

An anatomical illustration of the human digestive system, including the esophagus, stomach, and intestines. The internal organs are shown in a semi-transparent, glowing manner, revealing a vibrant and diverse microbiome of various colored bacteria and viruses. The background is a soft, light blue gradient.

Modalidad online

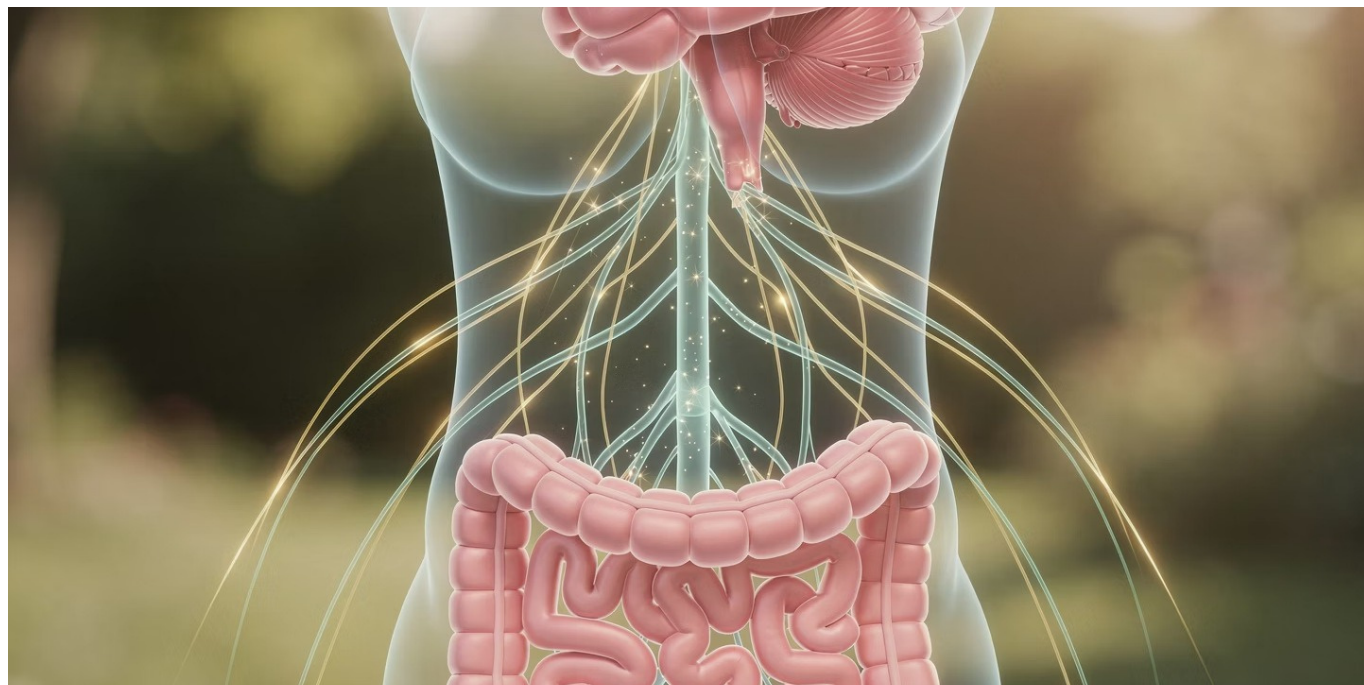
**Experto en
Trastornos
Digestivos
Funcionales:
un enfoque integral**

CLASES ASINCRÓNICAS



**Nutritional
Coaching®**

Introducción



Los trastornos digestivos funcionales constituyen uno de los motivos de consulta más frecuentes en la práctica clínica actual. **Síntomas como distensión abdominal, dolor, alteraciones del ritmo intestinal, sensación de digestiones pesadas o intolerancia a determinados alimentos afectan de forma significativa a la calidad de vida de muchos pacientes.**

La evidencia epidemiológica basada en los criterios diagnósticos internacionales Rome estima que **más del 40 % de la población mundial presenta al menos un trastorno funcional digestivo, lo que refleja su elevada prevalencia y relevancia sanitaria.** Sin embargo, una proporción importante de pacientes no presenta alteraciones estructurales evidentes ni obtiene un diagnóstico claro, lo que favorece a la cronificación de los síntomas y una importante carga emocional asociada.

En los últimos años, los avances en el estudio del microbioma intestinal, el desarrollo de técnicas diagnósticas más precisas y una mejor comprensión de la interacción entre alimentación, microbiota e inflamación de bajo grado han permitido profundizar en los mecanismos implicados en la sintomatología digestiva funcional.

