

Nutrición deportiva y periodización del ejercicio físico en enfermedades metabólicas



Del 23 de mayo al 05 de diciembre de 2020

Diplomado presencial

Coordinadores académicos: Dr. Iván Torre Villalvazo / Mtro. Fernando Ferreyro Bravo / Mtro. Eduardo Guzmán Delgado

www.coa-nutricion.com

 coanutricion  coa_nutricion  (55) 56045389





Objetivo del diplomado

Al finalizar el diplomado, las y los participantes:

- Integran conceptos novedosos de bioquímica y fisiología del ejercicio en la periodización de ejercicio físico como parte del tratamiento nutricional en personas con enfermedades metabólicas.
- Establece los elementos estratégicos en el diseño de planes de alimentación para deportistas, con base en el deporte practicado y estado de salud.

Módulo I. Fisiología del ejercicio físico

- Temas: Metabolismo energético / Fisiología del músculo / Bioquímica del ejercicio / Adaptaciones fisiológicas durante el ejercicio / Evaluación del rendimiento físico / Pruebas físicas (valoración de fuerza y resistencia aeróbica) / Regulación térmica y ejercicio.
- Docentes: Dr. Iván Torre Villalvazo / Dr. Iván Martínez Guerrero / Dr. Felipe Naranjo Hernández / Mtro. Eduardo Guzmán Delgado
- Fechas: Del 23 de mayo al 27 de junio de 2020

Módulo II. Periodización del ejercicio físico

- Temas: Entrenamiento de fuerza y resistencia aeróbica / Práctica de biomecánica del ejercicio y entrenamiento físico / Periodización del entrenamiento deportivo / Prueba de sudor / Ejercicios pliométricos
- Docentes: Mtro. Eduardo Guzmán Delgado
- Fechas: Del 04 de julio al 08 de agosto de 2020



Módulo III. Ejercicio físico en enfermedades metabólicas

- Temas: **Análisis crítico de la evidencia** para el tratamiento nutricional y de ejercicio de acuerdo al contexto de pacientes / Generalidades del ejercicio en el tratamiento cardiometabólico / Ejercicio en la prevención de **enfermedades metabólicas** / Nutrición en el síndrome metabólico / Prescripción del ejercicio en pacientes con **obesidad** / Ejercicio en personas con **riesgo cardiovascular** / Nutrición y ejercicio en personas que viven con **diabetes tipo 2** / Prescripción del ejercicio en **síndrome metabólico** y en **hígado graso no alcohólico** / Osteoporosis y riesgo de fracturas / Ejercicio físico en **osteoporosis, fragilidad y sarcopenia primaria** / Nutrición periodizada para el rendimiento de fuerza y resistencia aeróbica
- Docentes: Mtra. Geovana Martín Alemañy / Mtra. Julieta Ponce Sánchez / LN EDC Angélica Palacios Vargas / MNC Gabriel Alvarado Luis / Mtro. Eduardo Guzmán Delgado / Dr. Iván Torre Villalvazo / Dr. Iván Martínez Guerrero
- Fechas: Del 04 de julio al 08 de agosto de 2020



Dirigido a nutriólogas, nutriólogos, estudiantes con el 90% de los créditos en nutrición. Profesionales de la salud con posgrado en nutrición clínica o aplicada.



Clases sabatinas de 9:00 a 13:00 hrs. Excepto fin de semana intensivo, viernes por la tarde, sábado todo el día y domingo por la mañana



Sede: Universidad La Salle campus Condesa



Módulo IV. Nutrición deportiva

- Temas: Evaluación del estado de nutrición aplicada a deportistas / Alimentación en deportes anaeróbicos, aeróbicos y mixtos / Deshidratación y la hidratación durante el ejercicio / Ayudas ergogénicas nutrimentales
- Docente: Mtro. Fernando Ferreyro Bravo
- Sesión intensiva: viernes 18, sábado 19 y domingo 20 de septiembre de 2020



Módulo V. Innovación en el área de ejercicio físico: emprendimiento



- Temas: Creatividad para desatar procesos de innovación en el área de ejercicio y deporte / Neuromarketing aplicado al deporte y ejercicio / Modelo de negocios CANVAS®: Innovación y valor para pacientes y clientes en el área de la activación física
- Docentes: Mtra. Esperanza Ricalde / Mtro. Jorge Arellano Hernández
- Fechas: Del 07 al 28 de noviembre de 2020



Precios

- **Ex-alumnas COA:** \$28,900.00 (inscripción de \$6,100.00 y 6 pagos de \$3,800.00).
- **NO Ex-alumnas COA:** \$32,000.00 (inscripción de \$6,500.00 y 6 pagos de \$4,250.00).



Forma de pago

- Depósito en SCOTIABANK
- Cuenta No. 00102931040 a nombre de Instituto COA AC
- Transferencia electrónica CLABE 044180001029310407

www.coa-nutricion.com



coanutricion



coa_nutricion



(55) 56045389