



Resolución de Consejo Directivo **453 / 2026 - SAL -UNSa**

Expte. N° 560 / 2026 - SAL -UNSa - Aprobar el Curso de Extensión titulado
"Vegetarianismos y Nutrición basada en plantas: conceptos básicos para la
futura práctica profesional – 2° edición"

De: Salud - Dpto. Posgrado



Salta,
31/08/2026

VISTO: El proyecto del Curso de Extensión titulado **"Vegetarianismos y Nutrición basada en plantas: conceptos básicos para la futura práctica profesional – 2° edición"**, elevado por la Lic. Josefina Gutiérrez; y

CONSIDERANDO:

Que la actividad tiene como objetivo general facilitar contenidos teóricos a estudiantes universitarios de la carrera de Nutrición de Universidades de la región del NOA, referidos a vegetarianismo y alimentación basada en plantas.

Que está destinada a estudiantes de carreras de Nutrición de Universidades de la región del NOA. Que cuenta con informe favorable de la Dirección Administrativa Económica y de la Secretaría de Posgrado, Investigación y Extensión al Medio de esta Facultad.

Que las Comisiones de "Docencia, Investigación y Disciplina" y de "Hacienda y Finanzas" aconsejan su aprobación mediante despacho N° 47-26.

POR ELLO, y en uso de las atribuciones que le son propias,

EL CONSEJO DIRECTIVO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

(En el Cuarto Intermedio de la Sesión Ordinaria N° 11-26 realizada el 20 de agosto de 2026)

RESUELVE

ARTÍCULO 1°.- Aprobar el Curso de Extensión titulado **"Vegetarianismos y Nutrición basada en plantas: conceptos básicos para la futura práctica profesional – 2° edición"**, que se realizará el día 18 de septiembre de 2026 (vía Zoom) y entre el 16 de septiembre y el 1 de octubre de 2026 (aula virtual), conforme a las especificaciones detalladas en el ANEXO I de la presente.

ARTÍCULO 2°. - Publíquese en el Boletín Oficial y comuníquese a: Lic. Josefina Gutiérrez, Secretaria de Posgrado, Investigación y Extensión al Medio, Dirección General Administrativa Económica, cumplido siga a la Dirección Administrativa de Posgrado y Carrera Docente.

HMC.

Esp. Paula Costas Czamecki
Sec. Posgrado, Investigación y
Extensión al Medio
Fac. de Cs. de la Salud - UNSa



Prof. Nancy Cardozo
Decana
Fac. de Cs. de la Salud - UNSa

ANEXO I
PROYECTO CURSO DE EXTENSIÓN

Título: “Vegetarianismos y Nutrición basada en plantas: conceptos básicos para la futura práctica profesional” 2da Edición

Tipo de actividad: Actividad académica arancelada. Curso de extensión.

Modalidad: Virtual sincrónico y asincrónico

Coordinación: Josefina Gutiérrez – 33997497 - josefinagutierreznutrisalta@gmail.com - 3875236208

Colaboradores:

Saracho Cecilia Emilse	29820388	sarachocecilia2014@gmail.com	3875382795
------------------------	----------	------------------------------	------------

Disertantes:

- Lic. Claudia María del Valle - DNI 20881492 - cdominguez08.cd@gmail.com
- Lic. Josefina Gutiérrez - DNI 33997497 - josefinagutierreznutrisalta@gmail.com

Duración y fecha: el curso tendrá una duración de 10 hs. Se llevará a cabo en 2 instancias, la primera tendrá una duración de 3 hs y consistirá en un encuentro a través de la plataforma zoom y la segunda constará de 7 horas estimadas de actividades en aula virtual. El encuentro zoom está planificado para el día viernes 18 de septiembre de 2026, de 9 a 12 hs.

Destinatarios: estudiantes de carreras de Nutrición de Universidades de la región del NOA.

Cupo mínimo: 50 estudiantes.

Carga Horaria: 10 horas.

