

2022

Diplomado en Ciencias del Ejercicio Físico y Deportes

6^{ta}
edición

Dirigido a: Profesores de Educación Física, técnicos deportivos, profesionales afines y estudiantes de último año.

Módulos:

- 1) Fisiología del ejercicio y entrenamiento físico – deportivo
- 2) Prescripción del ejercicio físico para la salud
- 3) Nutrición aplicada al ejercicio físico y deportes
- 4) Antropometría aplicada al rendimiento físico y salud
- 5) Trabajo Final de investigación y tutorías

Principales características:

- Inicio 09 de julio – 2022
- Modalidad semipresencial
 - (10 sesiones online / 2 presenciales)
- 120 horas cronológicas totales
- Clases cada 15 días aprox.
- Docentes referentes a nivel nacional y mundial
- Consultar por descuentos

INFORMACIONES

Jorge Olivares Arancibia (Coordinador)

E-mail: jorge.olivares.a@pucv.cl

Wsp: +569 67881773

Exponentes

Dr. Carlos Cristi Montero (Director)
Mg. Jorge Olivares (Coordinador)
Dr. Fernando Rodríguez (Chile)
Dr. José Castro Piñero (España)
Dr. Jorge Cancino (Chile)
Dra. Ena Romero (México)
Dr. Rodrigo Ramírez Campillo (Chile)
Mg. Dario Cappa (Argentina)
Dr. Enrique Arriaza (Chile)
Dr. Matías Monsalve Álvarez (Chile)
Dr. Samuel Duran (Chile)
Dr. Emilio Villa González (España)
Dr. Luis Peñailillo (Chile)
Mg. Vanessa Salvatierra (Chile)
Dr. Alex Ojeda Aravena (Chile)
Dr. Álvaro Huerta (Chile)
Md. Sandra Mahecha (Colombia)
Md. Matías Morán (Chile)
Dr©. Carlos Jorquera (Chile)
Nut. Romina Garavaglia (Argentina)
Nut. Guilherme Rosa (Brasil)
Md. Rocío Nuche (Chile)
Mg. Alice Graves (Chile)
Psicol. Rodrigo Cauas (Chile)
Mg. Josivaldo Da Souza (Brasil)
Mg. Eduardo Báez (Chile)
Mg. Astrid Von Oetinger (Chile)
Mg. Tomas Rivera (Chile)
Lic. Claudio Espinoza (Chile)
Klgo. Javier Sánchez (Chile)
Nta. Diego Báez (Chile)
Mg. Sam Hernández (Chile)
Mg. Fabián Moya (Chile)
Nta. Humberto Peña (Chile)
Dr.© Rodrigo Yáñez (Chile)



CARACTERÍSTICAS DEL PROGRAMA

OBJETIVO GENERAL

Contribuir a la formación continua y a la renovación del conocimiento tanto de estudiantes como de los profesionales vinculados al área de las ciencias del ejercicio físico y el deporte.

COMPETENCIAS

- Dominar las bases fisiológicas aplicadas al esfuerzo físico.
- Conocer y seleccionar diversos modelos y métodos de entrenamientos con el fin de aumentar el rendimiento físico.
- Emplear técnicas antropométricas para la determinación de la composición corporal y para el desarrollo de planes de entrenamiento orientados al deporte y salud.
- Conocer y recomendar los macronutrientes, micronutrientes y ayudas ergogénicas nutricionales más idóneas considerando las características propias de cada persona.
- Conocer las bases de la investigación científica vinculadas a la toma de decisiones en actividad física y deportes.

METODOLOGÍA

Se realizarán 10 sesiones online a través de la plataforma Zoom y se alojará el material en la plataforma Edoome. Las sesiones serán de una hora y media y se abordarán contenidos vinculados a los cinco módulos del programa. Además, se realizarán dos sesiones presenciales para los contenidos que son de carácter prácticos y donde se mostraran evaluaciones de laboratorio.

PRINCIPAL CARACTERÍSTICA

Este programa procura tener docentes de primer nivel, siendo gran parte doctores y referentes en sus respectivas líneas de investigación tanto a nivel nacional como internacional.

EQUIPAMIENTO DISPONIBLE (sesiones presenciales)



Polar team



DEXA



Metalyzer 3B



Lactate Pro II



Inbody S10

*También contamos con plataformas de salto, dinamómetros, acelerómetros, entre otros.

CONTENIDOS DEL PROGRAMA

MÓDULO 1: FISIOLÓGÍA DEL EJERCICIO Y ENTRENAMIENTO FÍSICO – DEPORTIVO

DOCENTES: *Dr. Jorge Cancino, Dr. Rodrigo Ramírez Campillo, Mg. Dario Cappa, Dr. Luis Peñailillo, Mg. Rodrigo Yáñez, Mg. Astrid Von Oetinger, Dr. Álvaro Huerta, Mg. Fabián Moya, Mg. Tomas Rivera, Dr. Enrique Arriaza, Mg. Josivaldo Da Souza, Dr. Alex Ojeda, Mg. Eduardo Báez.*

CONTENIDOS:

- Fisiología de la adaptación del tejido musculo esquelético al ejercicio físico.
- Interacción metabólica durante el ejercicio.
- Fisiología del entrenamiento neuromuscular.
- Bases del entrenamiento físico deportivo.
- Capacidades físicas y periodización del entrenamiento.
- Detección de talentos deportivos (estrategia Z).
- Bases del entrenamiento de la fuerza y potencia.
- Planificación del entrenamiento de fuerza muscular.
- Entrenamiento pliométrico aplicado al alto rendimiento.
- Bases del entrenamiento aeróbico-anaeróbico.
- Respuestas y adaptaciones fisiológicas cardiorrespiratorias al ejercicio.
- Entrenamiento intervalado de alta intensidad orientado al entrenamiento deportivo.
- Planificación del entrenamiento de resistencia aeróbico.