Asimismo, el papel del **eje intestino-cerebro** ha adquirido una relevancia creciente, reconociéndose la influencia del estrés crónico y la regulación del sistema nervioso autónomo en la motilidad intestinal, la sensibilidad visceral y la percepción de los síntomas.

En este contexto, el abordaje nutricional adquiere un papel central. Muchos pacientes presentan múltiples intolerancias, disbiosis coexistente y una tolerancia alimentaria altamente individualizada, lo que exige intervenciones personalizadas, estructuradas y basadas en evidencia científica.

Ésta formación ha sido diseñada para capacitar al profesional sanitario en el manejo integral y práctico de los trastornos digestivos funcionales, combinando actualización científica, interpretación rigurosa de pruebas diagnósticas y resolución de casos clínicos complejos desde un enfoque individualizado.

Objetivos



Objetivos Generales

- Formar profesionales de la salud capacitados para evaluar y diseñar intervenciones nutricionales individualizadas en pacientes con trastornos digestivos funcionales.
- Capacitar al alumno para interpretar pruebas diagnósticas relacionadas con intolerancias digestivas, SIBO y alteraciones de la microbiota intestinal.
- Dotar al profesional de herramientas prácticas para el abordaje integral del paciente con trastornos funcionales digestivos.
- Contribuir a la mejora de la calidad de vida de los pacientes mediante estrategias basadas en evidencia científica y adaptadas a la tolerancia individual.

Objetivos Específicos

- Comprender los mecanismos fisiopatológicos implicados en la inflamación crónica de bajo grado y su relación con la alimentación.
- Identificar y manejar nutricionalmente patologías como reflujo gastroesofágico, síndrome de intestino irritable, dispepsia funcional y estreñimiento.
- Diseñar pautas individualizadas en casos de intolerancia a la lactosa, fructosa, sorbitol, histamina y sensibilidad al gluten no celíaca.
- Interpretar correctamente test de aire espirado (lactosa, fructosa, lactulosa, glucosa) y pruebas de microbiota.
- Elaborar protocolos nutricionales en distintos tipos de SIBO (H_2 , IMO, mixto, H_2S).
- Aplicar estrategias como dieta baja en FODMAPs de manera estructurada y personalizada.
- Integrar el abordaje del eje intestino-cerebro en la práctica clínica.
- Incorporar herramientas de gestión del estrés y habilidades comunicativas en la consulta.
- Resolver casos clínicos.

Metodología y evaluación



Formación dirigida a:

- Dietistas-Nutricionistas, nutriólogos, técnicos superiores en Dietética.
- Profesionales de la salud que trabajen en consulta clínica y deseen especializarse en patología digestiva funcional (medicina, psicología, enfermería...).

Temporalización

Horas: 90 horas (visualización materiales docentes y trabajo autónomo).

El alumno dispone de acceso inmediato e ilimitado a todos los materiales de la formación.

Metodología y evaluación

La formación se imparte en modalidad 100 % online, permitiendo una experiencia de aprendizaje flexible y adaptada al ritmo de cada participante.

El enfoque metodológico se basa en el modelo "Learning by Doing", priorizando la aplicación práctica del conocimiento a través de casos clínicos reales y situaciones frecuentes en consulta.

Se utiliza plataforma Moodle como espacio central para el acceso a materiales, evaluación e interacción docente.

Cada unidad formativa incluye:

- Contenidos teóricos y prácticos actualizados y descargables en PDF.
- Material audiovisual (Videos tutoriales).
- Bibliografía científica específica.
- Actividad de evaluación tipo test.

Al finalizar cada módulo, el alumno deberá completar un cuestionario tipo test autoevaluativo. La superación de esta prueba permitirá acceder al siguiente módulo y constituye un requisito indispensable para la obtención del certificado final de la formación.

Cada alumno contará con el acompañamiento de un tutor/a especializado/a que resolverá dudas y orientará el aprendizaje.

