

POLÍTICAS DE REDUCCIÓN DE SODIO Y AZÚCAR EN ALIMENTOS: UNA MIRADA INTERDISCIPLINARIA

Fechas y horarios: 06/04/2026 al 29/04/2026 – Lunes y Miércoles de 17:00 a 19:00 a través de Youtube.

Modalidad: Curso Interservicio (Escuela de Nutrición – Facultad de Química)

Carga horaria: 30 horas (16 horas de clase virtual y 14 horas de trabajo individual)

Docentes Responsables: Dra. Virginia Natero (Escuela de Nutrición), Dr. Gastón Ares (Facultad de Química)

Destinatarios: Público en general, incluyendo estudiantes de grado, y profesionales vinculados a la nutrición, la salud, y ciencias afines.

Objetivos del curso: El curso tiene como objetivo ofrecer una comprensión integral de las políticas de reducción de sodio y azúcares en los alimentos, abordando sus fundamentos científicos, su diseño y su implementación en el ámbito de la salud pública. A lo largo del curso, se analizará la situación epidemiológica nacional e internacional vinculada al consumo de estos nutrientes, así como los métodos de estimación del consumo y la composición de alimentos procesados y ultraprocesados en Uruguay. Se discutirán las características y desafíos de las estrategias de reformulación, incluyendo la definición de categorías de alimentos, el establecimiento de metas obligatorias y la implementación de enfoques de reducción gradual. Asimismo, se examinarán las implicaciones nutricionales, sensoriales y tecnológicas de estas políticas. El curso brindará herramientas teóricas para comprender el proceso de diseño de políticas públicas y discutirá en detalle el proceso de diseño de estrategias de reducción de sodio y azúcares. Se abordarán temas clave como la definición de metas de reducción, el modelado de impactos en la salud, los análisis de costo-eficacia y los posibles efectos sobre el comercio, así como los marcos legales que permiten la implementación de políticas obligatorias de reducción. Finalmente, se explorarán los mecanismos de incidencia política, el cabildeo (lobby) y los conflictos de interés que pueden influir en el proceso de formulación e implementación de estas políticas. Se presentarán ejemplos internacionales de experiencias exitosas, con el objetivo de fortalecer las capacidades analíticas y técnicas para el desarrollo de políticas públicas basadas en evidencia.

Contenido:

Clase 1 (6 de abril): Situación epidemiológica nacional e internacional. Estimación de consumo de nutrientes. Consumo de sodio y azúcares en Uruguay. Análisis de composición de alimentos procesados y ultra-procesados.

Clase 2 (8 de abril): Estrategias de reformulación. Categorización. Políticas de reducción de sodio y azúcares. Metas obligatorias. Estrategias de reducción gradual. Implicaciones

nutricionales, sensoriales y tecnológicas.

Clase 3 (13 de abril): Proceso de diseño de políticas públicas basadas en evidencia. Diseño de políticas de reducción de sodio y azúcares.

Clase 4 (15 de abril): Selección de categorías y definición de metas. Efectos en el consumo de nutrientes.

Clase 5 (20 de abril): Modelado de efectos en la salud. Análisis de costo-eficacia.

Clase 6 (22 de abril): Impactos en el comercio de políticas obligatorias de reducción de azúcares y sodio. Aspectos legales.

Clase 7 (27 de abril): Mecanismos de incidencia. Lobby (cabildeo) y conflictos de interés.

Clase 8 (29 de abril): Ejemplos de políticas de implementación exitosas.

Modalidad del curso:

- Clases virtuales a través de Youtube, las cuales pueden realizarse tanto de forma sincrónica como asincrónica.
- Aquellas personas que deseen certificado de aprobación, así como quienes quieran tramitar créditos en los distintos servicios de Udelar, deberán realizar una evaluación online con una carga horaria adicional de 15 horas.

Costo: Sin costo

Docentes:

- Virginia Natero (Escuela de Nutrición)
- Gastón Ares (Facultad de Química)
- Lucía Antúnez (Facultad de Química)
- Florencia Alcaire (Facultad de Química)
- Gabriela Fajardo (Escuela de Nutrición)
- Luisa Saravia (Escuela de Nutrición)
- Gerónimo Brunet (Espacio Interdisciplinario)
- Nadia Flexner (Global Health Advocacy Incubator)
- Docentes invitados nacionales y extranjeros