Modalidad **Virtual**



DIPLOMATURA INTERNACIONAL EN

Medicina del Estilo de Vida

Prevención, tratamiento y remisión de enfermedades crónicas mediante la aplicación de intervenciones basadas en evidencia

+54 9 11 21823616

Duración:

200 hs.

Días y horarios:

Del 3 de marzo al 12 de noviembre
Publicación de clases grabadas: miércoles a las 9:00 (hora argentina).
Exámenes: habilitación los lunes.
Encuentros docentes mensuales en vivo de 9 a 11 hs.

Calendario:

FECHA	ÁREA / INSTANCIA	CONTENIDO / ACTIVIDAD	DOCENTES
03/03/2027	Apertura	Introducción a la MEV	Evelyn Re
10/03/2027	Coaching	Herramientas de coaching en salud.	Evelyn Re y Hernán Maroni
17/03/2027	Nutrición	Evidencia en nutrición	Evelyn Re
24/03/2027	Nutrición	Introducción a la nutrición I y II. Nutrientes	Evelyn Re
31/03/2027	Nutrición	Omega-3 y hierro	Evelyn Re
07/04/2027	Nutrición	Vitamina B12	Evelyn Re
14/04/2027	Nutrición	Calcio y salud ósea	Evelyn Re
21/04/2027	Nutrición	Vitamina D, yodo y zinc	Evelyn Re
28/04/2027	Nutrición	Carbohidratos y fibra	Francisca Soto Aguilar y Evelyn Re
05/05/2027	Nutrición	Proteínas	Evelyn Re
12/05/2027	Nutrición	Grasas y aceites	Evelyn Re
19/05/2027	Nutrición	Medicina culinaria y lectura de etiquetas	Hernán Maroni y Evelyn Re
26/05/2027	Nutrición	Nutrición en niños y embarazo	Ilanit Bomer y Carla Ballesteros
02/06/2027	Nutrición	Nutrición deportiva	Sabrina Goddard
09/06/2027	Epigenética y microbiota	Epigenética	Marcela Brocco
16/06/2027	Epigenética y microbiota	Introducción a la microbiota	Evelyn Re

FECHA	ÁREA / INSTANCIA	CONTENIDO / ACTIVIDAD	DOCENTES
23/06/2027	Epigenética y microbiota	Microbiota en adultos y niños	Sabrina Critzman e Ignacio Caldo
30/06/2027	Epigenética y microbiota	Alimentos fermentados y probióticos	Dana Watson
07/07/2027	Abordaje de ECNT	Abordaje de enfermedad cardiovascular y diabetes tipo 2	Evelyn Re y Francisca Soto Aguilar
14/07/2027	Abordaje de ECNT	Abordaje de cáncer, enfermedad renal crónica y enfermedad cerebrovascular	Cinthya Rossi, Marcela Sandoval y Marcela Casonu
21/07/2027	Preparación del parcial	Semana de estudio y repaso; sin publicación de clase nueva	—
28/07/2027	Examen parcial	Semana de evaluación; examen habilitado el lunes 26/07/2027	—
04/08/2027	Actividad física	Introducción a la actividad física. Consecuencias del sedentarismo.	Evelyn Re
11/08/2027	Actividad física	Actividad física programada. Prescripción de actividad física.	Julieta Coronado
18/08/2027	Actividad física	Actividad física en niños	Pablo Añon
25/08/2027	Cronobiología y sueño	Bases de la cronobiología. Homeostasis de los ritmos.	Evelyn Re
01/09/2027	Cronobiología y sueño	Sueño e higiene del sueño	Evelyn Re
08/09/2027	Cronobiología y sueño	Trabajo nocturno y rotativo. Crononutrición.	Evelyn Re
15/09/2027	Estrés	Neurociencia del estrés	Ismael Palacios
22/09/2027	Estrés	Gestión del estrés y mindfulness	Cristóbal Carrasco
29/09/2027	Estrés	Gestión de la ansiedad	Mariana Pérez
06/10/2027	Adicciones	Neurociencia de las adicciones	Francisco Dadic
13/10/2027	Adicciones	Abordaje de tabaquismo y alcoholismo	Francisco Dadic
20/10/2027	Adicciones	Acompañamiento psicosocial en adicciones	Carlos Mohr
27/10/2027	Conectividad	Conectividad y vínculos	Evelyn Re

FECHA	ÁREA / INSTANCIA	CONTENIDO / ACTIVIDAD	DOCENTES
03/11/2027	Integración final	Semana de integración, repaso y estudio de casos longitudinales; sin clase nueva	Equipo docente
08/11/2027	Examen final	Habilitación del examen final el lunes 08/11/2027	—
15/11/2027	Cierre académico	Cierre de la cursada.	Coordinación académica

