



SALUDDEPORTIVA

3RA VERSIÓN CURSO DE NUTRICIÓN DEPORTIVA

INICIO 26 DE JULIO
15:00 - 18:00 HRS
ÑUÑO A, SANTIAGO

MODALIDAD ONLINE Y
PRESENCIAL

Curso de Nutrición Deportiva Teórico-Práctico

¿Buscas ampliar tus conocimientos en nutrición aplicada al deporte, optimizar el rendimiento de atletas y entender en profundidad cómo la alimentación impacta en cada fase del entrenamiento? Nuestro curso de Nutrición Deportiva te brindará las herramientas necesarias para convertirte en un profesional especializado y capaz de asesorar con rigor científico a deportistas de diferentes disciplinas.

¿Qué incluye el curso?

Clases Teóricas

(modalidad presencial u online sincrónica)

- *Metabolismo energético*: Conoce las vías metabólicas, fuentes energéticas y su impacto en el rendimiento.
- *Antropometría*: Aprende a evaluar la composición corporal, índices y medidas clave.
- *Nutrición deportiva*: Diseña planes nutricionales específicos para diferentes tipos de atletas y objetivos.
- *Bioimpedanciometría*: Interpreta resultados y aplicarlos al seguimiento nutricional y la mejora del rendimiento.

Clases Prácticas

Consumo de oxígeno (VO_2):

Mide y comprende el nivel aeróbico real de los deportistas.

Bioimpedanciometría y cineantropometría:

Evalúa la composición corporal de manera rápida y precisa.

Evaluación de la sudoración:

Identifica pérdidas de líquidos y electrolitos, ajustando hidratación y nutrición.

Lactato en sangre: Determina el umbral anaeróbico y orienta las estrategias de entrenamiento.

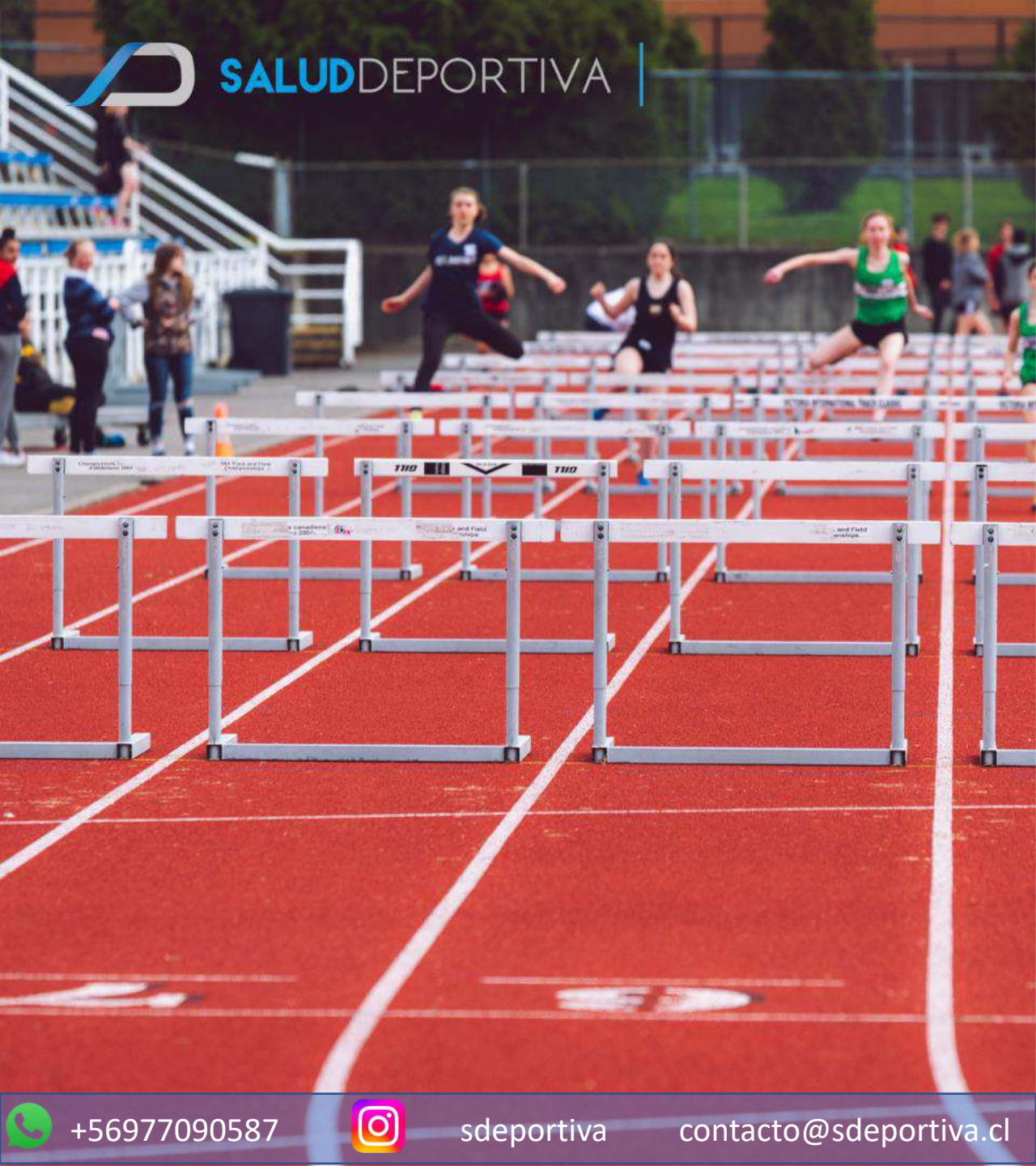
Detección y manejo de la deshidratación:

