



# ALIMENTACIÓN BASADA EN PLANTAS CON ENFOQUE VEGANO

MAYO - JUNIO 2024



## Curso de Educación Permanente Programa

**Duración:** 6 de mayo al 27 de junio de 2024

**Créditos:** 2 créditos

**Carga horaria:** 30 horas

**Dirigido a:** Licenciados en Nutrición

**Modalidad:** Virtual

Se realizarán actividades asincrónicas y sincrónicas (17 a 19 hs).

**Coordinación:** Prof. Adjta. Soledad Castro

### **Equipo docente:**

Prof. M. Jacqueline Lucas y Asist. Sofía Petingi (Dpto. De Nutrición Básica)

Prof. Flavia Noguera, Prof. Agda. Virginia Natero, Prof. Adjta. Silvia Gigante y Prof. Adjta. Allyson Gómez (Dpto. De Alimentos)

Prof. Adjto. Gustavo Laborde (Dpto. Nutrición Poblacional)

Prof. Agda. Marina Moirano (Dpto. de Nutrición Clínica)

Asist. Natalia La Rocca (Dpto. de Nutrición Clínica)

Prof. Adjta. Soledad Castro (Dpto. de Administración de Servicios de Alimentación y Nutrición)

Asist. Vanessa Gugliucci (Unidad Académica de Prácticas)

**Objetivo:**

Contribuir en la formación del Licenciado en Nutrición, respecto a los conocimientos básicos sobre la Alimentación Basada en Plantas con enfoque vegano.

**Contenidos:**

- Historia de la dieta vegetariana y vegana. Vegetarianismo, veganismo y anarquismo en el Uruguay de principios del siglo XX.
- Concepto de la Dieta Vegetariana, Vegana y Alimentación Basada en Plantas (ABP). Posturas y consenso.
- Beneficios, importancia como dieta sostenible y posibles riesgos. Prevención de enfermedades.
- Nutrientes de cuidado. Suplementos Nutricionales. Procedimientos para mejorar la biodisponibilidad de los nutrientes.
- Estimación de necesidades nutricionales.
- Tratamiento nutricional en ciertas enfermedades.
- Normativa europea y de la región. Identificación de productos veganos y derechos del consumidor.

**Evaluación:**

Para aprobar el curso es necesario:

- Participación en al menos 2 encuentros sincrónicos
- Entrega de trabajo final (27 de junio de 2024)