Programa



MÓDULO 1. Alimentación e inflamación

- Consecuencias de la inflamación crónica.
- Mecanismos inflamatorios básicos
- Biomarcadores proinflamatorios
- Patrones dietéticos antiinflamatorios
- Disbiosis intestinal

MÓDULO 2. Reflujo gastroeságico

- Composición del Reflujo gastroesofágico
- Fisiopatología del reflujo
- Factores dietéticos desencadenantes
- Estrategias nutricionales
- Suplementación específica

MÓDULO 3. Síndrome del intestino Irritable

- Criterios Diagnósticos
- Síntomas
- Manejo nutricional personalizado
- Manejo terapéutico
- Suplementación

MÓDULO 4. Dispepsia funcional

- Criterios Diagnósticos
- Síntomas
- Manejo nutricional personalizado
- Manejo terapéutico
- Suplementación

MÓDULO 5. Estreñimiento

- Tipos y causas
- Síntomas
- Manejo nutricional personalizado
- Tratamiento

MÓDULO 6. Intolerancias digestivas

- Intolerancia a la fructosa y sorbitol
- Intolerancia a la lactosa
- Sensibilidad al gluten no celíaca
- Intolerancia a la histamina
- Criterios Diagnósticos e interpretación de pruebas
- Síntomas
- Tratamiento nutricional
- Suplementación específica

MÓDULO 7. SIBO

- Fisiopatología del SIBO
- Diagnóstico y pruebas diagnósticas
- Tratamiento nutricional en los diferentes tipos de SIBO
- Prevención de recidivas
- Suplementación

MÓDULO 8. Gestión del estrés y estrategias CN

- Eje intestino-cerebro
- Nervio Vago
- Técnicas de manejo del estrés
- Estrategias de gestión emocional
- Habilidades comunicativas

MÓDULO 9. Casos prácticos

- Estudio de casos prácticos reales
- Análisis de casos clínicos
- Protocolos Nutricionales

Equipo docente



Yolanda Flea Sánchez

- Licenciada en Sociología por la Universidad de Barcelona, especialista en Sociología de la Alimentación.
- Postgrado en Coaching y Psicoterapia por la Universidad de Barcelona.
- Coach certificada en Coaching Personal y Coaching Salud.
- Miembro de la IAC (International Association of Coaching).
- Responsable Postgrado en Coaching Nutricional y Nuevos enfoques en la atención al Paciente en UB.
- Coordinadora Master in Nutrition and Health Coaching for Wellness, de la UVG.
- Docente Coaching Nutricional en el Máster en Nutrición en la Actividad Física y el Deporte en Universidad de Barcelona.
- Consultora nacional e internacional en empresas del sector de la salud y la alimentación.
- Co-fundadora de Nutritional Coaching®.
- Coautora de: "Coaching Nutricional haz que tu dieta Funcione", "Las emociones se sientan a la mesa" "Coaching nutricional para niños y padres", "Alimentación consciente. Reduce tu ansiedad y mejora tu dieta", "50 herramientas de coaching nutricional para la salud y el bienestar"
- Presidenta 2017-19 Chapter Spain IAC (International Association of Coaching)



Carlos Galante

- Graduado en Nutrición Humana y Dietética (Universidad de Barcelona (UB))
- Post-Grado en Coaching Nutricional - Universidad de Barcelona (UB)
- MBA (Master and Bussines Administration) – Future Leaders - (The Power MBA)
- Especialidad en Nutrición Enfermedades Digestivas - (CEU – Universidad Cardenal Herrera)
- Especialidad en Dieta Baja en FODMAP (Monash University Australia).
- Especialidad en Nutrición Clínica - ICNS - Instituto de Ciencias de Nutrición y Salud
- Gestión de personas y equipos - IESE Bussiness School (Certificado Coursera)
- Jornada: Fallo intestinal y Síndrome del Intestino Corto (SIC) Acadèmia de Ciències Mèdiques i Salut de Catalunya i Balears
- Nivel 1 - Especialista en Antropometría y composición corporal (ISAK)



Carlota Hijosa Brell

- Graduada en Nutrición Humana y Dietética, por la por la Universidad de Lleida.
- Máster en Nutrición en la Actividad Física y el Deporte por la Universidad de Barcelona.
- Máster en Microbioma Humano por la Universidad CEU Cardenal Herrera.
- Certificada en Nivel 1 ISAK por INEFC.
- Miembro del Colegio oficial de DN de Cataluña (CODINUCAT) nº colegiada: CAT 001951.

Inscripción y Contacto



Precio sin descuento

500€

Precio Promoción

199€

Más información e inscripciones:

www.nutritionalcoaching.com

<https://institute.nutritionalcoaching.com/>

info@nutritionalcoaching.com

formacion@nutritionalcoaching.com

Oficina España:

C/Angel Vidal 25 08870 Sitges /
Barcelona

Teléfonos:

+34 93 250 38 58

+34 601 203 709

[FACEBOOK](#) [INSTAGRAM](#) [YOUTUBE](#) [LINKEDIN](#)