembre de 2027
- **Sesión 37:** 10 de noviembre de 2027
- **Sesión 38:** 17 de noviembre de 2027
- **Sesión 39:** 24 de noviembre de 2027
- **Sesión 40:** 01 de diciembre de 2027





Instituto Nacional de Educación
Médica Continua, A. C.

Profesor titular:

Dr. Dra. Rossana Alcaráz Ortiz

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** de médico cirujano o equivalente.
- 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:** \$8,800.00, fraccionado en:
 - **Inscripción:** \$550.00
 - **Cada módulo:** \$385.00
 - **Cada sesión:** \$110.00

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 !



Téfonos de oficina:

55 5243 7538

55 5243 7539

55 5243 7540

*De lunes a viernes de
09:00 a 18:00 horas*



Sitio Web:

www.inemec.edu.mx



WhatsApp:

55 6422 9847





Instituto Nacional de Educación
Médica Continua, A. C.

ÍNDICE TEMÁTICO PRELIMINAR





Instituto Nacional de Educación
Médica Continua, A. C.

ÍNDICE TEMÁTICO PRELIMINAR

MÓDULO 1: FUNDAMENTOS DE LA NUTRICIÓN

Sesión 01. Energía, metabolismo y nutrientes I.

- Bienvenida y presentación del diplomado.
- Fundamentos del metabolismo energético: obtención, transformación y utilización de la energía a partir de los alimentos.
- Hidratos de carbono: clasificación, calidad, digestión y metabolismo, fuentes alimentarias y efectos sobre la salud.

Sesión 02. Energía, metabolismo y nutrientes II.

- Lípidos: clasificación, digestión y metabolismo, calidad de las grasas, fuentes alimentarias, ingesta recomendada y efectos sobre la salud.
- Proteínas y aminoácidos: clasificación, calidad proteica, digestión, metabolismo, requerimientos y fuentes alimentarias.
- Minerales y oligoelementos: funciones fisiológicas, biodisponibilidad, requerimientos, fuentes alimentarias, deficiencia y exceso.

Sesión 03. Micronutrientes, hidratación y fibra dietética.

- Vitaminas: clasificación, funciones fisiológicas, biodisponibilidad, requerimientos, fuentes alimentarias, deficiencia y exceso.
- Agua y electrolitos: balance hídrico, regulación, requerimientos y factores que modifican las necesidades de hidratación.
- Fibra dietética: clasificación, propiedades fisicoquímicas, fermentabilidad, fuentes alimentarias y efectos metabólicos y sobre la microbiota intestinal.

Sesión 04. Balance y gasto energético.

- Componentes y regulación del balance energético. Principales vías del metabolismo energético e interrelaciones metabólicas entre órganos y tejidos.
- Componentes del gasto energético total y métodos para su medición y estimación.
- Aplicación clínica: estimación e interpretación del gasto energético y de los requerimientos energéticos en diferentes escenarios.





Instituto Nacional de Educación
Médica Continua, A. C.

MÓDULO 2: VALORACIÓN DEL ESTADO NUTRICIONAL.

Sesión 05. Evaluación antropométrica, composición corporal e indicadores bioquímicos.

- El ABCDE de la evaluación del estado nutricional. Indicadores antropométricos y métodos para la evaluación de la composición corporal.
- Mediciones, índices e indicadores antropométricos: IMC, circunferencia de cintura, relación cintura-talla y distribución de la adiposidad.
- Indicadores bioquímicos del estado nutricional.

Sesión 06. Evaluación clínica, dietética y de los determinantes del estado nutricional.

- Indicadores clínicos: evaluación de las condiciones clínicas relacionadas con el estado de nutrición.
- Indicadores dietéticos: valoración de la ingesta y encuestas nutricionales.
- Determinantes sociales, económicos y culturales de la alimentación y del estado nutricional.

Sesión 07. Valoración integral del estado nutricional.

- Casos clínicos para integrar el diagnóstico del estado de nutrición usando el método ABCDE.
- Herramientas digitales, software y aplicaciones para la evaluación y seguimiento nutricional.
- 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: consumo, densidad energética, calidad de la dieta y efectos sobre la salud.

