

# **DIPLOMADO EN** **NUTRICIÓN DEL DEPORTE**



ProUniversitarios®



**FORO**  
**MUNDIAL**  
DE UNIVERSITARIOS



**WFUE**  
— SCIENTIA ET COGNITIO SOCIUS —





ProUniversitarios®



**DIPLOMADOS INTERNACIONALES**

***¡MUCHO QUE APRENDER, MUCHO QUE DISFRUTAR!***

**• DIPLOMADO EN NUTRICIÓN DEL DEPORTE •**

**[WWW.NUTRICION.PROUNIVERSITARIOS.ORG](http://WWW.NUTRICION.PROUNIVERSITARIOS.ORG)**





**PROUNIVERSITARIOS®** ES EL PROGRAMA ACADÉMICO DE ALTO NIVEL CREADO POR EL **FORO MUNDIAL DE UNIVERSITARIOS®** QUE PERMITE LA EDUCACIÓN CONTINUA EXTRACURRICULAR DE EXCELENCIA, A TRAVÉS DE SUS MÁS DE 50 DIPLOMADOS INTERNACIONALES PARA UNIVERSITARIOS, CON EL PROPÓSITO DE DESARROLLAR HABILIDADES Y CONOCIMIENTOS DE GRAN VALOR EN LA VIDA PROFESIONAL DE LOS ESTUDIANTES.

EL **FORO MUNDIAL DE UNIVERSITARIOS®** CONSTITUYE LA PLATAFORMA ACADÉMICA DE EVENTOS EXTRACURRICULARES MÁS IMPORTANTE DEL MUNDO, DONDE HAN PARTICIPADO MÁS DE 100,000 UNIVERSITARIOS DE 45 PAÍSES DE MÁS DE 1500 UNIVERSIDADES.

## **DIPLOMADO EN NUTRICIÓN DEL DEPORTE**

### OBJETIVO GENERAL

LA NUTRICIÓN EQUILIBRADA CONTRIBUYE A QUE LOS DEPORTISTAS SE MANTENGAN EN BUEN ESTADO DE SALUD Y APROVECHE AL MÁXIMO SUS CAPACIDADES FÍSICAS POTENCIALES PARA OBTENER LOS MEJORES RESULTADOS.

EL **DIPLOMADO EN NUTRICIÓN DEL DEPORTE** ESTÁ DIRIGIDO A ALUMNOS QUE REQUIERAN CONOCER LAS CONSIDERACIONES NUTRICIAS PARA UN QUE UN DEPORTISTA SE DESEMPEÑE DE LA MEJOR MANERA.

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ▶ IDENTIFICAR GENERALIDADES DE LA NUTRICIÓN, ASÍ COMO LAS BASES PARA ENTRENAMIENTO POSITIVO.
- ▶ CONOCER LOS ANTECEDENTES DE LA BIOQUÍMICA Y LA FISIOLÓGIA DEL EJERCICIO.
- ▶ IDENTIFICAR LAS DIFERENTES CONDICIONES NUTRICIAS QUE DEBE POSEER EL DEPORTISTA PARA TENER BUEN RENDIMIENTO.
- ▶ CONOCER CÓMO INFLUYE LA CINEANTROPOMETRÍA EN LOS DEPORTISTAS PARA SU MEJOR DESEMPEÑO.
- ▶ CONOCER LOS BENEFICIOS DEL EJERCICIO EN LA SOCIEDAD, ASÍ COMO LA BUENA NUTRICIÓN EN PERSONAS CON PROBLEMAS DE SALUD.





# INFORMACIÓN GENERAL

## METODOLOGÍA

- ▶ USO DE EQUIPO AUDIOVISUAL INTERACTIVO PARA AMPLIAR CONOCIMIENTOS DE LA NUTRICIÓN DEL DEPORTE.
- ▶ TALLER TEÓRICO PARA CONOCER CÓMO REALIZAR DEL CÁLCULO DIETÉTICO DE UNA PERSONA.
- ▶ TALLER TEÓRICO PARA COMPRENDER LA ANTROPOMETRÍA.

## CERTIFICACIÓN

EL DIPLOMADO INTERNACIONAL EN NUTRICIÓN DEL DEPORTE SE ENCUENTRA CERTIFICADO CON 40 PUNTOS DE VALOR CURRICULAR POR LA WORLD FEDERATION FOR UNIVERSITY EDUCATION Y AVALADO POR LA STPS (SISTEMA DE REGISTRO DE LA CAPACITACIÓN EMPRESARIAL SIC110307957-0013).



