

Consell alimentari en la infància i l'adolescència

Del 15/09/2021 al 15/12/2021

Aula virtual Subdirecció de Promoció de la Salut
Agència de Salut Pública de Catalunya

Antecedents

El consell alimentari en la infància i l'adolescència des de l'àmbit de l'atenció primària és un element clau per reforçar en les famílies la importància de l'aprenentatge d'hàbits alimentaris saludables que, a més de facilitar un bon estat nutricional i un creixement òptim, pot ajudar a consolidar un comportament alimentari que repercuteixi en l'estat de salut de les persones adultes.

La consulta de pediatria és un entorn idoni per facilitar pautes alimentàries adequades a les característiques, possibilitats i circumstàncies socials i culturals dels infants i les seves famílies, així com per detectar grups de risc relacionats amb determinats patrons alimentaris, i propiciar la consecució de canvis que puguin ser mantinguts en el temps per tal de prevenir determinats trastorns i patologies.

Aquest curs forma part de l'oferta formativa del Pla integral per a la promoció de la salut mitjançant l'activitat física i l'alimentació saludable (PAAS), de l'Agència de Salut Pública de Catalunya (ASPCAT), amb l'objectiu d'actualitzar els coneixements sobre nutrició i alimentació infantil en base l'evidència científica, a l'oferta de noves eines i amb la possibilitat d'aprofundir en alguns temes d'especial interès per als/a les professionals de l'atenció primària de salut.

Objectius

Objectiu general

- Actualitzar els coneixements sobre nutrició i alimentació infantil en base a l'evidència científica més actual, oferint noves eines i aprofundint en alguns temes d'especial interès per als/a les professionals de l'atenció primària de salut.

Objectius específics

Al finalitzar el curs els/les participants seran capaces de:

- Identificar els beneficis de la lactància materna per tal de millorar-ne el consell.
- Conèixer les noves tendències en l'alimentació complementària i comparar-les amb les tradicionals.
- Detectar i diferenciar aliments i patrons de conducta sans i malsans.
- Reconèixer l'abordatge alimentari i dietètic en cas d'al·lèrgies alimentàries i celiaquia, així com identificar-ne el tractament adequat en cada cas.

- Conèixer i aprofundir en la prevenció i l'abordatge de l'excés de pes des de l'atenció primària, des de la vessant dietètica, d'activitat física i de l'acompanyament emocional.
- Contemplar les dietes alternatives en poblacions immigrants com a part del procés d'identificació cultural i saber oferir consell dietètic d'acord amb aquestes situacions.
- Aplicar els coneixements bàsics sobre la pauta alimentària vegetariana en la infància.
- Avaluar els coneixements teòrics adquirits en l'aplicació pràctica de simulacres de visites a la consulta.

Durada i temari

Durada: 40 h

Dedicació estimada 3 mesos.

Inici del curs: 15/09/2021

Finalització del curs: 15/12/2021

TEMARI

1. Introducció
2. Període de lactància exclusiva
3. Alimentació complementària
4. Recomanacions per a una alimentació saludable en la infància
5. Intoleràncies i al·lèrgies
6. Obesitat en l'infant i l'adolescent
7. Consell alimentari en poblacions immigrants i amb dietes alternatives

Metodologia

El curs és essencialment pràctic i es pretén aportar coneixements mitjançant:

- Part teòrica, elaborada per autors/es de reconeguda trajectòria professional, que cal consultar abans de realitzar la part pràctica. Es pot descarregar en format PDF.
- Part pràctica, en format de 4 jocs de simulació escenificats a la consulta d'un centre de salut, que entrenaran habilitats i facilitaran la capacitat. El seguiment dels casos implica la lectura dels guions i la presa de decisions, amb els feedbacks corresponents. Visitareu quatre famílies, i cadascuna té programades una sèrie de visites mitjançant les quals es farà un recorregut simulat per la vida de cada personatge durant uns mesos. En aquestes visites es plantejaran situacions diverses que haureu d'abordar i resoldre, prenent decisions segons el vostre criteri i coneixements. Segons la resposta que doneu, rebreu un retorn (feedback) positiu que us permetrà avançar, o negatiu, que caldrà reconsiderar.

El curs és en línia i la metodologia d'estudi es basa en els següents punts:

- Lectura prèvia de documentació teòrica.
- Treball amb situacions pràctiques i la seva resolució.

- El curs està basat en el model d'aprenentatge per assaig i error, de manera que l'error no es penalitza sinó que forma part de l'aprenentatge.
- Aprofundiment teòric dels temes treballats en les situacions.
- Consultes amb la tutora.

Dirigit a

Col·lectiu principal: Professionals de la salut titulats: metges/esses, infermers/es, dietistes-nutricionistes, odontòlegs/es.

Altres col·lectius: El curs va dirigit principalment a professionals d'Atenció Primària que ofereixen consell alimentari a població infantil. No obstant això, també poden realitzar el curs professionals d'altres àmbits que vulguin formar-se el tema.

Places: 300

Equip Docent: Coordinació i tutoria

Coordinació del curs

Maria Manera. Dietista-nutricionista. Agència de Salut Pública de Catalunya.

Gemma Salvador. Dietista-nutricionista. Agència de Salut Pública de Catalunya.

Tutora del curs

Maria Manera. Dietista-nutricionista. Agència de Salut Pública de Catalunya.

Acreditació

Per aconseguir el certificat d'aprofitament del curs cal realitzar totes les visites i superar l'examen final tipus test. Aquesta activitat està acreditada pel Consell Català de la Formació Continuada de les Professions Sanitàries amb 5,8 crèdits (té una durada de 40 hores), per a professions sanitàries reconegudes per la LOPS.