Programación propuesta de los encuentros mensuales sincrónicos (*)

FECHA PROPUESTA	DÍA	HORARIO (ARG.)	ACTIVIDAD CENTRAL
17/03/2027	Miércoles	09:00–11:00	Introducción a la Medicina del Estilo de Vida y herramientas de coaching en salud
28/04/2027	Miércoles	09:00–11:00	Nutrición: evidencia científica, micronutrientes y suplementación
26/05/2027	Miércoles	09:00–11:00	Nutrición: macronutrientes, planificación alimentaria y medicina culinaria
16/06/2027	Miércoles	09:00–11:00	Nutrición en el ciclo vital y nutrición deportiva. Discusión de casos clínicos
21/07/2027	Miércoles	09:00–11:00	Epigenética, microbiota y abordaje de enfermedades crónicas no transmisibles
25/08/2027	Miércoles	09:00–11:00	Prescripción de actividad física y resolución de casos clínicos
15/09/2027	Miércoles	09:00–11:00	Cronobiología, sueño, crononutrición y seguimiento de hábitos
13/10/2027	Miércoles	09:00–11:00	Neurociencias del estrés, gestión del estrés y estrategias clínicas
03/11/2027	Miércoles	09:00–11:00	Abordaje de adicciones, vínculos sociales e integración final de casos clínicos

(*) Los encuentros sincrónicos constituyen espacios mensuales de intercambio con el equipo docente, destinados a la resolución de consultas, integración de conocimientos, discusión de casos clínicos y seguimiento de casos longitudinales.

Universidad Abierta Inte
UAI

Se programarán con un intervalo mínimo de una semana desde la publicación de la última clase correspondiente al bloque temático que se abordará, procurando disponer de dos semanas cuando la organización del cronograma lo permita.

Los estudiantes que no puedan participar en vivo tendrán disponible la grabación del encuentro y podrán completar las actividades asincrónicas equivalentes.

Modalidad y localización:

Virtual

Aranceles (*):

Matrícula: $50000.
Externos: Contado $1008000 ó 9 cuotas de $135000.
Comunidad UAI y miembros de la Asociación Médica Argentina de Medicina del Estilo de Vida: Contado $864000 ó 9 cuotas de $108000.

Extranjeros no residentes en Argentina (**):
Matrícula: USD 40.
Arancel: Contado USD 1050 ó 9 cuotas de USD 135.

Sociedad Chilena de Medicina y Nutrición Preventiva (**):
Matrícula: USD 40.
Arancel: Contado USD 900 ó 9 cuotas de USD 115.

Abonando la matrícula antes del 31/12/26 se descontará su valor del pago de la primera cuota

(*) En caso de elegir la opción de pago al contado deberá avisarnos al momento de abonar la matrícula, o dentro del primer mes de cursado a uai.extensionrosario@uai.edu.ar ó al WhatsApp: +54 9 11 2182-3616. Transcurrido ese período la opción ya no será válida y deberá pagar obligatoriamente las cuotas mensuales según el valor establecido en cada capacitación

(**) Los aranceles de esta actividad comprenden únicamente los conceptos de matrícula y cuota. Todo impuesto, tasa o contribución asociada a los pagos en dólares estadounidenses que pudiera ser aplicada por el país de origen, así como cualquier otra suma que se adicione en virtud de las tarifas vigentes en la entidad bancaria al momento de realizar la transacción, queda a exclusivo cargo del alumno.

Requisitos de admisión:

Médicos matriculados.

Enfoque general:

La Diplomatura Internacional en Medicina del Estilo de Vida es una propuesta de educación continua de nueve meses de cursada (marzo a noviembre de 2027), dirigida a médicos con título habilitante, matriculados o en proceso de matriculación, de habla hispana.

Ofrece una formación clínica interdisciplinaria y basada en evidencia para la prevención y el tratamiento de enfermedades crónicas no transmisibles y, cuando corresponda, su posible remisión, mediante intervenciones sobre alimentación, actividad física, sueño, estrés, consumo de sustancias y vínculos sociales. Incluye el diseño de planes terapéuticos individualizados y el seguimiento de casos clínicos longitudinales.

La formación se desarrolla en modalidad 100% virtual, combinando contenidos asincrónicos, actividades prácticas y encuentros mensuales de intercambio con el equipo docente.
La Diplomatura Internacional en Medicina del Estilo de Vida cuenta con equivalencia formativa reconocida por el International Board of Lifestyle Medicine (IBLM), vigente para acreditar el componente académico requerido para acceder al examen internacional de certificación en Medicina del Estilo de Vida, conforme a los demás requisitos de elegibilidad establecidos por dicho organismo.