## STPS

SECRETARÍA DEL TRABAJO  
Y PREVISIÓN SOCIAL

## SEDE Y FECHAS DISPONIBLES

EL DIPLOMADO INTERNACIONAL EN NUTRICIÓN DEL DEPORTE SE IMPARTIRÁ EN **CANCÚN QUINTANA ROO, MÉXICO** EN LAS SIGUIENTES FECHAS:

- ▶ 10 AL 17 DE ENERO DE 2018
- ▶ 21 AL 28 DE NOVIEMBRE DE 2018

\*CUPO LIMITADO A 60 PARTICIPANTES POR FECHA.

CONOCIMIENTO   
EXPERIENCIA  
A TU ALCANCE



# DIPLOMADO EN NUTRICIÓN DEL DEPORTE

## PROGRAMA ACADÉMICO



### MÓDULO 1 – CONCEPTUALIZACIÓN DE LA NUTRICIÓN

- ▶ HISTORIA DE LA NUTRICIÓN Y MEDICINA DEL DEPORTE
- ▶ CLASIFICACIÓN DE NUTRIMENTOS
- ▶ AGUA Y FIBRA DIETÉTICA
- ▶ NUTRIMENTOS INORGÁNICOS
- ▶ RESPUESTA FISIOLÓGICA AL EJERCICIO
- ▶ CLASIFICACIÓN DE EJERCICIO Y DEPORTES
- ▶ BASES DEL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO



### MÓDULO 2 – BIOQUÍMICA Y FISIOLÓGÍA DEL EJERCICIO

- ▶ ANTECEDENTES DE BIOQUÍMICA DEL EJERCICIO
- ▶ AGUA, PH Y OSMOLALIDAD
- ▶ ENZIMOLOGÍA APLICADA AL DEPORTE
- ▶ METABOLISMO ENERGÉTICO
- ▶ LACTATO COMO INDICADOR BIOLÓGICO
- ▶ RADICALES LIBRES
- ▶ REGULACIÓN DE LA CIRCULACIÓN
- ▶ LIPOPROTEÍNAS Y SU REGULACIÓN
- ▶ FATIGA CENTRAL Y PERIFÉRICA
- ▶ PROTEINURIA COMO INDICADOR



### MÓDULO 3 – CONSIDERACIONES NUTRICIAS PARA EL DEPORTISTA

- ▶ NUTRICIÓN Y DEPORTE, MITOS Y REALIDADES
- ▶ ASPECTOS NUTRICIONALES EN DEPORTES DE FUERZA, VELOCIDAD RESISTENCIA
- ▶ DIETA EN EL MACROCICLO
- ▶ COMPLEMENTACIÓN ALIMENTARIA EN DEPORTES
- ▶ HIDRATACIÓN Y BEBIDAS HIDRATANTES
- ▶ AYUDAS ERGOGÉNICAS
- ▶ CONTROL DE PESO EN EL DEPORTISTA
- ▶ TALLER DE CÁLCULO DIETÉTICO



### MÓDULO 4 – CINEANTROPOMETRÍA

- ▶ PUNTOS SOMATOMÉTRICOS: LONGITUDES, DIÁMETROS, CIRCUNFERENCIAS Y PLIEGUES. CUTÁNEOS.
- ▶ ÍNDICES ANTROPOMÉTRICOS
- ▶ SOMATOTIPO Y SU UTILIDAD
- ▶ COMPOSICIÓN CORPORAL Y FORMA DE CÁLCULO
- ▶ ÁREAS GRASAS Y MUSCULARES
- ▶ EL PHANTOM
- ▶ TALLER DE ANTROPOMETRÍA
- ▶ CÁLCULO Y APLICACIONES





### MÓDULO 5 – NUTRICIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ENFERMEDADES CRÓNICAS DEGENERATIVAS

- ▶ BENEFICIOS DE UNA SOCIEDAD EJERCITADA
- ▶ EL PARADIGMA DE LA SALUD
- ▶ ACTIVIDAD FÍSICA EN POBLACIONES ESPECIALES (DIABETES, CARDIOPATÍAS, DISCAPACITADOS, ARTROPATÍAS, OBESIDAD, ENTRE OTROS)
- ▶ TRASTORNOS DE ALIMENTACIÓN (ANOREXIA, BULIMIA, ORTOREXIA, VOGOREXIA Y COMEDOR COMPULSIVO)
- ▶ NUTRICIÓN EN OBESIDAD
- ▶ PROGRAMAS PARA REDUCCIÓN DE PESO Y PUBLICIDAD





