



PROGRAMA DEL CURSO: NUEVAS TÉCNICAS DE CONSEJO NUTRICIONAL

EN LA FARMACIA COMUNITARIA



UNIVERSIDAD
COMPLUTENSE
MADRID



Transforma tu práctica farmacéutica con el Programa de Coaching y Consejo Nutricional en la Farmacia Comunitaria.



Este programa formativo diseñado por Cofares Formación y el **Departamento de Nutrición y Ciencia de los Alimentos de Facultad de Farmacia de Universidad Complutense de Madrid** está confeccionado para desarrollar y aplicar herramientas efectivas que permitirán a farmacéuticos y sus equipos facilitar el cambio de hábitos en sus clientes/pacientes.

A través de la concienciación, motivación y capacitación en consejo nutricional, podrás ofrecer un servicio de valor que marque la diferencia.

Dirigido a:

Dirigido a: Titulares, Adjuntos y equipos de farmacias socias de Cofares

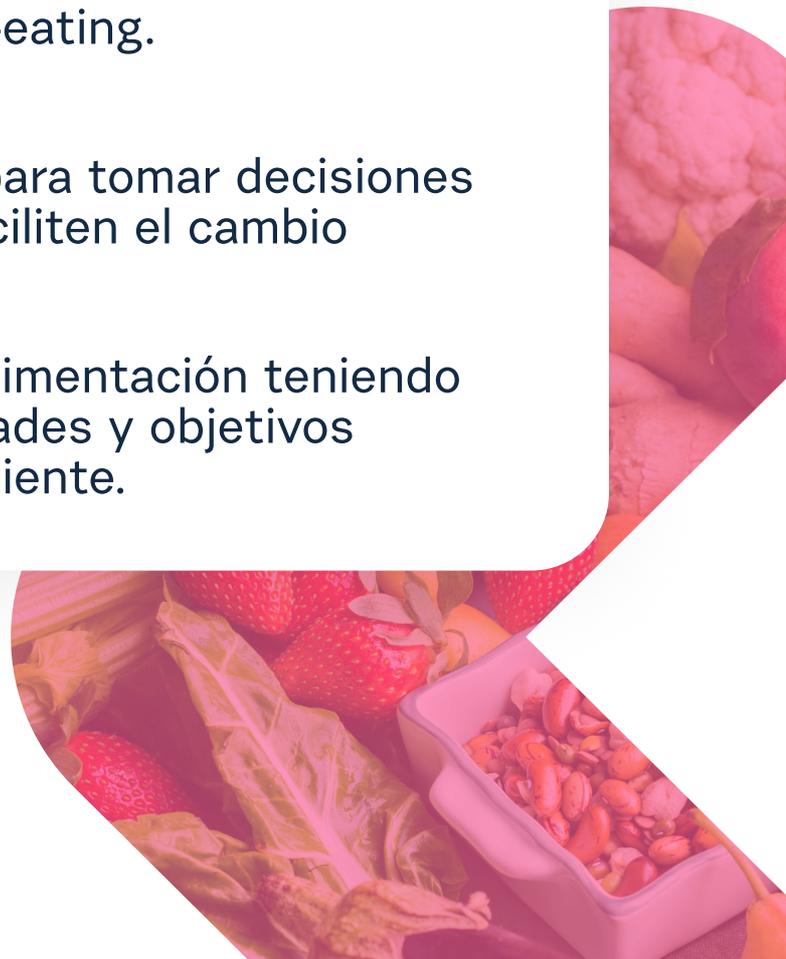


Objetivos



Después de cursar este programa, el alumno podrá:

- Establecer una relación de confianza con el cliente y comunicar eficazmente
- Despertar la motivación de las personas
- Analizar las bases de la alimentación consciente, el mindful-eating.
- Aplicar herramientas para tomar decisiones personalizadas que faciliten el cambio
- Diseñar consejos de alimentación teniendo en cuenta las necesidades y objetivos individuales de cada cliente.



