

**PROGRAMA**  
**Unidad curricular optativa**  
**RECORDATORIO DE 24 HORAS Y FORMULARIO DE FRECUENCIA DE**  
**FRECUENCIA DE CONSUMO DE ALIMENTOS CÓMO MÉTODOS DE**  
**MEDICIÓN DE LA INGESTA DE ALIMENTOS.**

**Ubicación en la malla curricular:** Segundo semestre.

**Créditos:** 9.

**Carga horaria:** 80 horas.

**Unidad Académica responsable:** Centro de Posgrado, Nutrición Básica, Nutrición Clínica y Nutrición Poblacional.

**Docente/s responsable/s:** Luisa Saravia.

**Recomendaciones de conocimientos previos:** sin recomendaciones.

**Objetivo General:** Al finalizar el curso, el estudiante habrá adquirido el conocimiento y la destreza en la medición de la ingesta de alimentos a través de recordatorios de 24 horas y formularios de frecuencia de consumo de alimentos a población de embarazadas, adultos y adultos mayores de Montevideo y el interior del país.

**Objetivos Específicos:**

El estudiante podrá:

- Aplicar recordatorios de 24 horas a diferentes grupos de población de embarazadas, adultos y adultos mayores de Montevideo y el interior del país.
- Aplicar formularios de frecuencia de consumo de alimentos a diferentes grupos de población de embarazadas, adultos y adultos mayores de Montevideo y el interior del país.
- Ingresar los datos de ingesta de alimentos obtenidos en una base de datos diseñada para ese fin.
- Analizar los datos de ingesta de los grupos de población encuestados.

**Contenidos Temáticos:**

Recordatorio de 24 horas de múltiples pasos.

Formulario de frecuencia de consumo de alimentos.  
Modelos de alimentos para estimar tamaño de porciones.  
Programas informáticos para el procesamiento de datos de las encuestas.

### **Metodología:**

Clases teóricas presenciales y sincrónicas a través de plataforma ZOOM de capacitación en la aplicación del recordatorio de 24 horas, en el formulario de frecuencia de consumo de alimentos y en el uso del programa informático para el procesamiento de datos.

Trabajo práctico en clase.

Trabajo de campo (Montevideo e Interior del país), con supervisión del equipo investigador responsable.

### **Evaluación:**

Sumativa y formativa a través de instancias individuales y grupales que consistirán en autoevaluaciones y trabajos grupales.

### **Bibliografía:**

Nutrición y salud pública: métodos, bases científicas y aplicaciones; Lluís Serra Majem, Javier Aranceta Bartrina, Francisco José Mataix Verdú; Elsevier España, 2012

Nutritional Epidemiology; Walter Willet; Oxford University Press; 2013

Desarrollo, validación y medición de la fiabilidad de formularios de frecuencia de consumo de alimentos para niños y adolescentes, tesis de doctorado, Luisa Saravia, 2018 (<https://zaguán.unizar.es/record/90520/files/TESIS-2020-106.pdf>)

Métodos para evaluar el consumo de alimentos, segunda parte, Departamento de Nutrición Poblacional, Escuela de Nutrición, UDELAR, Mónica Britz y Mariana Simoncelli, 2020

Saravia, L., Moliterno, P., Skapino, E., Moreno, L.A. (2022). Food Diary, Food Frequency Questionnaire, and 24-Hour Dietary Recall. In: Betim Cazarin, C.B. (eds) Basic Protocols in Foods and Nutrition. Methods and Protocols in Food Science . Humana, New York, NY. [https://doi.org/10.1007/978-1-0716-2345-9\\_15](https://doi.org/10.1007/978-1-0716-2345-9_15)