Cronograma

Horario	Tema	Fecha	Carga horaria
9 a 9:05 hs	Bienvenida, presentación del curso y de la disertante (a cargo de la Lic. Agustina Lotufo Haddad)	18 de septiembre de 2026	5 minutos
9:05 a 9:35 hs	Primera parte a cargo de la Lic. Josefina Gutiérrez Introducción a la Alimentación Basada en Plantas -Definiciones y tipos de dietas: vegana, vegetariana (ovo-lacto, lacto, ovo), pescetariana, flexitariana. -Alimentación basada en plantas. Evidencia Científica y Beneficios. -Posicionamientos de sociedades científicas	18 de septiembre de 2026	30 minutos
9:35 a 9:40 hs	Pausa de 5 minutos	18 de septiembre de 2026	5 minutos

g
v

9:40 a 10:40 hs	Segunda parte a cargo de la Lic. Josefina Gutiérrez Consideraciones sobre Nutrientes claves. Proteínas: definición, funciones, calidad proteica, requerimientos, fuentes vegetales de proteína. Hierro: definición, funciones, biodisponibilidad, potenciadores e inhibidores de la absorción, fuentes vegetales,. Calcio: definición, funciones, biodisponibilidad, potenciadores e inhibidores de la absorción, fuentes vegetales.	18 de septiembre de 2026	60 minutos
10:40 a 10:50hs	Espacio de preguntas	18 de septiembre de 2026	10 minutos
10:50 a 11:10hs	Vitamina B12: consideraciones básicas.	18 de septiembre de 2026	20 minutos
11:10 a 11:40 hs	Alimentación basada en plantas, de la teoría a la práctica -Alimentos claves. -Desafíos para llevar y acompañar una alimentación basada en plantas.	18 de septiembre de 2026	30 minutos
11:40 a 12 hs	Espacio de preguntas, reflexiones y despedida	18 de septiembre de 2026	20 minutos
	Trabajo en aula virtual (lectura de material recomendado, foro de consulta, cuestionario de evaluación)	16 de septiembre al 1 de octubre de 2026	Se prevén 7 horas de trabajo en aula virtual

Fundamentación:

El sistema de producción de alimentos fué cambiando notablemente en las últimas décadas. El modelo productivo agroindustrial actual, tiene un alto impacto en el medio ambiente, afectando de manera notable los bienes comunes y salud de las personas, acentuando las desigualdades en la accesibilidad a alimentos de calidad, nutritivos e inocuos.

La cadena de suministros de alimentos actual, como así también la producción de alimentos de origen animal, tienen un alto costo medioambiental, tanto por las emisiones de gases de efecto invernadero (GEI) como por la explotación de recursos como el agua dulce y el uso de tierras (Poore, 2018).

Diversos organismos e instituciones a nivel nacional e internacional, hacen mención a la

necesidad inmediata de modificar los estilos de vida y elecciones alimentarias para poder contrarrestar el cambio climático y hacer frente a las problemáticas nutricionales. Incluso, dentro de los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), se destaca la necesidad de un enfoque pluridimensional que contemple la transformación de los sistemas alimentarios para lograr un mundo más inclusivo y sostenible (ODS, 2016).

En las últimas décadas, la alimentación basada en plantas (ABP) ha experimentado un crecimiento exponencial, tanto por motivos éticos y medioambientales como por sus probados beneficios para la salud. Dietas vegetarianas y veganas, correctamente planificadas son saludables, nutricionalmente adecuadas y pueden proporcionar beneficios para la salud, incluso para la prevención de ciertas enfermedades (Vesanto et al., 2016).

Para futuros profesionales de la nutrición, es indispensable introducirse en el estudio de alimentaciones basadas en plantas, nutrientes claves, la adecuación nutricional en distintas etapas de la vida, no solo por las recomendaciones a nivel global que surgen desde diversos organismos respecto a adoptar dietas más sostenibles para el planeta sino porque cada vez más personas optan por diferentes motivos, llevar este estilo de alimentación. La falta de formación específica en esta área puede llevar a mitos, desinformación y, lo que es más importante, a la incapacidad de brindar una atención integral y basada en evidencia a una población creciente con intereses y necesidades nutricionales específicas.

Objetivos:

General:

- Facilitar contenidos teóricos a estudiantes universitarios de la carrera de Nutrición de Universidades de la región del NOA, referidos a vegetarianismo y alimentación basada en plantas.

Específicos:

- Describir las características de diferentes patrones alimentarios vegetarianos y de la alimentación basada en plantas.
- Exponer los posicionamientos de sociedades científicas y organismos de referencia a nivel nacional e internacional respecto a patrones alimentarios vegetarianos.
- Caracterizar a las proteínas, hierro, calcio y vitamina B12 como nutrientes claves y sus consideraciones.
- Especificar claves para una dieta basada en plantas equilibrada y completa.
- Analizar los desafíos y el papel del profesional de la salud, en el acompañamiento de personas con patrones alimentarios vegetarianos.

Metodología:

El curso se desarrollará mediante un encuentro sincrónico a través de plataforma zoom con exposición oral por parte de las disertantes. El espacio zoom será proporcionado por la Facultad de Ciencias de la Salud. Se utilizará además, como apoyo para el desarrollo de la exposición en el encuentro sincrónico, una presentación a través powerpoint.