Materias

Módulo 1 – Coaching y Asesoramiento Nutricional

- **¿Qué es el coaching nutricional?** Fundamentos y evidencia científica
- **Herramientas del coaching para el cambio de hábitos:** etapas de disposición al cambio y abordajes en salud; similitudes y diferencias entre atención tradicional, coaching nutricional, psiconutrición, entrevista motivacional y otras
- **Habilidades comunicativas para profesionales de la salud:** comunicación efectiva, tipos de comunicación y habilidades (empatía, rapport, escucha activa, reformulación, preguntas abiertas, afirmaciones, reflejos y sumarios)
- **Habilidades del paciente:** escuchar, autorreflexión, asertividad, proactividad
- **Metodología del coaching nutricional (I):** objetivos, motivación, barreras, recursos, estrategias
- **Metodología del coaching (II):** herramientas de concienciación y motivación para el cambio. Ejemplos
- **Metodología del coaching nutricional (III):** plan de acción, evaluación y evolución
- **Metodología del coaching (IV):** herramientas de capacitación y empoderamiento. Ejemplos
- **Alimentación consciente:** mindful eating
- **Protocolo de actuación en la oficina de farmacia:** casos prácticos
- **Tutorías**

Módulo 2 – Valoración nutricional

- **Proceso de atención nutricional** y concepto de alimentación saludable
- **Evaluación dietética (I):** controversias en alimentación y nutrición. Determinantes del comportamiento alimentario
- **Evaluación dietética (II):** guías alimentarias. Diseño de recomendaciones nutricionales
- **Evaluación antropométrica:** composición corporal y contornos
- **Evaluación bioquímica:** interpretación de análisis
- **Evaluación de otros aspectos relacionados con el estilo de vida:** actividad física, importancia del sueño, determinantes del comportamiento alimentario (estrés, ansiedad)
- **Nutrición y uso de suplementos**
- **Casos prácticos y elaboración de informes**
- **Tutorías**

Módulo 3 – Trabajo final

- **Explicación del trabajo fin de curso**
- **Exposición y defensa de trabajos**

Claustro

- **Aranzazu Aparicio Vizquete**
Profesora del Departamento de Nutrición y Ciencia de los Alimentos – Vicedecana de Planificación Docente e Infraestructuras. Facultad de Farmacia. Universidad Complutense de Madrid. Grupo de Investigación VALORNUT.
- **María del Carmen Lozano Estevan**
Profesora del Departamento de Nutrición y Ciencia de los Alimentos – Vicedecana de Estudiantes y Prácticas Externas. Facultad de Farmacia. Universidad Complutense de Madrid. Grupo de Investigación VALORNUT.
- **África Laura Peral Suárez**
Investigadora Postdoctoral – Margarita Salas. Departamento de Nutrición y Ciencia de los Alimentos. Facultad de Farmacia. Universidad Complutense de Madrid. Grupo de Investigación VALORNUT
- **Carmen Peris Hevia**
Farmacéutica, Nutricionista - Product Manager
Servicios B2B2C - Cofares.
- **María del Carmen Moreno de Castro**
Farmacéutica Comunitaria, Licenciada en Psicología, Vocal de Nutrición en el Colegio Oficial de Farmacéuticos de Burgos.

Organización y Derechos de Admisión



El programa tiene un **formato online** para que puedas acceder al contenido de manera flexible y adaptada a tu horario.

Sesiones síncronas con grabaciones que posteriormente se podrán visualizar en una biblioteca de contenidos. Los derechos de matrícula son **499 €** para **socios del Grupo Cofares** (se entiende por socio titular, adjuntos o cualquier persona del equipo de una farmacia socia) y **699€** para **público en general**.

- Las veinte primeras plazas de farmacias Socias de Cofares, obtendrán un descuento del 20% del precio sobre los derechos de matrícula.
- Plazas asignadas por riguroso orden de inscripción.
- Programa formativa bonificable a través del aplicativo Fundae.

CALENDARIO

Jornada Online
 Festivo
 Explicación del Trabajo Final
 Exposición y Defensa de Trabajos

SEPTIEMBRE						
L	M	X	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

OCTUBRE						
L	M	X	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

NOVIEMBRE						
L	M	X	J	V	S	D
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

DICIEMBRE						
L	M	X	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

FEBRERO						
L	M	X	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	



 **COFARES**