MÓDULO 2: PRESCRIPCIÓN DEL EJERCICIO FÍSICO PARA LA SALUD

DOCENTES: *Dra. Sandra Mahecha, Mg. Vanessa Salvatierra, Mg. Sam Hernández, Dra. Ena Romero, Dr. Matías Monsalves, Dr. José Castro Piñero, Dr. Emilio Villa, Dr. Carlos Cristi Montero.*

CONTENIDOS:

- Prescripción del ejercicio físico para personas con comorbilidades.
- Prescripción del ejercicio físico en el adulto mayor.
- Prescripción del ejercicio físico durante el embarazo y postparto.
- Prescripción del ejercicio físico en personas con cáncer.
- Entrenamiento intervalado de alta intensidad orientado a la salud.
- Evaluación de la Condición Física relacionada a la salud en niños y adultos.
- Entrenamiento de fuerza en niños y niñas.
- ¿Cómo el ejercicio físico puede mejorar nuestro rendimiento cognitivo y académico?

MÓDULO 3: NUTRICIÓN APLICADA AL EJERCICIO FÍSICO Y DEPORTES

DOCENTES: *Dr. Fernando Rodríguez, Mg. Carlos Jorquera, Dr. Samuel Duran, Psic. Rodrigo Cauas, Nta. Diego Báez, Nta. Humberto Peña, Mg. Alice Graves, Nut. Guilherme Rosa, Md. Rocío Nucho, Lic. Claudio Espinoza, Md. Matías Moran, Nut. Romina Garavaglia.*

CONTENIDOS:

- Nutrición balanceada y salud.
- Bases de la nutrición aplicada al ejercicio físico.
- Timing nutricional y estrategias para el aumento de masa muscular y pérdida de grasa.
- Entrenamiento mental en el cerebro de un deportista.
- Nutrición en deportistas veganos/vegetarianos.
- Evaluación del gasto energético por métodos directos e indirectos.
- Suplementación deportiva ¿Qué funciona realmente?
- Nutrición según condiciones ambientales (temperatura, altitud, humedad).
- Bases teóricas de las sustancias anabólicas y dopaje en el deporte.
- Sustancias anabólicas y dopaje en el culturismo.
- Estrategias de recuperación post competición.
- Nutrición deportiva para el alto rendimiento.

MÓDULO 4: ANTROPOMETRÍA APLICADA AL RENDIMIENTO FÍSICO Y SALUD

DOCENTES: *Klgo. Mg. Javier Sánchez, Dr. Fernando Rodríguez.*

CONTENIDOS:

- Bases y técnicas de evaluación antropométrica.
- Proporcionalidad I.
- Proporcionalidad II.
- Bases teóricas del Somatotipo y composición corporal I.
- Bases teóricas del Somatotipo y composición corporal II.
- Sesión de aplicación: Somatotipo y Composición Corporal.

MÓDULO 5: TRABAJO FINAL DE INVESTIGACIÓN Y TUTORÍAS

DOCENTES: *Dr. Carlos Cristi Montero, Mg. Jorge Olivares Arancibia.*

CONTENIDOS:

- ¿Cómo mantenerse actualizado en los temas que nos interesan?
- ¿Dónde y cómo buscar Información científica de calidad?
- ¿Cómo interpretar los resultados y estadística en un artículo científico?
- Preparación revisión literaria.

SESIONES PRESENCIALES

OBJETIVO

Se llevarán a cabo dos sesiones presenciales al final del programa con la finalidad de complementar los conocimientos teóricos que tienen por objetivo la evaluación de la composición corporal a través de antropometría, bioimpedancia eléctrica y absorciometría de rayos X de energía dual. Además, se realizaran evaluaciones de la capacidad cardiorrespiratoria, umbral láctico y evaluación de potencia muscular.

DOCENTES: Dr. *Fernando Rodríguez*, Mg. *Javier Sánchez*, Mg. *Rodrigo Yañez*.

CONTENIDOS:

- Evaluación de la composición corporal a través de antropometría.
- Evaluación ergoespirométrica: Test de VO_{2max} , tasa metabólica en reposo, umbral láctico y Espectroscopia del infrarrojo cercano.
- Evaluación de la composición corporal mediante Absorciometría dual de rayos X (DEXA) e Impedancia Bioeléctrica (BIA).

NORMA DE EVALUACIÓN

El promedio de las pruebas por módulo y de la presentación del poster deben ser mayores a 4,0, igualmente el promedio de ambas. Por tanto, escala de calificaciones es de 1 a 7.

- Evaluación módulo 1: 20%
- Evaluación módulo 2: 20%
- Evaluación módulo 3: 20%
- Evaluación módulo 4: 20%
- Evaluación módulo 5, Trabajo Final de Investigación: 20%

Porcentaje de asistencia no debe ser inferior al 75%.

