ICUFOR
Cursos de Formación Permanente Universitaria

Curso de Formación Permanente

Prevención de la Obesidad Infantil desde el Centro Educativo: Programas de Hábitos Saludables

6 ECTS | 150 horas | Online, a tu ritmo

Formación acreditada por
Universidad de Vitoria-Gasteiz EUNEIZ



Acerca de ICUFOR

ICUFOR es un centro privado de formación online, Centro Acreditado y Autorizado por la Universidad EUNEIZ de Vitoria-Gasteiz. Diseñamos e impartimos Cursos de Formación Permanente universitarios, pensados para la actualización y la especialización de profesionales en activo.

Nuestros cursos se estudian a tu ritmo en un campus virtual propio y terminan con el diploma de la Universidad EUNEIZ y con certificados de ICUFOR verificables.

Centro acreditado
Universidad EUNEIZ

100 % online
Campus virtual propio

Equipo docente
Disponible todo el curso



Metodología de estudio

Campus virtual propio
Estudias desde cualquier lugar y dispositivo, sin horarios.

Aprendizaje autónomo, pero acompañado
Tú marcas el ritmo y nuestro equipo de docentes resuelve tus dudas y orienta tu estudio.

Contenido del curso en PDF
El material principal, para estudiarlo a fondo, tema a tema.

Abstract de cada tema
Su síntesis, para situarte al empezar y repasar al final.

Presentación con los aspectos clave
Lo esencial de cada bloque, para jerarquizar y fijar.

Cuestionarios de evaluación
De respuesta múltiple, uno por tema.



Campus virtual

Mis cursos
Tu progreso y el siguiente tema por estudiar

Materiales
Contenido en PDF, Abstract y presentación con los aspectos clave

Cuestionarios de evaluación
Tu nota y la revisión de tus respuestas

Equipo docente
Consulta por escrito, chat y asesor de IA a cualquier hora

Secretaría
Certificados en PDF con código de verificación

Pagos y facturas
Descarga de facturas en PDF



Presentación del programa



Amplía tu formación con el Curso de Formación Permanente en Prevención de la Obesidad Infantil desde el Centro Educativo: Programas de Hábitos Saludables de ICUFOR. Esta especialización responde a una necesidad urgente de salud pública, ya que la prevalencia del sobrepeso y la obesidad en la población infantojuvenil continúa en aumento. Capacitamos a profesionales de la educación y la salud para convertir los centros escolares en auténticos entornos promotores de bienestar.

Duración
150 horas

Créditos
6 Créditos ECTS

Metodología
Online

Matriculación
Permanente

Objetivos del curso

Comprender la etiología multifactorial y la epidemiología de la obesidad infantil, analizando sus consecuencias físicas, psicosociales y académicas, así como el marco normativo y las políticas de salud pública vigentes.

Analizar los determinantes conductuales, ambientales y socioeconómicos de la obesidad infantil, distinguiendo los factores modificables desde el entorno educativo y familiar.

Diseñar programas de alimentación saludable y de promoción de la actividad física en el centro educativo, aplicando estrategias didácticas y metodologías activas adaptadas a cada etapa educativa.

Implementar estrategias de participación familiar y coordinación intersectorial con la comunidad, incorporando a todos los agentes implicados en la prevención de la obesidad infantil.

Conocer las necesidades nutricionales diferenciadas en la infancia y la adolescencia, identificando métodos e instrumentos de valoración del estado nutricional aplicables al contexto escolar.

Fundamentar las intervenciones preventivas en modelos teóricos y evidencia científica, diferenciando los niveles de prevención aplicables al ámbito escolar.

Identificar los aspectos psicosociales y emocionales vinculados a la obesidad infantil, desarrollando competencias para la detección precoz de señales de alerta y la comunicación sensible sobre el peso y la imagen corporal con el alumnado.

Elaborar planes de evaluación, seguimiento y sostenibilidad de los programas preventivos, utilizando indicadores e instrumentos adecuados para medir su efectividad, su impacto y facilitar la transferencia de buenas prácticas entre centros educativos.

