

CURSO TENDENCIAS EN NUTRICIÓN DEPORTIVA



EN VIVO VÍA
ZOOM



DIPLOMA CON
VALOR CURRICULAR
DE **32 HORAS**

OBJETIVO



Formar especialistas para mejorar la salud de la población, en el campo de la nutrición deportiva, así como desarrollar competencias de prevención y tratamiento nutricional al deportista, con la finalidad de mejorar el rendimiento deportivo desde una perspectiva humanista.

PERFIL DE EGRESO



- Comprenderán conceptos básicos de nutrición y alimentación.
- Promoverán una alimentación saludable en sus entornos deportivo, familiar y social.
- Identificarán conductas nutricionales que representan un riesgo para la salud.
- Integrarán conceptos actualizados de nutrición deportiva para mejorar el rendimiento físico.
- Reconocerán información sobre nutrición y salud basada en evidencia.

TEMARIO



Módulo I.- Fundamentos de la nutrición y la alimentación.

- Metabolismo y equilibrio energético.
- Conceptos básicos de la dieta humana.
- Clasificación NOVA para alimentos y nuevo etiquetado.
- Sesión en vivo: Los nutrimentos que comemos y bebemos.

Módulo II.- Revisión de tendencias en nutrición.

- Dietas détox
- Veganismo y vegetarianismo
- Sesión en vivo: Ayuno intermitente y dieta cetogénica



Módulo III.- Suplementación enfocada al deporte y rendimiento

- Pérdida de grasa corporal.
- Ganancia de masa muscular.
- Sesión en vivo: Radiografía de suplementos utilizados como pre-entrenos.

Módulo IV.-Tendencias en farmacoterapia y suplementación para la estética corporal y la salud.

- Suplementos de marketing multinivel (Usana, Herbalife y Omnilife).
- Fármacos para el control de peso.
- Sesión en vivo: Estrés oxidativo: ¿Héroe o amenaza?

Calendarización



Módulo	Horas estimadas para revisión en plataforma	Fecha del material en plataforma educativa.	Sesión Zoom en vivo.	Ponente.
Módulo I	6	26 de Mayo del 2022	2 de junio del 2022	Eduardo Guzmán
Módulo II	6	3 de junio del 2022	9 de junio del 2022	Eduardo Guzmán
Módulo III	6	10 de junio del 2022	16 de junio del 2022	Eduardo Guzmán
Módulo IV	6	17 de junio del 2022	23 de junio del 2022	Eduardo Guzmán

Las sesiones Zoom se llevarán a cabo los días **JUEVES** de 18:00 a 20:00 horas

Inversión



	Público en general	Alumnos del UHA
Inscripción antes del 2 de junio del 2022.	\$1,500.00	\$1,500.00
Mensualidad 15 de junio del 2022.	\$1,500.00	\$1,000.00
Total	\$3,000.00	\$2,500.00



Mtro. Eduardo Guzmán Delgado.



Eduardo es licenciado en nutrición por la Universidad del Valle de México campus Coyoacán, realizó un Máster en fisiología integrativa en la Universidad de Barcelona, Barcelona, España.

Cuenta con una Certificación oficial de Entrenador Personal por la National Strength and Conditioning Association (NSCA-Spain), a partir de 2021 obtuvo la recertificación con distinción D* (NSCA-CPT D*).

Ha cursado diplomados y cursos de especialidad en el área de la nutrición clínica, síndrome metabólico y farmacología en el Centro de orientación alimentaria (COA). Es especialista en fuerza y diplomado en metodología del entrenamiento deportivo por Sport City University y tiene capacitación en planificación del entrenamiento deportivo por el CECESD de la UNAM.

Se ha desempeñado en el área deportiva en la cadena de clubs Sport City y en el área de nutrición hospitalaria en el INCMNSZ. Actualmente es colaborador en el área de Formación e Intervención nutricional en el Centro de Orientación Alimentaria (COA Nutrición), se dedica a la implementación de talleres de nutrición y ejercicio para empresas, es docente en el área de la prescripción de ejercicio físico y nutrición deportiva en COA y en estudios de licenciatura, maestría y educación continua en diferentes universidades, ofrece consulta nutricional combinando la alimentación con el ejercicio físico en sus pacientes.

Al tomar el curso en tendencias en nutrición deportiva obtendrás un cupón de descuento de \$500.00 en el siguiente curso de "Entrenamiento Deportivo para la Salud, Composición Corporal y Rendimiento Físico"

Al finalizar el Curso se entregará un Diploma por parte de la Universidad Humanista de las Américas con un valor curricular de 32 horas de acuerdo a criterios nacionales de educación continua.

La Coordinación de Educación Continua se reserva el derecho de posponer el diplomado si no se cubre el número mínimo de participantes requerido.