CUERPO DOCENTE

DR. CARLOS CRISTI MONTERO (DIRECTOR) - CHILE

- Doctor en Ciencias de la Actividad Física y Deportes. Universidad de León, España.
- Postdoctorado, Universidad de Oxford, Reino Unido.
- Postdoctorado, Pontificia Universidad Católica de Valparaíso, Chile.
- Máster en Neurodidáctica. Universidad Rey Juan Carlos III, España.
- Magister en Actividad Física. Universidad Mayor, Chile.
- Diplomado en Nutrición, Ejercicio y Salud. INTA. Universidad de Chile.
- Director Grupo de Investigación en Rendimiento Físico y Salud (IRyS), PUCV, Chile.
- Licenciado en Educación. Universidad Cardenal Silva Henríquez, Chile.
- Profesor de Educación Física. Universidad Cardenal Silva Henríquez, Chile.
- Su línea de investigación se centra en conocer la relación entre estilos de vida, rendimiento académico y función cognitiva-cerebral en niños y adolescentes.



MG. JORGE OLIVARES ARANCIBIA (COORDINADOR) - CHILE

- Doctorando en Ciencias del Movimiento Humano, UFRGS, Porto Alegre, Brasil.
- Magíster en Evaluación y Planificación del Entrenamiento Deportivo. UVM, Chile.
- Magíster en Actividad Física y Salud. Universidad de la Coruña, España.
- Diplomado en Entrenamiento Deportivo. USACH, Chile.
- Académico investigador. Universidad de las Américas, Chile.
- Integrante Grupo de Investigación en Rendimiento Físico y Salud (IRyS). PUCV, Chile.
- Licenciado en Educación. Universidad de las Américas, Chile.
- Profesor de Educación Física. Universidad de las Américas, Chile.



DR. FERNANDO RODRÍGUEZ RODRÍGUEZ - CHILE

- Postdoctorado, Universidad de Granada, España.
- Doctor en Ciencias de la Actividad Física implicadas al rendimiento físico del ser Humano. Universidad de Córdoba, España.
- Magister en Medicina y Ciencias del Deporte. Universidad Mayor, Chile.
- Director Grupo de Investigación en Rendimiento Físico y Salud (IRyS), PUCV, Chile.
- Licenciado en Educación. Pontificia Universidad Católica de Valparaíso, Chile.
- Profesor de Educación Física. Pontificia Universidad Católica de Valparaíso, Chile.



MD. SANDRA MAHECHA MATZUDO - COLOMBIA

- Médica Especialista en Medicina del Deporte.
- Directora Regional para América Latina de "Exercise is Medicine".
- Jefe Unidad Académica Clínica MEDS, Chile.
- Autora de los libros "Actividad Física y Ejercicio en la Salud y enfermedad" y "Actividad Física y Ejercicio en la Salud del niño y el adolescente."



DR. LUIS PEÑAILILLO ESCARATE - CHILE

- Doctor en Ciencias del Deporte y el Ejercicio, Universidad Edith Cowan, Australia Occidental, Australia.
- MSc. En Ciencias del Deporte y la Rehabilitación, Universidad Mayor, Santiago, Chile.
- Licenciado en Kinesiología, Pontificia Universidad Católica de Valparaíso, Valparaíso, Chile.
- Kinesiólogo, Pontificia Universidad Católica de Valparaíso, Chile.
- Profesor asociado, Universidad Andrés Bello, Santiago, Chile.
- Líder del Laboratorio de Ciencias del Ejercicio y Rehabilitación, Facultad de Ciencias de la rehabilitación, Escuela de fisioterapia, Universidad Andrés Bello, Chile.
- Su línea de investigación se centra en conocer los beneficios del ejercicio excéntrico para la salud y el rendimiento deportivo.



DR. JORGE CANCINO LÓPEZ - CHILE

- Doctor en Ciencias de la Actividad Física, Universidad de las Palmas de Gran Canaria, España.
- Profesor de Educación Física, UMCE, Chile.
- Trabajó en el laboratorio de Fisiología del Centro del Alto Rendimiento (CAR) durante más de 15 años.
- Actualmente se desempeña como académico investigador del laboratorio de Ciencias del Ejercicio, Universidad Finis Terrae, Chile.



DR. JOSÉ CASTRO PIÑERO - ESPAÑA

- Doctor con mención Europea en Medicina y Ciencias Aplicadas al Deporte.
- Profesor Titular de la Universidad de Cádiz, España.
- Investigador responsable del grupo de investigación Galeno CTS-158.
- Su línea de investigación se centra fundamentalmente en el campo de la actividad física y la salud en escolares de 6-18 años, participando en proyectos Europeos y nacionales y con una producción científica de más de 130 artículos en revistas indexadas. Además es miembro del consejo editorial de varias revistas y revisor permanente en revistas JCR.



MG. CARLOS JORQUERA - CHILE

- Doctorando en Ciencias del Ejercicio Implicadas en el Progreso Deportivo del Ser Humano. Universidad de Córdoba, España.
- Director Magister Nutrición para la Actividad Física y el Deporte. Univ. Mayor, Chile.
- Asesor de diversas selecciones deportivas nacionales.
- Presidente Sociedad Chilena de Nutrición Deportiva.
- Instructor en Antropometría Nivel 3 I.S.A.K. Buenos Aires, Argentina.
- Licenciado en Nutrición y Dietética. Facultad de Medicina, Universidad de Chile.
- Nutricionista. Facultad de Medicina, Universidad de Chile.