Objetivos:

• Identificar los determinantes modificables de las enfermedades crónicas y evaluar críticamente la evidencia de intervenciones en Medicina del Estilo de Vida.
• Integrar estrategias de alimentación basada en plantas, actividad física, cronobiología y sueño, gestión del estrés, prevención de adicciones y conectividad social en la atención clínica.
• Diseñar planes de intervención individualizados, realistas y sostenibles, aplicando herramientas de entrevista motivacional y coaching en salud.
• Seleccionar intervenciones apropiadas para diferentes etapas de la vida y condiciones clínicas, atendiendo a seguridad, factibilidad y preferencias del paciente.
• Analizar la evolución longitudinal de casos clínicos y justificar ajustes terapéuticos con base en la respuesta observada y en fuentes científicas confiables.

Universidad Abierta Inter
UAI

Resultados de Aprendizaje:

• Analizar los determinantes y factores de riesgo modificables de ECNT, mediante lectura crítica de guías y estudios científicos aplicados a casos clínicos.
• Diseñar un plan integral de Medicina del Estilo de Vida, a partir de una historia clínica y valoración individual del riesgo, las preferencias y la factibilidad de cada intervención.
• Prescribir intervenciones nutricionales basadas en plantas, ajustando nutrientes críticos, suplementación y seguimiento a la etapa vital y las condiciones clínicas de casos simulados.
• Seleccionar y justificar recomendaciones de actividad física, de acuerdo con edad, comorbilidades, capacidades funcionales y guías vigentes en una situación clínica concreta.
• Proponer intervenciones sobre higiene del sueño, regularidad circadiana, estrés y ansiedad, a partir del análisis de rutinas y circunstancias de pacientes hipotéticos.
• Aplicar herramientas de coaching y entrevista motivacional, durante ejercicios de simulación clínica orientados a favorecer la adherencia y la autonomía del paciente.
• Interpretar evidencia sobre microbiota y epigenética, en actividades de discusión de publicaciones científicas y evaluación de su relevancia clínica.
• Planificar abordajes de reducción o cese de consumo de sustancias y fortalecimiento de vínculos sociales, al resolver casos clínicos y reconocer criterios de derivación.
• Evaluar y reformular un plan terapéutico longitudinal, empleando indicadores clínicos y conductuales registrados en distintas etapas del caso.

Contenidos:

Módulo 1. Introducción a la Medicina del Estilo de Vida

Fundamentos y pilares de la MEV; prevención, tratamiento y posible remisión de ECNT. Clase: 03/03.

Módulo 2. Coaching en salud

Comunicación clínica, entrevista motivacional, objetivos centrados en el paciente, cambio conductual y adherencia. Clase: 10/03.

Módulo 3. Nutrición basada en plantas: fundamentos y prescripción

Lectura criteriosa de la evidencia en nutrición. Nutrientes y patrones alimentarios; ácidos grasos omega-3, hierro, vitamina B12, calcio, salud ósea, vitamina D, yodo, zinc, carbohidratos, fibra, proteínas, grasas y aceites; lectura de etiquetas y medicina culinaria. Clases: 17/03 a 19/05.

Módulo 4. Nutrición basada en plantas en el ciclo vital

Alimentación infantil, embarazo, necesidades por etapa de vida y nutrición deportiva; valoración de riesgos y suplementación individualizada. Clases: 26/05 y 02/06.

Universidad Abierta Inte
UAI

Módulo 5. Epigenética y microbiota
Fundamentos de epigenética; microbiota en adultos y niños; alimentos fermentados y probióticos; alcances y limitaciones de la evidencia clínica. Clases: 09/06 a 30/06.

Módulo 6. Medicina del Estilo de Vida en el abordaje de ECNT
Abordaje de enfermedad cardiovascular, diabetes tipo 2, cáncer, enfermedad renal crónica y enfermedad cerebrovascular; integración clínica. Clases: 07/07 y 14/07.

Módulo 7. Actividad física y ejercicio
Sedentarismo, prescripción individualizada de actividad física, ejercicio programado y actividad física en la infancia. Clases: 04/08 a 18/08.

Módulo 8. Cronobiología y sueño
Bases de ritmos biológicos, regulación circadiana, sueño, higiene del sueño, trabajo nocturno y rotativo, y crononutrición. Clases: 25/08 a 08/09.

Módulo 9. Neurociencias del estrés
Neurociencia del estrés, estrategias de gestión del estrés, ansiedad y herramientas de acompañamiento. Clases: 15/09 a 29/09.

Módulo 10. Adicciones y sustancias de riesgo
Consumo de sustancias, prevención y control de adicciones, acompañamiento y derivación oportuna. Clases: 06/10 a 20/10.