Se solicitará al Dpto de Informática, la creación de un aula virtual en el Data Center de la Facultad de Ciencias de la Salud.

En el aula virtual se dejará a disposición de los inscriptos al curso, material bibliográfico para ampliar contenidos, la grabación de la presentación de las disertantes y un espacio de foro de consultas a cargo de las disertantes y los docentes colaboradores del curso.

En el aula virtual se dejará disponible un cuestionario tipo múltiple opción de evaluación final del

9/1

curso cuya aprobación será requisito para obtener certificado de aprobación del curso.

Programa de contenidos:

- **Introducción a la Alimentación Basada en Plantas**
 - Definiciones y tipos de dietas: vegana, vegetariana (ovo-lacto, lacto, ovo), pescetariana, flexitariana.
 - Alimentación basada en plantas.
- **Evidencia Científica y Beneficios.**
 - Posicionamientos de sociedades científicas
- **Consideraciones sobre Nutrientes claves.**
 - **Proteínas:** Fuentes vegetales de proteína, calidad proteica, requerimientos.
 - **Hierro:** Fuentes vegetales, biodisponibilidad, potenciadores e inhibidores de la absorción.
 - **Calcio:** Fuentes vegetales, biodisponibilidad, potenciadores e inhibidores de la absorción.
- **Vitamina B12:** consideraciones básicas.
- **Alimentación basada en plantas, de la teoría a la práctica**
 - Alimentos claves.
 - Desafíos para llevar y acompañar una alimentación basada en plantas.

Financiamiento (ver presupuesto): Actividad arancelada. Cada asistente estudiante deberá abonar la suma de \$6000 (Seis mil pesos).

Certificación: la Facultad certificará a las Disertantes, a Docente coordinadora y a la Docente colaboradora, según lo dispuesto en Resolución CD No 345/18 (Exp.12730/17).

Se emitirán certificados de aprobación a los estudiantes que aprueben el cuestionario de evaluación propuesto en el aula virtual.

Estos certificados serán emitidos en formato digital.

Destino de fondos: Compra de reactivos para análisis bioquímicos del Proyecto A N°2911/0. CIUNSA. "Valoración del estado nutricional, riesgo cardiovascular y prevalencia de enfermedades crónicas no transmisibles en la población vegetariana de la comunidad universitaria".

Presupuesto: Ver ANEXO II

Bibliografía:

- Objetivos de Desarrollo Sostenible (2016). Cumbre histórica de las Naciones Unidas. Disponible en <https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/objetivos-de-desarrollo-sostenible/>
- Poore, J., & Nemecek, T. (2018). Reducing food's environmental impacts through producers and consumers. *Science*, 360(6392), 987-992.
- Vesanto M, Craig W, Levin S. Position of the Academy of Nutrition and Dietetics: Vegetarian Diets. *J Acad Nutr Diet*. 2016 Dec;116(12):1970-1980. doi: 10.1016/j.jand.2016.09.025. PMID: 27886704.

g
2

ANEXO II

Presupuesto

Curso de extensión “Vegetarianismo y Nutrición basada en plantas: conceptos básicos para la futura práctica profesional”

Facultad de Ciencias de la Salud

	CONCEPTO	CANTIDAD	COSTO UNITARIO		TOTAL PRESUPUESTADO
INGRESOS PREVISTOS	Inscripción	50	\$	6.000,00	\$ 300.000,00
	Total de Ingresos Previstos				\$ 300.000,00
	Retención Facultad 10%				\$ 30.000,00
	1- Total de Ingresos Netos Previstos				\$ 270.000,00
EGRESOS PREVISTOS	Reactivos	30 muestra	\$	7.891,00	\$ 236.730,00
	2- Total de Egresos Previsto				\$ 236.730,00
Total de ingresos netos previstos - Total de Egresos Previstos					\$ 33.270,00
SUPERAVID ESPERADO					\$ 33.270,00

Los fondos remanentes que surjan serán destinados a la compra de reactivos para análisis bioquímicos del Proyecto A N° 2911/0 CIUNSA “Valoración del estado nutricional, riesgo cardiovascular y prevalencia de enfermedades crónicas no transmisibles en la población vegetariana de la comunidad universitaria”.

Esp. Paula Cofas Ozameck
Sec. Postgrado, Investigación y
Extensión al Medio
Fac. de Cs. de la Salud - UNSa



Prof. Nancy Cardozo
Decana
Fac. de Cs. de la Salud - UNSa