DR. RODRIGO RAMÍREZ CAMPILLO - CHILE

- Doctor en Ciencias de la Salud, Universidad Pública de Navarra, España.
- MSc. en Fisiología del Ejercicio, Universidad Andrés Bello, Santiago, Chile.
- Licenciado en Educación, Universidad de Los Lagos, Osorno, Chile.
- Profesor de Educación Física, Universidad de Los Lagos, Osorno, Chile.
- Profesor Titular, Universidad Andrés Bello, Santiago, Chile.
- Laboratorio de Ciencias del Ejercicio y la Rehabilitación, Facultad de Ciencias de la Rehabilitación, Escuela de Fisioterapia, Universidad Andrés Bello, Chile.
- Su línea de investigación se centra en conocer los efectos del ejercicio pliométrico con saltos, para la salud y el rendimiento deportivo.



MG. ASTRID VON OETINGER - CHILE

- Magíster en Ciencias Biológicas, mención Fisiología. Universidad de Chile.
- Diplomado en educación en diabetes. Universidad del Pacífico, Chile.
- Licenciada en Kinesiología. Pontificia Universidad Católica de Chile.
- Kinesióloga, Pontificia Universidad Católica de Chile.
- Asesor científico Guía Actividad física para personas con comorbilidades. Ministerio de Salud, Chile.
- Académico de planta. Facultad de Ciencias de Rehabilitación, Universidad Andrés Bello, Chile.



DR. EMILIO VILLA - ESPAÑA

- Doctor con mención Internacional en Biomedicina, Universidad de Granada, España.
- Dos Másteres oficiales en Actividad Física, Deporte y Salud, Universidad de Granada y UNIA, España.
- Docente-Investigador, Universidad de Granada, España.
- CEO FirstGym, entrenamiento saludable para la población infantil.
- Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y Deporte, Universidad Alfonso X el Sabio, España.



MG. DARIO CAPPÀ - ARGENTINA

- Master en Fisiología del Ejercicio, Memorial University, Canada.
- Master en Entrenamiento Deportivo, RETAN INEFC, Barcelona, España.
- Licenciado en Educación Física, Facultad de Cs de la Salud, Universidad de Catamarca, Argentina.
- Profesor Nacional de Educación Física, Instituto Nacional de E. F. "Gral. Manuel Belgrano", San Fernando, Buenos Aires.
- Autor de diversos libros orientados en el área del entrenamiento de la fuerza, tales como "Entrenamiento de la Potencia muscular" y "Fisiología y entrenamiento muscular".



DR. ÁLVARO HUERTA OJEDA - CHILE

- Doctor en Actividad Física y Salud. Universidad de Granada, España.
- Magíster en Entrenamiento Deportivo. Universidad Mayor. Santiago, Chile.
- Director Grupo de Investigación en Salud, Actividad Física y deporte. Universidad de las Américas, Chile.
- Académico Investigador. Universidad de las Américas, Chile.
- Licenciado en Educación. Universidad de Playa Ancha, Chile.
- Profesor de Educación Física. Universidad de Playa Ancha, Chile.



MG. KLGO. JAVIER SÁNCHEZ MARTÍNEZ - CHILE

- Docente e integrante del Grupo de Investigación en Rendimiento Físico y Salud (IRyS). Pontificia Universidad Católica de Valparaíso, Chile.
- Magíster en Ciencias de la Salud y el deporte. Facultad de medicina, Universidad Finis Terrae, Chile
- Licenciado en Kinesiología. Pontificia Universidad Católica de Valparaíso, Chile
- Kinesiólogo, Pontificia Universidad Católica de Valparaíso, Chile.



MG. VANESSA SALVATIERRA - CHILE

- Doctorando en Ciencias de la Actividad Física y Deportes. U. León, España.
- Magister en Educación, U. de Alcalá, España.
- Magíster en Actividad Física y Salud. U. Mayor, Chile.
- Kinesióloga, U. Autónoma de Chile, Chile.
- Profesora de Educación Física, UMCE, Chile.



DRA. ENA ROMERO PÉREZ - MÉXICO

- Doctora en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, Universidad de León, España.
- Licenciado en Actividad Física y Deporte, Universidad Autónoma de Baja California, México.
- Licenciada en Psicología con especialidad en Psicología clínica Universidad de Sonora, México.
- Maestría en Administración, Universidad de Sonora, México.
- Maestría en Administración Organizacional y Desarrollo Educativo, Instituto Pedagógico de Estudios, México.
- Su línea de investigación se centra en conocer los beneficios del Ejercicio Físico en personas con cáncer.



DR. ENRIQUE ARRIAZA ARDILES - CHILE

- Doctor en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Universidad las Palmas de Gran Canaria, España.
- Docente e Investigador Asociado. Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, Universidad de Playa Ancha, Chile.
- Licenciado en Educación. Universidad de Playa Ancha, Chile.
- Profesor de Educación Física. Universidad de Playa Ancha, Chile.



MG. FABIÁN MOYA VERGARA - CHILE

- Magíster en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, UPLA, Chile.
- Docente de la carrera Entrenador Deportivo, Universidad de Viña del Mar, Chile.
- Investigador del Laboratorio de Investigación en Actividad Física y Deporte (LIAFD), Universidad de Playa Ancha, Chile.
- Licenciado en Educación. Universidad de Playa Ancha, Chile.
- Profesor de Educación Física. Universidad de Playa Ancha, Chile.