Controla el estado hídrico para optimizar la recuperación y el rendimiento.

Estimación de la fuerza:

Ven a conocer como se mide la fuerza con dispositivos como el encoder, para desarrollar una planificación de entrenamiento.





¿A quién está dirigido?

Nutricionistas, licenciados en Ciencias del Deporte, entrenadores, médicos deportivos, fisioterapeutas y profesionales de la salud interesados en la nutrición aplicada al rendimiento deportivo.

Certificación y Beneficios:

Obtén un certificado avalado por profesionales con experiencia en campo clínico y deportivo.

Accede a recursos actualizados, casos prácticos, y la posibilidad de ampliar tu red de contactos en el ámbito del deporte de alto rendimiento.

¡Empieza a marcar la diferencia en el rendimiento deportivo!

Aprende las claves para ayudar a atletas a alcanzar su máximo potencial a través de una nutrición y evaluación fisiológica de calidad.

¡Inscríbete ahora y lleva tus conocimientos en nutrición deportiva al siguiente nivel!



+56977090587



sdeportiva

contacto@sdeportiva.cl



PROGRAMACIÓN

TEMATICA	FECHA	MODALIDAD	HORARIO
METABOLISMO ENERGÉTICO	26 DE JULIO	PRESENCIAL Y ONLINE	15:00-18:00 HRS
ANTROPOMETRIA Y BIOIMPEDANCIOMETRIA	2 DE AGOSTO	PRESENCIAL Y ONLINE	15:00 -18:00 HRS
CALCULO DE REQUERIMIENTOS NUTRICIONALES E HIDRICOS	9 DE AGOSTO	PRESENCIAL Y ONLINE	15:00 – 18:00 HRS
NUTRICIÓN PARA LA HIPERTROFIA	16 DE AGOSTO	PRESENCIAL Y ONLINE	15:00 – 18:00 HRS
SUPLEMENTACIÓN DEPORTIVA 1RA PARTE	23 DE AGOSTO	PRESENCIAL Y ONLINE	15:00-18:00 HRS
SUPLEMENTACIÓN DEPORTIVA 2DA PARTE	30 DE AGOSTO	PRESENCIAL Y ONLINE	15:00 – 18:00 HRS.
PLANIFICACIÓN DE ENTRENAMIENTO DE LA FUERZA	6 DE SEPTIEMBRE	PRESENCIAL Y ONLINE	15:00 – 18:00 HRS.