



UNAC
CORPORACIÓN UNIVERSITARIA ADVENTISTA
COLOMBIA



DIPLOMADO VIRTUAL

MEDICINA DE ESTILO DE VIDA Y SUS SEIS PILARES

EDUCACIÓN CONTINUA



310 2187737

MODALIDAD



Online

- **Metodología: Virtual Mixto**
Sincrónica y asincrónica con webinars impartidos por expertos.
- **Intensidad horaria a certificar**
90 horas
- **Fecha de inicio**
13 de Julio 2026



DESCRIPCIÓN DEL PROGRAMA

La Medicina del Estilo de Vida (MEV) representa un enfoque clínico transformador, basado en la evidencia, que se centra en brindar al paciente un apoyo integral basado en medidas preventivas y terapéuticas, siendo estas últimas relevantes incluso en el tratamiento y reversión de enfermedades crónicas. Esta disciplina se apalanca en seis pilares fundamentales: comportamientos saludables, nutrición optimizada, aumento de la actividad física, control del estrés, evasión de sustancias nocivas y una adecuada higiene del sueño.

A pesar de que actualmente se promueven hábitos saludables de manera colectiva, es imperativa una intervención médica más profunda y estructurada frente al ascenso dramático de las enfermedades crónicas no transmisibles.

Por ello, existe una necesidad urgente de formar profesionales de la salud capacitados para guiar la toma de decisiones saludables en la vida de sus pacientes. Es fundamental comprender el impacto de la medicina de estilo de vida en las distintas etapas del desarrollo humano para prevenir enfermedades crónicas. Dedicamos una sección especial a la infancia, ofreciendo importantes aprendizajes para los adultos.

DESCRIPCIÓN DEL PROGRAMA

La evidencia científica actual es robusta al demostrar que la reversión de enfermedades crónicas, como la Diabetes Mellitus tipo 2, es clínicamente posible cuando la atención del paciente y su entorno se abordan de forma rigurosa. La tendencia clínica moderna demuestra que, mediante la MEV, un paciente no solo puede tratar su enfermedad, sino controlarla hasta el punto de minimizar la farmacoterapia e incluso lograr su reversión a largo plazo. Además, la ciencia subraya cómo la nutrición integral y el entorno modulan activamente la taxonomía de la microbiota intestinal humana, impactando de forma directa las respuestas inmunológicas y la salud metabólica sistémica.

“Entender los mecanismos de la enfermedad no necesariamente lleva a tratar mejor a los pacientes”.

Dr Eymard Torres.

OBJETIVOS

- Al egresar del diplomado, el alumno estará plenamente capacitado para promover el bienestar integral y liderar la transformación en su propio entorno y lugar de trabajo.
- **Dominio Clínico:** Adquirir los conocimientos esenciales para aplicar la MEV directamente en la Atención Primaria en Salud (APS).
- **Nutrición y Prescripción de Ejercicio:** Diseñar planes personalizados de alimentación y actividad física basados en la mejor evidencia científica, formulando recomendaciones prácticas y positivas.
- **Prevención y Reversión:** Desarrollar habilidades clínicas orientadas a la prevención, tratamiento y reversión de patologías como la diabetes.
- **Abordaje Conductual:** Dominar herramientas esenciales como la entrevista motivacional para el manejo efectivo del estrés, los trastornos del sueño y las adicciones, logrando el compromiso activo del paciente con su autocuidado.
- **Tecnología y Evidencia:** Aprender a utilizar herramientas tecnológicas para fundamentar planes de intervención con la literatura científica más actualizada.



MÓDULOS

Módulo 01

Introducción a la Medicina del Estilo de Vida (MEV).

Módulo 02

PILAR 1:
NUTRICIÓN.
Nutrición aplicada en MEV.

Módulo 03

PILAR 2: Actividad Física

Módulo 04

PILAR 3: Estrés y formas de manejo

Módulo 05

PILAR 4: Ciencia del sueño

Módulo 06

PILAR 5: Control de sustancias nocivas

Módulo 07

PILAR 6: Conexión social y conductual

Módulo 08

Salud Infantil y los Pilares de la MEV



MÓDULOS

Módulo 09

Microbiota y los Pilares MEV.

Módulo 10

Obesidad y los Pilares MEV.

Módulo 11

Hipertensión Arterial, Dislipidemia y los Pilares MEV.

Módulo 12

Patrones de Alimentación Saludable, Suplementación y los Pilares de la MEV.