NUT. GUILHERME ROSA - BRASIL

- Nutricionista, Universidade do Vale do Itajaí, Brasil.
- Profesor de Post-graduación en Nutrición Deportiva.
- Cursando Doctorando en Nutrición.
- Magíster en Nutrición-Metabolismo y Dietoterapia, Universidade Federal de Catarina, Brasil.
- Post-graduación en Nutrición Deportiva, Universidade Castelo Branco, Brasil.
- Especialista en Nutrición Deportiva, Asociación Brasileña de Nutrición.



MG. TOMAS RIVERA KOFLER - CHILE

- Destacado Triatleta a nivel nacional.
- Magíster en Entrenamiento Deportivo, Universidad Andres Bello, Chile.
- Licenciado en Educación. Universidad de las Américas, Chile.
- Profesor de Educación Física. Universidad de las Américas, Chile.



NUT. ROMINA GARAVAGLIA - ARGENTINA

- Nutricionista, Universidad de Buenos Aires, Argentina.
- Licenciada en Nutrición, Universidad de Buenos Aires, Argentina.
- Diploma en Nutrición Deportiva del COI.
- Instructora ISAK 3
- Asesora externa en Nutrición para Sudamérica Rugby.
- Se desempeñó como nutricionista de la Selección Argentina de Rugby (Pumas).
- Trabajando actualmente con la Federación Colombiana de Rugby.



DR. MATÍAS MONSALVES ÁLVAREZ - CHILE

- Doctor en Nutrición, Universidad de Chile.
- Magíster en Ciencias de la Salud y del Deporte, Universidad Finis Terrae, Chile.
- Profesor de Educación Física, Universidad Autónoma, Chile.
- Licenciado en Educación, Universidad Autónoma, Chile.
- Post Doctorado, Universidad de O'Higgins, Chile.



MG. SAM HERNÁNDEZ JAÑA - CHILE

- Magíster en Actividad Física para la Salud, Pontificia Universidad Católica de Valparaíso, Chile.
- Docente e integrante del Grupo de Investigación en Rendimiento Físico y Salud (IRyS). Pontificia Universidad Católica de Valparaíso, Chile.
- Licenciado en Educación, Pontificia Universidad Católica de Valparaíso, Chile.
- Profesor de Educación Física, Pontificia Universidad Católica de Valparaíso, Chile.



MG. PSICOL. RODRIGO CAUAS - CHILE

- Psicólogo Deportivo y especialista en Coaching.
- Divulgador científico y conferencista.
- Magíster en Medicina y Ciencias del Deporte, Universidad Mayor, Chile.
- Master en Psicología del Deporte y de la Actividad Física, UNED, España.
- Psicólogo, Universidad Andrés Bello, Chile.
- Licenciado en Psicología, Universidad Andrés Bello, Chile.



MG. EDUARDO BÁEZ SAN MARTÍN - CHILE

- Magíster en Medicina y Ciencias del Deporte, Universidad Mayor, Chile.
- Especialista en Evaluación y Prescripción de Ejercicio con orientación al rendimiento deportivo.
- Investigador en el área de las Ciencias del Deporte.
- Tecnólogo en Deportes, Universidad de Playa Ancha, Chile.
- Licenciado en Ciencias de la Actividad Física, Universidad de Playa Ancha, Chile.



MG. RODRIGO YÁÑEZ SEPÚLVEDA - CHILE

- Doctor (c) en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Universidad de León, España.
- Magíster en Medicina y Ciencias Aplicadas al Deporte. Universidad Mayor, Chile.
- Docente de pregrado y postgrado en Universidad Andrés Bello y Universidad Viña del Mar.
- Licenciado en Educación, Pontificia Universidad Católica de Valparaíso, Chile.
- Profesor de Educación Física, Pontificia Universidad Católica de Valparaíso, Chile.



DR. SAMUEL DURAN AGÜERO - CHILE

- Doctor en Nutrición y Alimentos, Universidad de Chile.
- Magíster en Nutrición y Alimentos, INTA, Universidad de Chile.
- Nutricionista, Universidad de Concepción, Chile.
- académico-investigador de la Universidad San Sebastián, Chile.
- Ex presidente del Colegio de nutricionistas de Chile y miembro del directorio de la Sociedad Chilena de nutrición.
- Su línea de investigación se centra en la alimentación y salud pública, edulcorantes no calóricos y sueño-obesidad.



NTA. DIEGO BÁEZ - CHILE

- Nutricionista y Dietista, Universidad Santo Tomas, Chile.
- Cursando magíster en Ciencias de la Actividad Física y Deporte Aplicadas al Entrenamiento, Rehabilitación y Reintegro Deportivo, Universidad Santo Tomas, Chile.
- Diplomado en Ciencias del Ejercicio Físico y Deporte, PUCV, Chile.
- Antropometrista ISAK nivel 2.
- Nutricionista deportivo de seleccionados nacionales en remo y triatlón.



MD. ROCÍO NUCHE - CHILE

- Médico cirujano de la Universidad de Chile.
- Especialista en Medicina del Deporte y la Actividad Física, Universidad Mayor, Chile.
- Médico del Centro de Salud Deportiva de la Clínica Santa María.
- Miembro de Comisión Médica y Unidad Antidopaje Conmebol. Oficial de Control de Dopaje de la CNCD y Comisión Antidopaje ANFP.
- Miembro del Directoria de la Sociedad Chilena de Medicina Deportiva.