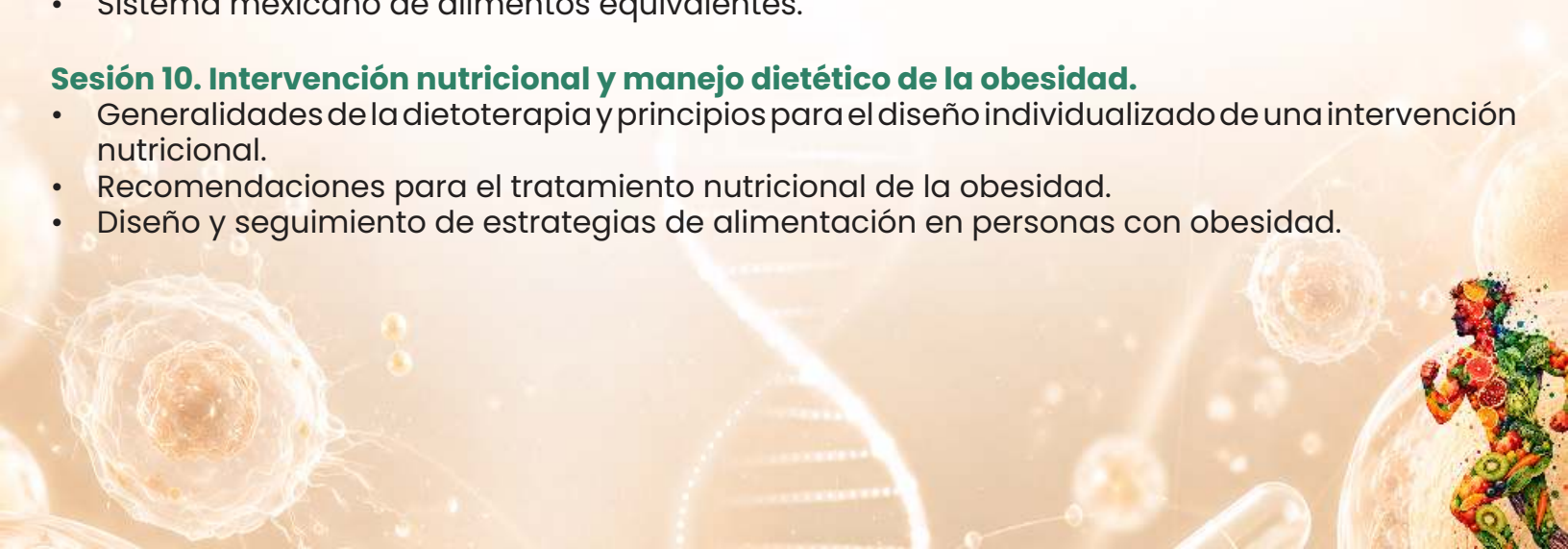
MÓDULO 3: LA ALIMENTACIÓN EN DIFERENTES ETAPAS Y SITUACIONES DE LA VIDA.

Sesión 09. Alimentación saludable y patrones alimentarios.

- Fisiología de la nutrición.
- Patrones alimentarios saludables y su adaptación al contexto sociocultural mexicano: dieta mediterránea y otros.
- Sistema mexicano de alimentos equivalentes.

Sesión 10. Intervención nutricional y manejo dietético de la obesidad.

- Generalidades de la dietoterapia y principios para el diseño individualizado de una intervención nutricional.
- Recomendaciones para el tratamiento nutricional de la obesidad.
- Diseño y seguimiento de estrategias de alimentación en personas con obesidad.





Instituto Nacional de Educación
Médica Continua, A. C.

Sesión 11. Alimentación en la persona adulta mayor y en enfermedades cardiometabólicas.

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

Sesión 12. Alimentación en la mujer y en trastornos de la conducta alimentaria.

- 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 de la conducta alimentaria.

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

Sesión 13. Patrones alimentarios y estrategias nutricionales contemporáneas

- Evidencia, beneficios y riesgos de las dietas bajas en carbohidratos, dieta cetogénica, restricción temporal de la alimentación y ayuno intermitente.
- Beneficios y riesgos de los patrones vegetarianos y de alimentación basada predominantemente en plantas.
- Evidencia comparativa de diferentes patrones dietéticos para la reducción y el mantenimiento del peso.

Sesión 14. Nutrición contemporánea y nutrición de precisión

- Nutrigenómica, nutrigenética y nutrición de precisión: alcances, limitaciones y aplicaciones actuales.
- Alimentos funcionales, nutraceuticos, edulcorantes no calóricos y productos modificados en su composición nutricional.
- 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 Y BASES FISIOPATOLÓGICAS DE LA OBESIDAD.

Sesión 17. Evaluación clínica, diagnóstico y etiopatogenia.