Temario

01 Fundamentos conceptuales y epidemiológicos de la obesidad infantil

1.1. Definición y delimitación conceptual de la obesidad y el sobrepeso en la edad pediátrica
1.2. Epidemiología de la obesidad infantil a nivel nacional e internacional
1.3. Etiología multifactorial de la obesidad en la infancia y la adolescencia
1.4. Consecuencias de la obesidad infantil a corto, medio y largo plazo
1.5. Marco normativo y políticas de salud pública frente a la obesidad infantil

02 Crecimiento, desarrollo y necesidades nutricionales en la infancia y la adolescencia

2.1. Fisiología del crecimiento y del desarrollo en las etapas infantil y adolescente
2.2. Requerimientos nutricionales diferenciados según la etapa evolutiva
2.3. Guías alimentarias y patrones dietéticos recomendados para la población infantojuvenil
2.4. Métodos e instrumentos de valoración del estado nutricional en edad escolar
2.5. Alteraciones nutricionales más prevalentes en el contexto escolar
2.6. La dieta mediterránea como modelo de referencia para la alimentación saludable en la infancia

Temario

03 Determinantes conductuales y ambientales de la obesidad infantil

3.1. Hábitos alimentarios en la infancia: formación, consolidación y posibilidades de modificación
3.2. Sedentarismo y tiempo de pantalla en la población infantojuvenil
3.3. Patrones de sueño y su relación con la regulación del peso corporal en la infancia
3.4. El entorno obesogénico: conceptualización y principales factores ambientales favorecedores
3.5. Determinantes socioeconómicos y desigualdades en salud en la población infantil
3.6. Influencia del entorno familiar en la configuración y el mantenimiento de hábitos saludables

04 Modelos teóricos y enfoques basados en la evidencia para la prevención de la obesidad infantil

4.1. Teorías del comportamiento en salud aplicadas a la prevención de la obesidad infantil
4.2. Niveles de prevención e intervención en el abordaje de la obesidad infantil
4.3. Revisión de la evidencia científica sobre la efectividad de las intervenciones preventivas en el ámbito escolar
4.4. Principios éticos en las intervenciones de prevención de la obesidad dirigidas a menores

Temario

05 El centro educativo como entorno promotor de salud y prevención de la obesidad

5.1. Fundamentación del centro educativo como espacio privilegiado para la promoción de la salud
5.2. Marco teórico y organizativo de las Escuelas Promotoras de Salud
5.3. Integración de la educación para la salud en el currículo escolar
5.4. El papel del profesorado como agente activo de promoción de hábitos saludables
5.5. Coordinación entre el equipo docente, el equipo directivo y los profesionales sanitarios
5.6. Políticas alimentarias y normativa aplicable al entorno escolar

Temario

06 Diseño e implementación de programas de alimentación saludable en el ámbito escolar

6.1. Principios metodológicos fundamentales para el diseño de programas de alimentación saludable
6.2. Diagnóstico previo: evaluación de los hábitos alimentarios del alumnado
6.3. Planificación de intervenciones educativas centradas en la alimentación
6.4. El comedor escolar como espacio educativo y de promoción de hábitos alimentarios
6.5. Programas de fomento del consumo de frutas, verduras, legumbres y agua en la escuela
6.6. Gestión de alergias alimentarias, intolerancias y necesidades dietéticas especiales en el centro
6.7. Buenas prácticas y programas nacionales e internacionales de referencia en alimentación escolar

Temario

07 Promoción de la actividad física y reducción del sedentarismo desde el centro educativo

7.1. Beneficios de la actividad física regular en la prevención y el abordaje de la obesidad infantil
7.2. Recomendaciones actualizadas de actividad física para la población infantojuvenil según la OMS
7.3. La Educación Física como asignatura vertebradora de la promoción de estilos de vida activos
7.4. Actividad física fuera del horario lectivo: recreos activos y actividades extraescolares
7.5. Promoción del desplazamiento activo al centro educativo: caminar, bicicleta y rutas seguras
7.6. Intervenciones para la reducción de conductas sedentarias dentro del aula y durante la jornada escolar
7.7. Creación y adecuación de entornos escolares que favorezcan el movimiento espontáneo y el juego activo
7.8. Programas y experiencias de referencia en la promoción de la actividad física escolar

Temario

08 Aspectos psicosociales y emocionales en la prevención de la obesidad infantil

8.1. Imagen corporal, autoestima y su relación con el peso durante la infancia y la adolescencia
8.2. Estigmatización y acoso escolar asociados al sobrepeso y la obesidad
8.3. Relación entre bienestar emocional, estrés y conductas alimentarias disfuncionales en menores
8.4. Detección precoz de señales de alerta de trastornos de la conducta alimentaria en el contexto escolar
8.5. Comunicación sensible y respetuosa sobre el peso, la alimentación y el cuerpo con el alumnado
8.6. Desarrollo de competencias socioemocionales vinculadas a la adopción de hábitos saludables