MG. JOSIVALDO DA SOUZA LIMA - BRASIL

- Doctorando en Ciencias de la Educación, Universidad de Granada, España.
- Magíster en Salud Colectiva, Facultad de Ciencias Médicas da Santa Casa de São Paulo. Sao Paulo, Brasil.
- Licenciado en Educación Física, Universidade Bandeirante de Sao Paulo, Brasil.
- Especialización en Prescripción y Orientación de Ejercicios Físicos para Adultos Mayores. CELAFISCS, Sao Paulo, Brasil.



DR. ALEX OJEDA ARAVENA - CHILE

- Doctor en Investigación en Ciencias Sociosanitarias y de la Actividad Física, Universidad de Castilla-la Mancha, España.
- Magíster en Ciencias de la Salud y el Deporte, mención Entrenamiento Deportivo, Universidad Finis Terrae, Chile.
- Licenciado en Educación, Universidad de los Lagos, Chile.
- Profesor de Educación Física, Universidad de los Lagos, Chile.
- Profesor asociado, Escuela de Educación Física, Pontificia Universidad Católica de Valparaíso, Chile.
- Su línea de investigación se centra en los deportes de combate, en áreas relacionadas con la medición y evaluación de la fuerza y el acondicionamiento físico.



MG. ALICE GLAVES BEHRMANN - CHILE

- Magíster en Nutrición, Universidad Católica de Chile.
- Diplomado en alimentación y nutrición para el rendimiento y salud, Universidad Católica de Chile.
- Nutricionista Jefe Motion Center, Chile.
- Docente Universidad del Desarrollo, Chile.



MD. MATÍAS MORAN BRAVO - CHILE

- Médico Cirujano, Pontificia Universidad Católica de Chile.
- Magíster en Fisiología Clínica del Ejercicio, Universidad Finis Terrae, Chile.
- Magíster en Educación Física, Universidad de Concepción, Chile.
- Asesor médico de las Selecciones Nacionales masculinas de Hockey Césped.
- Docente invitado de postgrados en Universidad Mayor y Universidad San Sebastián, Chile. Medicina
- Miembro activo de la Sociedad Chilena de del Deporte.
- Médico del plantel profesional de fútbol de Colo Colo, Chile.



LIC. CLAUDIO ESPINOZA - CHILE

- Cursando Magister en Ciencias del Deporte, Universidad Santo Tomas, Chile.
- Diplomado en Fisiología del Ejercicio, Universidad Finis Terrae, Chile.
- Diplomado en Prescripción de Ejercicio Cardio-metabólico, USACH, Chile.
- Postítulo en Medicina Deportiva, Inades, Brasil.
- Licenciado en Educación, Universidad UCINF, Chile.
- Profesor de Educación Física, Universidad UCINF, Chile
- Colaborador del Best Seller "O Mundo Anabólico " 4th edición.



NTA. HUMBERTO PEÑA - CHILE

- Máster en Nutrición y Dietética vegetariana, Universidad Europea del Atlántico.
- Diplomado en Nutrición y Alimentación para el Rendimiento Deportivo y Salud, Pontificia universidad Católica de Chile.
- Certificación Internacional ISAK nivel 2.
- Profesor de Educación Física, Pontificia Universidad Católica de Valparaíso.
- Nutricionista, Universidad Andrés Bello.



INFORMACION DEL PROGRAMA

DURACIÓN

Horas totales: 120 horas cronológicas

Horas presenciales: 14 horas cronológicas

Horas tutoría no presencial: 22 horas cronológicas

VACANTES

50 estudiantes

POSTULACIONES

Inicio de la postulación: **Miércoles 28 de Abril 2022**

Cierre de las postulaciones: **Lunes 04 de Julio 2022**

INICIO: Sábado 09 de Julio y **TERMINO:** Sábado 26 de Noviembre

HORARIO DE CLASES

Sábados: 09:00 a 18:15 horas (clases cada 15 días aprox.)

REQUISITOS DE POSTULACIÓN

- Ficha de postulación (solicitar a coordinador).
- Curriculum vitae
- Acreditar su calidad de profesional mediante certificado de título.
- Alumnos de último año certificado que acredite su condición.
- Presentar fotocopia de cédula de identidad.

VALOR DEL PROGRAMA

Arancel: \$ 1.100.000

Matrícula: \$ 50.000 pago contado (con la matrícula ya reservas tu cupo).

FORMAS DE PAGO ARANCEL

Contado (Efectivo o cheque al día)

Tarjeta de crédito

Cheques (máximo 5)

DESCUENTOS

- Alumnos PUCV 10% descuento en el arancel.
- Alumnos no PUCV 5% descuento en el arancel (al 15 de Mayo inclusive) y descuento por pago al contado (5% en el arancel). **Estos 2 últimos descuentos pueden ser acumulables.**

