

3RA VERSIÓN CURSO DE  
**NUTRICIÓN DEPORTIVA**

INICIO 18 DE ABRIL





# 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<sub>2</sub>):

Mide y comprende el nivel aeróbico real de los deportistas.

**Bioimpedanciometría y cineantropometría:** Evalúa la composición corporal de manera rápida y precisa.

## Estimación de la fuerza:

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

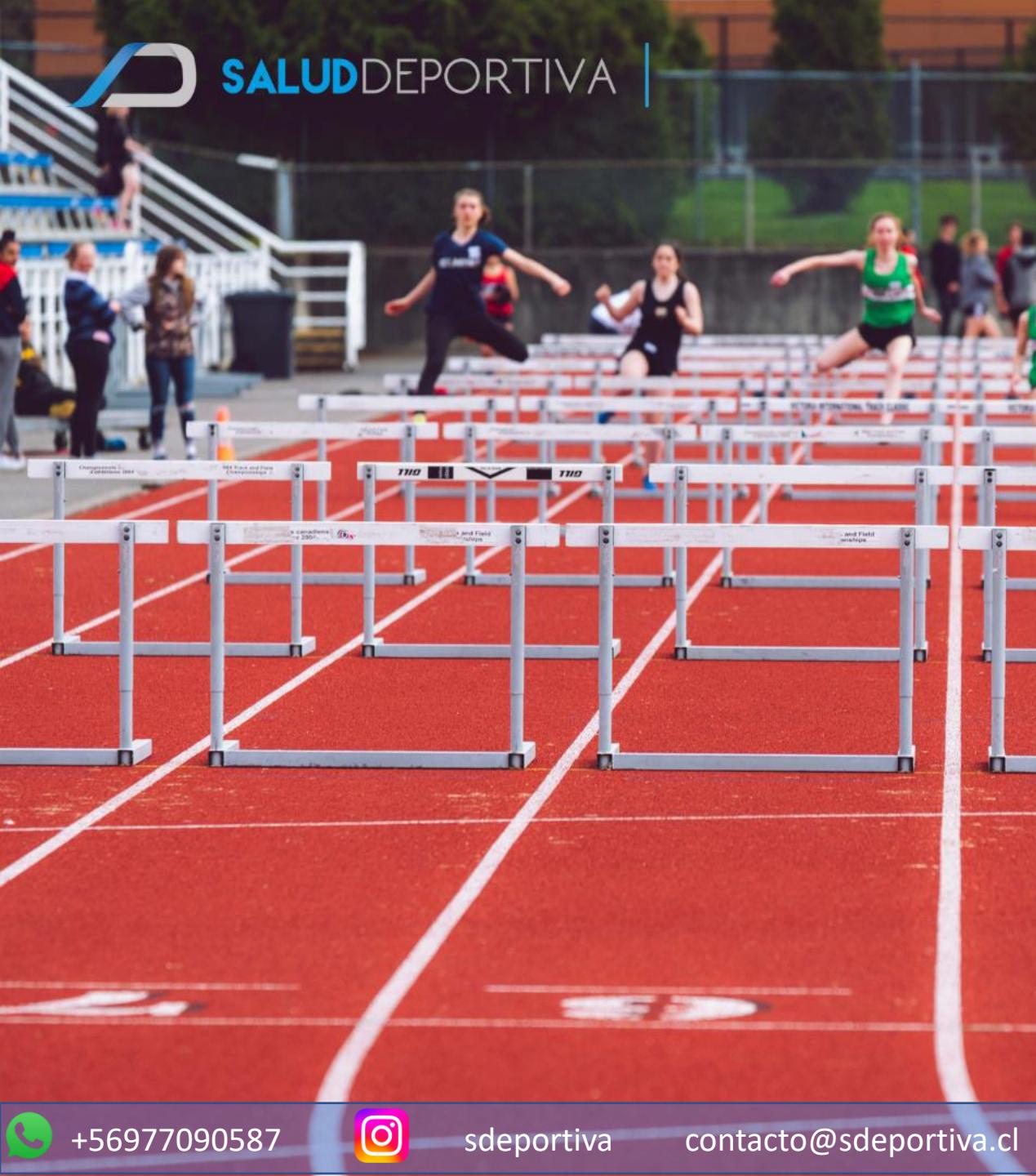


+56977090587



sdeportiva

contacto@sdeportiva.cl



**SALUD DEPORTIVA**

## ¿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	18 DE ABRIL	PRESENCIAL Y ONLINE	15:00-18:00 HRS
ANTROPOMÉTRIA Y BIOIMPEDANCIOMETRIA	25 DE ABRIL	PRESENCIAL Y ONLINE	15:00 -18:00 HRS
CALCULO DE REQUERIMIENTOS NUTRICIONALES E HIDRÍDICOS	9 DE MAYO	PRESENCIAL Y ONLINE	15:00 – 18:00 HRS
NUTRICIÓN PARA LA HIPERTROFIA	16 DE MAYO	PRESENCIAL Y ONLINE	15:00 – 18:00 HRS
SUPLEMENTACIÓN DEPORTIVA 1RA PARTE	23 DE MAYO	PRESENCIAL Y ONLINE	15:00-18:00 HRS
SUPLEMENTACIÓN DEPORTIVA 2DA PARTE	30 DE MAYO	PRESENCIAL Y ONLINE	15:00 – 18:00 HRS.