



## PROGRAMA

Actividad	Fecha	Tema
Clase 01	12-07-2021	Una mirada global epidemiológica de los macro y micronutrientes
Clase 02	12-07-2021	¿Las calorías son las principales enemigas del peso?
Clase 03	19-07-2021	Las grasas: Buenas y malas
Clase 04	19-07-2021	DHA y EPA
Clase 05	26-07-2021	Los azúcares ¿Son adictivos?
Clase 06	26-07-2021	Vitamina D: Gran déficit en Chile
Clase 07	02-08-2021	¿Qué ha pasado con el Calcio, Hierro, Zinc, complejo B y otros?
Clase 08	02-08-2021	Alimentos procesados: Chatarra, comida rápida, ¿son lo mismo?
Clase 09	09-08-2021	Dietas restrictivas: Veganos y vegetarianos
Clase 10	09-08-2021	Los famosos probióticos. Ciencia al día
Clase 11	16-08-2021	Dieta sin gluten: ¿Solo para celíacos?
Clase 12	16-08-2021	¿Post pandemia reaparecerá el déficit nutricional?
Encuesta	16-08-2021	Encuesta de evaluación
Evaluación	23-08-2021	Evaluación online - Módulo III

*Programa sujeto a modificaciones según disponga la Fundación Dr. Julio Meneghella Rivera.*