ORGANIZA

Escuela de Educación Física PUCV

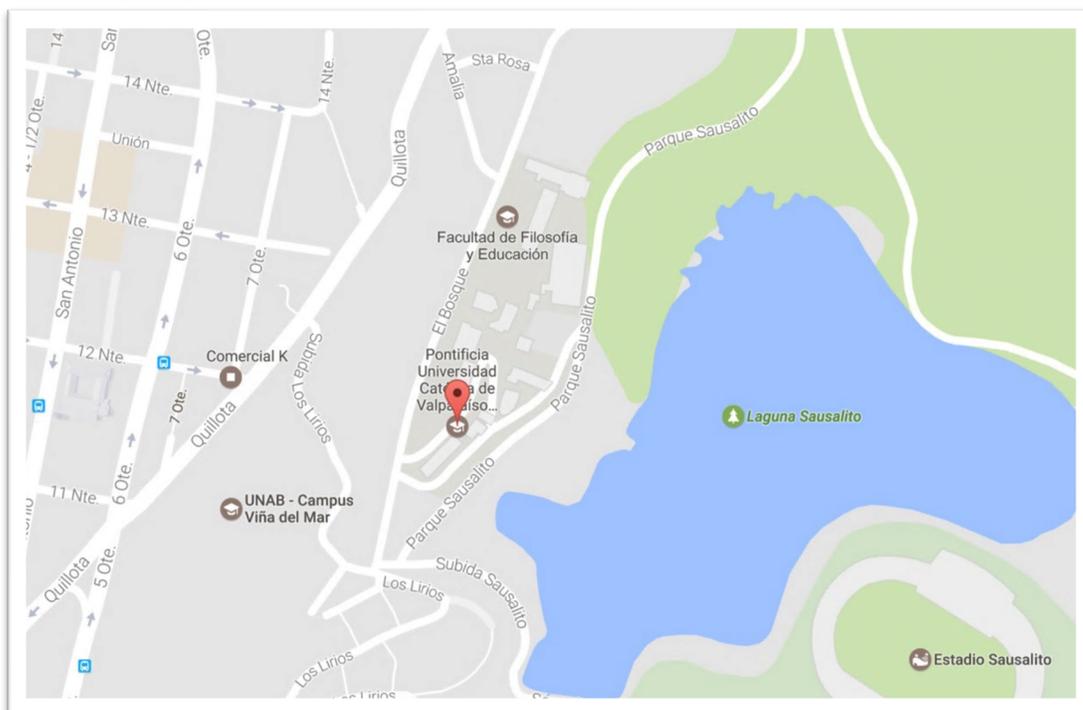
ACREDITACIÓN CARRERA

7 años

LUGAR REALIZACIÓN DE LAS CLASES PRESENCIALES (2 SESIONES)

Av. El bosque 1290, Viña del Mar, Chile.

Pincha aquí: <https://goo.gl/maps/v1ogos7Aqf6HZQpTA>



CALENDARIZACIÓN

Fecha	Módulos	Contenidos	Docentes	Horario
09 de julio	Módulo 1. Fisiología del ejercicio y entrenamiento físico – deportivo.	<ul style="list-style-type: none"> Presentación del diplomado, modalidad y calendarización. Fisiología de la adaptación del tejido musculo esquelético al ejercicio físico. Integración sistémica: Muscular, cardiovascular y endocrino. Fisiología del Entrenamiento Neuromuscular TFI: ¿Cómo mantenerse actualizado en los temas que nos interesan? 	Dr. Carlos Cristi Montero y Mg. Jorge Olivares (Chile) Dr. Luis Peñailillo (Chile) Mg. Astrid Von Oetinger (Chile) Mg. Dario Cappa (Argentina) Dr. Carlos Cristi Montero (Chile)	09:00 – 10:30 10:45 – 12:15 12:30 – 14:00 15:00 – 16:30 16:45 – 18:15
23 de julio		<ul style="list-style-type: none"> Bases del entrenamiento físico deportivo. Capacidades físicas y periodización del entrenamiento Detección de talentos deportivos (estrategia Z) Bases del entrenamiento de la fuerza y potencia Planificación del entrenamiento de fuerza muscular. 	Mg. Fabián Moya (Chile) Dr. Enrique Arriaza (Chile) Mg Josivaldo Da Souza (Brasil) Dr. Álvaro Huerta (Chile) Dr. Alex Ojeda (Chile)	09:00 – 10:30 10:45 – 12:15 12:30 – 14:00 15:00 – 16:30 16:45 – 18:15
06 de agosto		<ul style="list-style-type: none"> Entrenamiento pliométrico aplicado al alto rendimiento. Bases del entrenamiento aeróbico-anaeróbico. Respuestas y adaptaciones fisiológicas cardio-respiratorias al ejercicio. Entrenamiento intervalado de alta intensidad orientado al entrenamiento deportivo. Planificación del entrenamiento de resistencia aeróbico. 	Dr. Rodrigo Ramírez Campillo (Chile) Dr. Jorge Cancino (Chile) Dr. Jorge Cancino (Chile) Mg. Eduardo Báez (Chile) Mg. Tomas Rivera (Chile)	09:00 – 10:30 10:45 – 12:15 12:30 – 14:00 15:00 – 16:30 16:45 – 18:15
20 de agosto	Módulo 2. Prescripción del ejercicio físico para la salud.	<ul style="list-style-type: none"> Evaluación teórica módulo 1. Fisiología y entrenamiento físico. Prescripción del ejercicio físico para personas con comorbilidades. Prescripción del ejercicio físico en el adulto mayor. Prescripción del ejercicio físico durante el embarazo y postparto. Prescripción del ejercicio físico en personas con cáncer. 	Mg. Jorge Olivares (Chile) Mg. Sam Hernández (Chile) Md. Sandra Mahecha (Colombia) Mg. Vanessa Salvatierra (Chile) Dra. Ena Romero (México)	09:00 – 10:30 10:45 – 12:15 12:30 – 14:00 15:00 – 16:30 16:45 – 18:15
03 de septiembre		<ul style="list-style-type: none"> Entrenamiento intervalado de alta intensidad orientado a la salud. Evaluación de la Condición Física relacionada a la salud en niños y adultos. Entrenamiento de fuerza en niños y niñas. ¿Cómo el ejercicio físico puede mejorar nuestro rendimiento cognitivo y académico? TFI: ¿Dónde y cómo buscar Información científica de calidad? 	Dr. Matías Monsalves (Chile) Dr. José Castro Piñero (España) Dr. Emilio Villa (España) Dr. Carlos Cristi Montero (Chile) Mg. Jorge Olivares (Chile)	09:00 – 10:30 10:45 – 12:15 12:30 – 14:00 15:00 – 16:30 16:45 – 18:15
24 de septiembre	Módulo 3. Nutrición aplicada al	<ul style="list-style-type: none"> Evaluación Teórica Módulo 2: Prescripción para la Salud. Nutrición balanceada y salud. Bases de la nutrición aplicada al ejercicio físico. 	Mg Jorge Olivares (Chile) Dr. Samuel Duran (Chile) Dr. Carlos Jorquera (Chile)	09:00 – 10:30 10:45 – 12:15 12:30 – 14:00