- Obesidad como enfermedad crónica, multifactorial, recurrente y progresiva. Abordaje interdisciplinario.
- Estigma y sesgo de peso. Comunicación clínica y atención centrada en la persona con obesidad.
- Evaluación de la adiposidad y sus complicaciones: IMC, adiposidad central, composición corporal y estratificación del riesgo.

Sesión 18. Fisiopatología y determinantes biológicos.

- Obesidad y disfunción del tejido adiposo.
- Obesidad y microbiota intestinal.
- Ambiente obesogénico, cronodisrupción, sueño, ritmos circadianos y disruptores endocrinos asociados con la obesidad.

Sesión 19. Obesidad, riesgo cardiovascular y otras complicaciones sistémicas.

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

Sesión 20. Complicaciones metabólicas, hepáticas y respiratorias.

- Obesidad, resistencia a la insulina, prediabetes y diabetes mellitus tipo 2.
- Enfermedad hepática esteatósica asociada a disfunción metabólica (MASLD) y esteatohepatitis asociada a disfunción metabólica (MASH).
- Apnea obstructiva del sueño y otras alteraciones respiratorias asociadas a la obesidad.

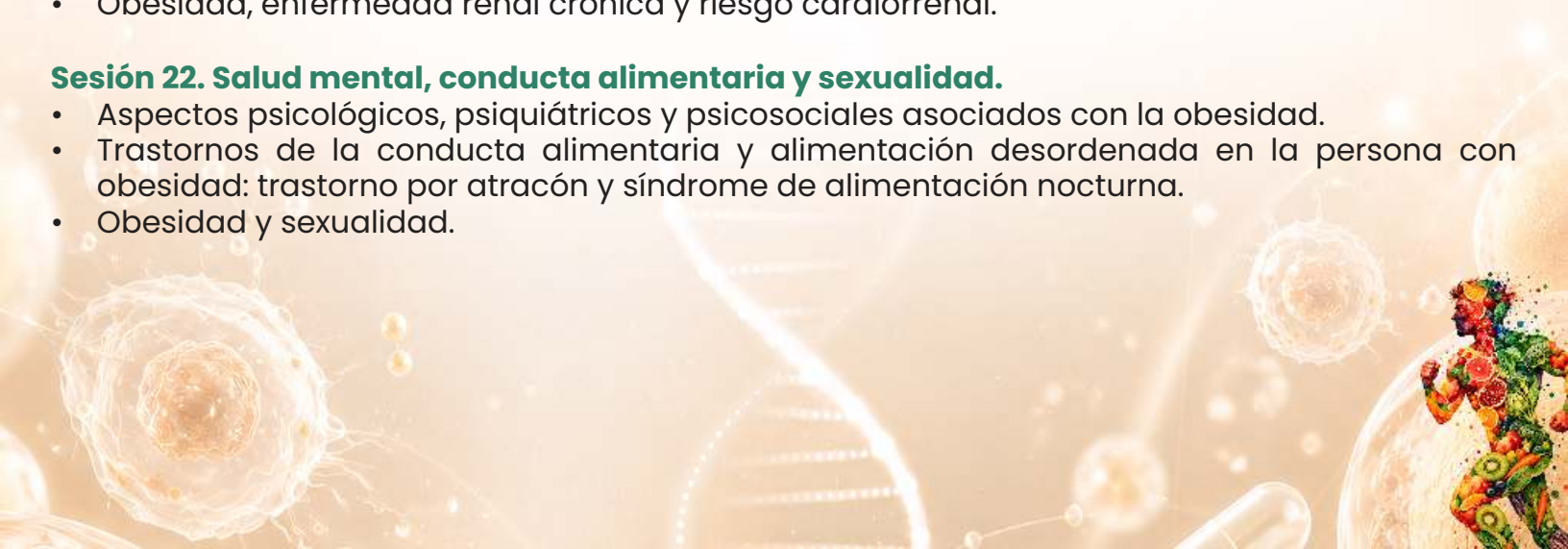
MÓDULO 6: COMPLICACIONES DE LA OBESIDAD Y CONSIDERACIONES EN POBLACIONES ESPECÍFICAS.

Sesión 21. Complicaciones musculoesqueléticas, dermatológicas y renales.

- Artropatía degenerativa y trastornos biomecánicos asociados a la obesidad.
- Alteraciones dermatológicas en el paciente con obesidad.
- Obesidad, enfermedad renal crónica y riesgo cardiorrenal.

Sesión 22. Salud mental, conducta alimentaria y sexualidad.

