



PROGRAMA CURSO "SUPLEMENTOS NUTRICIONALES"

Docente: Mgr. Farm. Maria Emilia Sarralde Auad

CONTENIDO MÓDULO I

FUNDAMENTOS, FORMAS FARMACÉUTICAS DE LOS SUPLEMENTOS Y APLICACIONES CLÍNICAS

Clase 1: Miércoles 13/08.

Introducción a la Dietética y Suplementación en Farmacia

- Rol del farmacéutico en la nutrición y suplementación.
- Diferencias entre medicamentos, suplementos dietarios y alimentos funcionales.
- Tendencias actuales y mercado de suplementos en Argentina.

Clase 2: Miércoles 20/08.

Tipos de Suplementos Dietarios y sus Formas Farmacéuticas

- Vitaminas, minerales, proteínas, aminoácidos y antioxidantes.
- Formas farmacéuticas: Ventajas y desventajas de cada forma farmacéutica en la absorción y biodisponibilidad.
- Criterios de selección de suplementos según el paciente

Clase 3: Miércoles 27/08.

Suplementación en Diferentes Etapas de la Vida.

- Suplementos en embarazo, lactancia, infancia y envejecimiento.
- Necesidades nutricionales en cada etapa.
- Casos clínicos y recomendaciones basadas en evidencia.

Clase 4: Miércoles 03/09.

Obesidad, Metabolismo y Suplementación en Control de Peso.

- Regulación metabólica y papel de los suplementos en la obesidad.
- Termogénicos, bloqueadores de carbohidratos y suplementos saciantes.
- Estrategias farmacéuticas para el abordaje del sobrepeso.



PROGRAMA CURSO "SUPLEMENTOS NUTRICIONALES"

Docente: Mgr. Farm. Maria Emilia Sarralde Auad

CONTENIDO MÓDULO II

SUPLEMENTACIÓN EN DEPORTE, ESTÉTICA Y PLANES NUTRICIONALES ESPECÍFICOS

Clase 5: Miércoles 10/09.

Suplementación en Planes Nutricionales Específicos.

- Dietas vegetarianas y veganas: ¿qué suplementos son clave?
- Suplementación en dietas keto, ayuno intermitente y protocolos específicos.
- Nutrición antiinflamatoria y suplementación
- Estrategias personalizadas según requerimientos nutricionales.

Clase 6: Miércoles 17/09.

Suplementación deportiva: estrategias para el rendimiento físico

- Proteínas, creatina, BCAA, beta-alanina y cafeína.
- Uso de suplementos en deportes de resistencia vs. fuerza.
- Regulaciones antidopaje y seguridad en el consumo.

Clase 7: Miércoles 24/09.

Suplementos y Belleza: Nutricosmética desde la Farmacia

- Colágeno, ácido hialurónico, biotina, antioxidantes y su evidencia científica.
- Relación entre nutrición, piel, cabello y envejecimiento.
- Estrategias de suplementación para la estética y el bienestar.

Clase 8: Miércoles 01/10.

Medicina ortomolecular

- Fundamentos de la medicina ortomolecular.
- Uso de megadosis de vitaminas y minerales en el equilibrio celular.
- Controversias y evidencia científica.



PROGRAMA CURSO "SUPLEMENTOS NUTRICIONALES"

Docente: Mgr. Farm. Maria Emilia Sarralde Auad

CONTENIDO MÓDULO III

SEGURIDAD EN LA SUPLEMENTACIÓN Y NORMATIVAS VIGENTES

Clase 9: Miércoles 08/10.

Microbiota, Metabolismo y Suplementación

- Relación entre la microbiota y la absorción de nutrientes.
- Suplementos prebióticos y probióticos: ¿cuando y cómo utilizarlos?
- Papel de los suplementos en la modulación del metabolismo y la inflamación.

Clase 10: Miércoles 15/10.

Interacciones entre Suplementos y Fármacos

- Interacciones más frecuentes entre vitaminas, minerales y medicamentos.
- Suplementos que potencian o reducen la efectividad de fármacos.
- Riesgos de sobredosificación y efectos adversos.
- Estrategias de recomendación segura en la farmacia.

Clase 11: Miércoles 22/10.

Normativa Legal y Buenas Prácticas en Farmacia

- Regulación ANMAT y normativas específicas en Argentina.
- Publicidad y venta de suplementos en farmacias.

EVALUACIÓN FINAL: MARTES 28/10.

Clase 12: Miércoles 29/10.

Taller Integrador

- Análisis de casos clínicos reales.
- Resolución de consultas farmacéuticas sobre suplementación.
- Simulación de escenarios en la farmacia.