# DIPLOMADOS INTERNACIONALES PROUNIVERSITARIOS®

## FORO MUNDIAL DE UNIVERSITARIOS



### PAQUETE TODO INCLUIDO

- ▶ DIPLOMADO AVALADO Y CERTIFICADO NACIONAL E INTERNACIONALMENTE
- ▶ KIT DE MATERIAL DIDÁCTICO
- ▶ MANUAL ACADÉMICO DE APOYO
- ▶ CONSTANCIA CERTIFICADA CON 40 PUNTOS DE VALOR CURRICULAR POR LA WORLD FEDERATION FOR UNIVERSITY EDUCATION
- ▶ 8 DÍAS Y 7 NOCHES DE HOSPEDAJE EN CORTESÍA EN EL CLUB UNIVERSITARIO INFINITY SUITES EN OCUPACIÓN CUÁDRUPLE
- ▶ DESAYUNO BUFFET DURANTE TODOS LOS DÍAS DE ESTANCIA EN EL CLUB UNIVERSITARIO
- ▶ TRANSPORTACIÓN Y ACCESO AL CLUB DE PLAYA MANDALA BEACH CLUB
- ▶ TOUR CHICHEN ITZÁ Y CENOTE SAGRADO IK' KIL
- ▶ TOUR TULUM Y PLAYA DEL CARMEN
- ▶ TOUR AKUMAL SNORKEL CON TORTUGAS
- ▶ TOUR PARQUE CENOTES DOS OJOS
- ▶ TRANSPORTACIÓN AEROPUERTO - CLUB UNIVERSITARIO - AEROPUERTO



PRECIO DEL PAQUETE CON DESCUENTOS

**\$6,998.00 MX + \$998.00 MX • CUOTA DE REGISTRO**



### BENEFICIOS PARA GRUPOS

OBTÉN EN CORTESÍA TU HOSPEDAJE DE 8 DÍAS, 7 NOCHES EN EL  
**CLUB UNIVERSITARIO INFINITY SUITES**

ADEMÁS VISITA EL MUSEO MAYA DE CANCÚN SIN COSTO

PARTICIPA COMO ORGANIZADOR FORÁNEO Y OBTÉN  
**TU PAQUETE GRATIS • AL REUNIR UN GRUPO DE 15 ASISTENTES**  
[INFO@PROUNIVERSITARIOS.ORG](mailto:INFO@PROUNIVERSITARIOS.ORG)