Temario

09 Estrategias didácticas y recursos educativos para la formación en hábitos saludables

9.1. Principios pedagógicos para la educación en hábitos saludables adaptada a la edad escolar
9.2. Metodologías activas y participativas aplicadas a la educación para la salud
9.3. Recursos didácticos y materiales educativos para el trabajo en el aula
9.4. Adaptación de contenidos, lenguaje y recursos a las diferentes etapas educativas
9.5. Talleres prácticos de alimentación saludable y cocina educativa en el centro escolar
9.6. Huertos escolares como recurso educativo transversal para la educación alimentaria y ambiental
9.7. Diseño de campañas y jornadas de sensibilización sobre hábitos saludables en el centro educativo

Temario

10 Participación de las familias y coordinación con la comunidad en la prevención de la obesidad infantil

10.1. El papel de la familia como contexto primario de socialización alimentaria y de actividad física
10.2. Estrategias para la implicación efectiva de las familias en los programas escolares de salud
10.3. Coordinación intersectorial entre los ámbitos de salud, educación y servicios sociales
10.4. Alianzas con el entorno comunitario: asociaciones, empresas locales y administración municipal
10.5. Programas comunitarios de referencia en la prevención de la obesidad infantil

Temario

11 Evaluación, seguimiento y sostenibilidad de los programas de prevención de la obesidad infantil en centros educativos

11.1. Importancia y funciones de la evaluación en los programas de promoción de la salud escolar
11.2. Diseño del plan de evaluación: definición de indicadores, instrumentos y momentos evaluativos
11.3. Evaluación de la efectividad y del impacto de las intervenciones preventivas
11.4. Estrategias para la sostenibilidad y la institucionalización de los programas preventivos
11.5. Difusión de resultados, transferencia de buenas prácticas y creación de redes entre centros educativos

Titulación y certificados

Diploma de la Universidad EUNEIZ

Al aprobar todos los cuestionarios de evaluación recibes el **diploma en formato digital** de Curso de Formación Permanente, con sus 6 créditos ECTS y 150 horas.

Certificados de ICUFOR

Se descargan en PDF desde la Secretaría del campus, con un código único y QR para verificarlos.



Universidad de Vitoria-Gasteiz EUNEIZ

Proceso de matriculación

1 **Pulsa «Matricularme» en la ficha del curso**
Completa tus datos personales y de facturación.

2 **Elige la forma de pago**
Tarjeta, PayPal o transferencia bancaria.

3 **Entra en el campus y empieza**
Recibes por correo tus datos de acceso y, en cuanto se confirma el pago, tienes el temario completo. La matrícula está abierta todo el año.

Matricúlate | Más información



Métodos de pago

Pago único
El precio se abona una sola vez, sin cuotas ni renovaciones.

Seguridad
Pago online en la pasarela de Stripe o de PayPal.

Flexibilidad
Tarjeta de crédito o débito, PayPal o transferencia.

Acceso inmediato
Con tarjeta o PayPal, el campus se activa al momento.

Simplicidad
Matrícula y pago en dos pasos.

Facturación
Facturas en «Pagos y facturas» del campus.



¿Por qué elegir ICUFOR?

01

Formación accesible

Formación universitaria rigurosa y acreditada, íntegramente online y compatible con tu trabajo.

02

Calidad universitaria

Cada curso está acreditado por la Universidad EUNEIZ, con su memoria académica y sus créditos ECTS.

03

Impulso a tu carrera

Contenidos de utilidad práctica y una titulación que suma en méritos, concursos y bolsas de empleo.

04

Especialización

Cada curso trata una única temática a fondo: combínalos y construye tu propio itinerario.

05

Atención de calidad

Consultas al equipo docente por escrito o por chat, y un asesor de IA a cualquier hora.

¿Por qué elegir ICUFOR?

06

Contenidos actualizados

Los cursos se revisan periódicamente para incorporar las novedades de cada ámbito.

07

El curso, por escrito

Cada tema en tres formatos: contenido en PDF, Abstract y presentación con los aspectos clave.

08

Autónomo, pero acompañado

Tú decides tu ritmo y nuestro equipo de docentes resuelve tus dudas y orienta tu estudio.

09

Enseñanza adaptada

Sin horarios ni conexiones obligatorias: seis meses para terminar, ampliables si lo necesitas.

10

Estudio sencillo e intuitivo

Un campus virtual propio, sin instalar nada y accesible desde cualquier dispositivo.

¿Necesitas más información?

Te contamos cómo funciona el curso, los plazos y la titulación, sin compromiso.

www.icufor.com

info@icufor.com

+34 858 895 080

+34 746 044 519

Formación acreditada por Universidad de Vitoria-Gasteiz EUNEIZ