Módulo 11. Conectividad y vínculos sociales
Conectividad social, calidad de vínculos, apoyo social y su integración con el bienestar y la atención clínica. Clase: 27/10.

Exámenes
Examen parcial: habilitación el lunes 26/07/2027, dentro de la semana consignada como 28/07/2027.
Examen final: habilitación el lunes 08/11/2027; cierre académico el lunes 15/11/2027.

Metodología:

La Diplomatura Internacional en Medicina del Estilo de Vida se desarrolla bajo una modalidad 100% virtual, con una carga académica total de 200 horas reloj distribuidas entre clases asincrónicas, actividades de aprendizaje autónomo, evaluaciones y encuentros sincrónicos con docentes.

Las clases grabadas se publican semanalmente, los miércoles a las 9:00 h, y se complementan con materiales didácticos, bibliografía científica actualizada y actividades de profundización.

Universidad Abierta Inte
UAI

La formación contempla la resolución de ejercicios prácticos, el análisis de casos clínicos y el desarrollo de casos longitudinales, que permiten integrar progresivamente los conocimientos adquiridos y aplicarlos a situaciones de la práctica médica. Asimismo, se incluyen actividades de lectura crítica de bibliografía complementaria y evaluaciones formativas orientadas a consolidar los conocimientos.

La evaluación sumativa comprende un examen parcial y un examen final, ambos de modalidad virtual y asincrónica, cuya realización se encuentra contemplada dentro de la carga horaria académica.

Se realizarán nueve encuentros sincrónicos mensuales de dos horas de duración, los miércoles de 9:00 a 11:00 h, destinados al intercambio con docentes, resolución de consultas, integración de contenidos y discusión de casos clínicos. Estos encuentros se programarán respetando un intervalo mínimo de una semana desde la publicación de los contenidos que se abordarán.

Carga horaria total: 200 horas.

Evaluación:

La acreditación comprende un examen parcial y un examen final de opción múltiple, desarrollados en el campus universitario. Ambos constituyen instancias sumativas y requieren aprobación individual. Criterio académico propuesto para validación por UAI: escala de calificación de 0 a 10; nota mínima de 6 (seis), equivalente al 60 % de respuestas correctas. Una instancia de recuperatorio para el parcial y una para el final, conforme a las fechas y disposiciones institucionales que se comuniquen por el campus.

Las actividades de lectura crítica, autoevaluación, ejercicios prácticos y resolución progresiva de casos longitudinales tendrán carácter formativo, con devolución y registro en el campus; su finalidad es acompañar el aprendizaje, no reemplazar los dos exámenes sumativos.

Asistencia a encuentros en vivo: no obligatoria, siempre que el estudiante complete la actividad asincrónica equivalente que permita acreditar las mismas horas y los resultados de aprendizaje.
La aprobación académica estará sujeta a la aprobación de las instancias evaluativas correspondientes y al cumplimiento de los requisitos establecidos por la normativa institucional vigente.

Directora:

Dra. Evelyn Vanina Re *(Médica. Cardiología. Medicina del Estilo de Vida. Nutrición Basada en Plantas. Cronobiología)*

Universidad Abierta Inter
UAI

Coordinadora:

Dra. Francisca Soto Aguilar *(Medica especialista en nutrición. Presidenta de la Sociedad Chilena de medicina y nutrición preventiva)*

Cuerpo docente:

Ballesteros, Carla (Lic. en Nutrición; especialidad en embarazo)
Mohr, Carlos (Lic. en Psicología; abordaje de adicciones)
Rossi, Cinthya (Médica neuróloga)
Carrasco, Cristóbal (Lic. en Psicología)
Coronado, Julieta (Médica deportóloga)
Dadic, Francisco (Médico toxicólogo)
Watson, Dana (Microbióloga)
Maroni, Hernán (Lic. en Nutrición y coach en salud)
Caldo, Ignacio (Médico gastroenterólogo)
Bomer, Ilanit (Médica pediatra y nutricionista)
Palacios, Ismael (Doctor en Neurobiología)
Brocco, Marcela (Doctora en Epigenética)
Casonu, Marcela (Lic. en Nutrición; patología renal)
Sandoval, Marcela (Médica certificada en Medicina del Estilo de Vida)
Pérez, Mariana (Lic. en Psicología)
Añon, Pablo (Lic. en Ejercicio Físico)
Critzman, Sabrina (Médica pediatra)
Goddard, Sabrina (Lic. en Nutrición del Deporte)

Contacto:

E-MAIL uai.extensionrosario@uai.edu.ar

Envianos un WhatsApp a +54 9 11 21823616