### FORMAS DE PAGO

PAGO INICIAL DE REGISTRO **\$998.00 MX**  
HASTA 10 MENSUALIDADES DE **\$699.80 MX**  
**¡SOLO \$23 PESOS DIARIOS!**



# DIPLOMADO EN NUTRICIÓN DEL DEPORTE

## ITINERARIO DE ACTIVIDADES



### DÍA 1: MIÉRCOLES

10:00 – 22:00 TRASLADO DEL AEROPUERTO AL CLUB UNIVERSITARIO INFINITY SUITES®

13:00 – 22:00 CHECK IN Y REGISTRO EN EL CLUB UNIVERSITARIO INFINITY SUITES®

TARDE LIBRE/ CLUB DE PLAYA MANDALA Y LA ISLA

### DÍA 2: JUEVES

07:00 – 10:00 DESAYUNO EN EL CLUB UNIVERSITARIO INFINITY SUITES®

10:00 – 12:30 **MÓDULO 1:** CONCEPTUALIZACIÓN DE LA NUTRICIÓN

13:00 – 17:00 TRASLADO Y ACCESO A MUSEO MAYA DE CANCÚN

TARDE LIBRE

### DÍA 3: VIERNES

07:00 – 09:30 DESAYUNO EN EL CLUB UNIVERSITARIO INFINITY SUITES®

09:30 – 12:00 **MÓDULO 2:** BIOQUÍMICA Y FISIOLÓGIA DEL EJERCICIO

12:30 SALIDA A TULUM

14:30 – 17:00 VISITA A ZONA ARQUEOLÓGICA DE TULUM

18:00 – 21:00 RECORRIDO LIBRE EN PLAYA DEL CARMEN

21:30 REGRESO AL CLUB UNIVERSITARIO INFINITY SUITES®

### DÍA 4: SÁBADO

07:00 – 09:30 DESAYUNO EN EL CLUB UNIVERSITARIO INFINITY SUITES®

09:30 – 12:00 **MÓDULO 3:** CONSIDERACIONES NUTRICIAS PARA EL DEPORTISTA

12:30 SALIDA A AKUMAL

15:00 – 17:00 SNORKEL\* Y NADO CON TORTUGAS

TARDE LIBRE EN AKUMAL

20:00 REGRESO AL CLUB UNIVERSITARIO INFINITY SUITES®

### DÍA 5: DOMINGO

07:00 SALIDA A CHICHÉN ITZÁ

10:00 – 12:00 DESAYUNO Y PASEO EN PISTÉ HACIENDA XAYBE´H

12:00 – 15:00 VISITA ZONA ARQUEOLÓGICA CHICHÉN ITZÁ

15:00 – 16:00 COMIDA\* EN PISTÉ

16:00 – 18:00 NADO EN CENOTE IK´KIL

19:00 – 20:30 ESPECTÁCULO NOCHES DE KUKULKÁN

21:00 REGRESO AL CLUB UNIVERSITARIO INFINITY SUITES®

### DÍA 6: LUNES

07:00 – 10:00 DESAYUNO EN EL CLUB UNIVERSITARIO INFINITY SUITES®

10:00 – 12:30 **MÓDULO 4:** CINEANTROPOMETRÍA

TARDE LIBRE

OPCIONAL: TOUR ISLA MUJERES\*

### DÍA 7: MARTES

07:00 – 09:30 DESAYUNO EN EL CLUB UNIVERSITARIO INFINITY SUITES®

09:30 – 11:30 **MÓDULO 5:** NUTRICIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ENFERMEDADES CRÓNICAS DEGENERATIVAS

11:30 – 12:00 ENTREGA DE DIPLOMAS Y FOTO GRUPAL

12:30 – 14:30 VIAJE A PARQUE CENOTES DOS OJOS

14:30 – 16:00 COMIDA EN PARQUE DOS OJOS

16:00 – 18:00 NADO EN CENOTES

19:00 – 21:00 RECORRIDO LIBRE EN PLAYA DEL CARMEN

21:30 REGRESO AL CLUB UNIVERSITARIO INFINITY SUITES®

### DÍA 8: MIÉRCOLES

06:30 – 18:30 TRASLADOS DEL CLUB UNIVERSITARIO AL AEROPUERTO

07:00 – 11:00 DESAYUNO EN EL CLUB UNIVERSITARIO INFINITY SUITES®

12:00 HORA LÍMITE PARA CHECK OUT EN CLUB UNIVERSITARIOS INFINITY SUITES®

\* ACTIVIDADES CON COSTO ADICIONAL

# REGÍSTRATE EN 3 PASOS

1.

## ELIGE UNA SEDE

PAQUETES CON HOSPEDAJE DE 8 DÍAS, 7 NOCHES



2.

## REGÍSTRATE EN LÍNEA

RESERVA TU LUGAR EN: [WWW.PROUNIVERSITARIOS.ORG](http://WWW.PROUNIVERSITARIOS.ORG)



3.

## REALIZA TU PAGO DE REGISTRO

Y PAGA EL RESTO HASTA EN 10 MENSUALIDADES



## CONTACTO

- ▶ [WWW.NUTRICION.PROUNIVERSITARIOS.ORG](http://WWW.NUTRICION.PROUNIVERSITARIOS.ORG)
- ▶ [WWW.PROUNIVERSITARIOS.ORG](http://WWW.PROUNIVERSITARIOS.ORG)
- ▶ E-MAIL: [INFO@PROUNIVERSITARIOS.ORG](mailto:INFO@PROUNIVERSITARIOS.ORG)
- ▶ FACEBOOK: [PROUNIVERSITARIOSDIPLOMADOS](https://www.facebook.com/PROUNIVERSITARIOSDIPLOMADOS)
- ▶ TWITTER: [@PRODIPLOMADOS](https://twitter.com/PRODIPLOMADOS)
- ▶ TELÉFONOS: +52 (998) 287 67 07 Y 08
- ▶ WHATSAPP: +52 (55) 44 61 97 92
- ▶ SKYPE: FORO-MUNDIAL



COPYRIGHT © 2016. FUNDACIÓN FORD MUNDIAL DE UNIVERSITARIOS A.C. TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS. PROHIBIDA LA REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL DE ESTA PUBLICACIÓN, POR CUALQUIER MEDIO O PROCEDIMIENTO, SIN CONTAR CON LA AUTORIZACIÓN PREVIA, EXPRESA Y POR ESCRITO DE LA FUNDACIÓN. TODA FORMA DE UTILIZACIÓN NO AUTORIZADA SERÁ PERSEGUIDA CON LO ESTABLECIDO EN LA LEY FEDERAL DEL DERECHO DE AUTOR. TODAS LAS MARCAS Y LOS LOGOTIPOS MENCIONADOS PERTENECEN A SUS RESPECTIVOS PROPIETARIOS.





***¡EMPRENDE PROFESIONALMENTE!***