	ejercicio físico y deportes.	<ul style="list-style-type: none"> • Timing nutricional orientado al aumento de masa muscular y pérdida de grasa. • Entrenamiento mental en el cerebro de un deportista 	Dr. Carlos Jorquera (Chile)	15:00 – 16:30
08 de octubre		<ul style="list-style-type: none"> • TFI: ¿Cómo interpretar los resultados y estadística en un artículo científico? • Nutrición en deportistas veganos/vegetarianos. • Evaluación del gasto energético por métodos directos e indirectos. • Suplementación deportiva ¿Qué funciona realmente? • Nutrición según condiciones ambientales (temperatura, altitud, humedad) 	Psic. Rodrigo Cauas (Chile)	16:45 – 18:15
			Dr. Carlos Cristi Montero (Chile)	09:00 – 10:30
			Nut. Humberto Peña (Chile)	10:45 – 12:15
			Mg. Alice Glaves (Chile)	12:30 – 14:00
			Nut. Diego Báez (Chile)	15:00 – 16:30
			Nut. Guilherme Rosa (Brasil)	16:45 – 18:15
22 de octubre		<ul style="list-style-type: none"> • TFI: Preparación revisión literaria. • Bases teóricas de las sustancias anabólicas y dopaje en el deporte. • Sustancias anabólicas y dopaje en el culturismo. • Estrategias de recuperación post competición. • Nutrición deportiva para el alto rendimiento. 	Mg. Jorge Olivares (Chile)	09:00 – 10:30
			Md. Rocío Nucho (Chile)	10:45 – 12:15
			Lic. Claudio Espinoza (Chile)	12:30 – 14:00
			Md. Matías Moran (Chile)	15:00 – 16:30
			Nut. Romina Garavaglia (Argentina)	16:45 – 18:15
05 de noviembre	Módulo 4. Antropometría aplicada al rendimiento físico y salud.	<ul style="list-style-type: none"> • Evaluación Teórica Módulo 3: Nutrición Aplicada al ejercicio físico. • Bases y técnicas de evaluación antropométrica. • Proporcionalidad I. • Proporcionalidad II. 	Mg Jorge Olivares (Chile)	09:00 – 10:30
			Dr. Fernando Rodríguez (Chile)	10:45 – 12:15
			Dr. Fernando Rodríguez (Chile)	12:30 – 14:00
			Dr. Fernando Rodríguez (Chile)	15:00 – 16:30
11 de noviembre (Presencial)	Sesión de aplicación.	<ul style="list-style-type: none"> • Bases teóricas del somatotipo y composición corporal. • Sesión de aplicación: Somatotipo y composición corporal I. • Sesión de aplicación: Somatotipo y composición corporal II. • Evaluación práctica Módulo 4: Antropometría aplicada 	Mg. Javier Sánchez (Chile)	09:00 – 10:30
			Mg. Javier Sánchez (Chile)	10:45 – 12:15
			Mg. Javier Sánchez (Chile)	12:30 – 14:00
			Mg. Javier Sánchez y Dr. Fernando Rodríguez (Chile)	15:30 – 18:30
12 de noviembre (Presencial)	Sesión de aplicación.	<ul style="list-style-type: none"> • Evaluación ergoespirométrica: Test de Esfuerzo Maximal, Umbral Láctico y Espectroscopia del infrarrojo cercano. • Evaluación de la composición corporal por Absorciometría de rayos X de energía dual y Bioimpedancia Eléctrica. 	Mg. Rodrigo Yáñez (Chile)	09:00 – 10:30
			Dr. Fernando Rodríguez (Chile)	10:45 – 12:15
				12:30 – 14:00
				15:00 – 16:30
26 de noviembre	Módulo 5. Evaluación final Trabajo Final de Investigación.	<ul style="list-style-type: none"> • Evaluación Módulo 5: Presentación trabajo final de investigación. 	Mg. Jorge Olivares (Chile)	09:00 – 15:00
			Klgo. Javier Sánchez (Chile)	
			Dr. Carlos Cristi Montero (Chile)	

*La calendarización y participación de docentes podría cambiar debido a situaciones de fuerza mayor.