- Aspectos psicológicos, psiquiátricos y psicosociales asociados con la obesidad.
- Trastornos de la conducta alimentaria y alimentación desordenada en la persona con obesidad: trastorno por atracón y síndrome de alimentación nocturna.
- Obesidad y sexualidad.





Instituto Nacional de Educación
Médica Continua, A. C.

Sesión 23. Obesidad en el hombre y en la persona adulta mayor.

- Obesidad, hipogonadismo y disfunción eréctil.
- Envejecimiento, cambios en la composición corporal y obesidad.
- Sarcopenia y obesidad sarcopénica: evaluación, consecuencias y abordaje.

Sesión 24. Obesidad en la mujer.

- Obesidad y sus consecuencias en la fertilidad, síndrome de ovario poliquístico y 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, balance energético y bases del tratamiento farmacológico.

- Balance energético y composición corporal.
- Regulación neuroendocrina y gastrointestinal del hambre, la saciedad y la recompensa alimentaria.
- Fundamentos del tratamiento farmacológico de la obesidad: indicaciones, objetivos terapéuticos, selección individualizada, seguridad y tratamiento a largo plazo.

Sesión 26. Tratamiento farmacológico de la obesidad basado en incretinas.

- Sistema incretínico y fundamentos farmacológicos de los agonistas del receptor GLP-1.
- Semaglutida y otras terapias basadas en GLP-1: eficacia, seguridad, indicaciones, contraindicaciones y titulación.
- Agonismo dual GIP/GLP-1 y tirzepatida: eficacia, seguridad, selección de pacientes y efectos sobre complicaciones relacionadas con la adiposidad.

Sesión 27. Otras estrategias farmacológicas en obesidad.

- Orlistat y otros tratamientos farmacológicos con indicación para el manejo de la obesidad.
- Simpaticomiméticos y otros fármacos disponibles en México: indicaciones, limitaciones, contraindicaciones y vigilancia de seguridad.
- Suplementos, productos herbolarios y productos utilizados para pérdida de peso: evidencia, riesgos e interacciones.

Sesión 28. Individualización, seguimiento e intensificación del tratamiento de la obesidad.

- Estrategias de adherencia al tratamiento para la obesidad.
- Selección del tratamiento de acuerdo con adiposidad, complicaciones, comorbilidades, objetivos terapéuticos, preferencias y respuesta clínica.
- Casos clínicos integradores: evaluación de respuesta, efectos adversos, intensificación, mantenimiento y prevención de la recuperación ponderal.



Instituto Nacional de Educación
Médica Continua, A. C.

MÓDULO 8: OBESIDAD INFANTIL.

Sesión 29. Intervención conductual y tratamiento metabólico-bariátrico de la obesidad.

- Intervención conductual y psicoeducativa: entrevista motivacional, establecimiento de metas, automonitoreo, adherencia y prevención de recaídas.
- Indicaciones, principales procedimientos, beneficios y riesgos de la cirugía metabólica y bariátrica.
- Evaluación y manejo médico-nutricional antes y después de la cirugía metabólica y bariátrica: deficiencias nutricionales, seguimiento y recuperación ponderal.

Sesión 30. Crecimiento, desarrollo y etiología de la obesidad pediátrica.

- 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.

Sesión 31. Obesidad y complicaciones cardiometabólicas en pediatría.

- Factores de riesgo, diagnóstico y evaluación integral de la obesidad en edad pediátrica.
- Evaluación de complicaciones cardiometabólicas asociadas con la obesidad en niños y adolescentes
- Manejo integral y criterios de referencia de la obesidad 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 y actividad física.

- Riesgos asociados con la inactividad física y el comportamiento sedentario. Beneficios del ejercicio para 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.
- Evaluación previa y prescripción individualizada del ejercicio en la persona adulta con obesidad y comorbilidades.



Instituto Nacional de Educación
Médica Continua, A. C.

Sesión 35. Entrenamiento aeróbico, fuerza y aptitud física.

- Ejercicio físico para la mejora de la fuerza muscular.
- Ejercicio físico para la mejora de la resistencia cardiorrespiratoria.
- Ejercicio físico orientado hacia la movilidad, flexibilidad, equilibrio y capacidad funcional.

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 de la obesidad durante la infancia y adolescencia.

- Influencia familiar y sociocultural en el desarrollo de obesidad durante la infancia.
- La familia como agente promotor de estilos de vida saludables.
- Actividad física, reducción del comportamiento sedentario y promoción de estilos de vida saludables durante la infancia y adolescencia.

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
26
AÑOS

En la educación continua
de los médicos generales



Puede consultar otros eventos en

www.inemec.edu.mx