Módulo 13

Diabetes y los Pilares MEV

Módulo 14

Longevidad, Calidad de Vida y los Pilares MEV



PERSONAL DOCENTE

Eymard Torres Rodríguez

COORDINADOR ACADÉMICO Y CIENTIFICO



Colombia



Médico Internista, Nutriólogo y Diabetólogo. Especialista en Medicina de Estilo de Vida. Gerente de Lifestyle Medicine SAS (Clínica Especializada en Obesidad, Diabetes y MEV) y miembro de ACMI y AMESVIDA.

Alfonso Bettin Martinez

COORDINADOR ACADÉMICO Y CIENTIFICO



Colombia



Bioquímico molecular, Microbiólogo Clínico y PhD en Biomedicina. Profesor asociado Universidad Metropolitana e Investigador Senior – MINCIENCIAS. Coordinador de proyectos académicos y científicos en LifeStyle Medicine SAS.



UNAC
UNIVERSIDAD NACIONAL
AUTÓNOMA DE COLOMBIA

DOCENTES INTERNACIONALES

Dr. Nahum García

 México



Director de la Facultad de Ciencias de la Salud Universidad de Montemorelos (UM), Médico Cirujano y Magíster en Fisiología con 30 años de experiencia docente. Es experto certificado en Medicina de Estilo de Vida y del Sueño, miembro fundador de la Asociación Latinoamericana de Medicina del Estilo de Vida, y actual presidente de la Secretaría de Responsabilidad Social de ACANEMED.

Jason Aragon

 México



Licenciado en Kinesiología y Ciencias del Deporte, Posgrado en Salud Pública. Cofundador del Colegio Mexicano de Medicina de Estilo de Vida (CoMeMEV).

Mariana Alfaro

 Argentina



Médica, Magíster en Tabaquismo (U. de Sevilla) y Especialista en MEV.

DOCENTES INTERNACIONALES



Vania Assaly

 **Brasil**

Nutricionista médica y Endocrinóloga (Máster por el Hospital Israelita Albert Einstein). Embajadora de la Organización Europea de Medicina del Estilo de Vida en Brasil.



Ariel Kraselnik

 **Argentina**

Médico cardiólogo con Postgrado en Nutrición Vegetariana y Vegana (UBA). presidente de SAMEV



Eugenio Viviani Ross

 **Argentina**

Especialista universitario en Nutrición, profesor de fisiología en la UNLP y vicepresidente de SAMEV.

DOCENTES INTERNACIONALES



Edgardo Javier Ramos Caballero

 **México**

Enfermero e investigador con Doctorado en Ciencias Biomédicas, Posdoctorado en Docencia y Maestría en Salud Pública.



Teresita De Jesús Marrugo Puello

 **Estados Unidos (USA)**

Pediatra certificada por ECFMG con más de 20 años de experiencia en atención pediátrica ambulatoria de alto volumen, cuidados intensivos pediátricos (UCIP/UCIN/UCIC) y medicina de emergencia en Colombia, Ruanda y Estados Unidos. Fellowship en Cuidado Intensivo Cardiovascular Pediátrico y formación de posgrado en Epidemiología, Salud Pública y Educación. Experiencia en atención clínica, investigación y formación de profesionales de la salud.



Cesar Muñoz

 **Estados Unidos (USA)**

PhD en Engineering Management y CEO de Nona Analytics.

DOCENTES NACIONALES



Luisa Fernanda Rueda Cárdenas

 **Colombia**

Médica Neuróloga Clínica (U. CES), sub-investigadora clínica en Clínica Las Américas AUNA.



Libardo Simón Rodríguez García

 **Colombia**

Médico especialista en Medicina del Deporte, Seguridad y Salud en el Trabajo. Experto en prescripción de ejercicio orientado a la prevención y Gerente cofundador de Valeja centro de bienestar



Roberto Carlos Jarava Brun

 **Colombia**

Nutricionista Dietista y Educador en Diabetes Certificado.

DOCENTES NACIONALES



Maria Alejandra Sánchez

 **Colombia**

Psicóloga, Magíster en Terapia Familiar y Máster en terapia narrativa.



Luz Nercyn Gomez Lopez

 **Colombia**

Médico y Cirujano, CHEF Coaching (Harvard Medical School), Especialista en MEV y Magíster en Salud Pública y Fitoterapia Clínica.

INVERSIÓN

COP \$1.500.000
USD \$420

Para mayor información sobre
descuentos escribenos a:

 **310 2187737**

EDUCACION CONTINUA
educacioncontinua@unac.edu.co



UNAC

CORPORACIÓN UNIVERSITARIA ADVENTISTA
COLOMBIA

www.unac.edu.co