



II SYMPOSIUM SOBRE NUTRICIÓN Y SUPLEMENTACIÓN APLICADA A LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

PROGRAMA VIERNES 7 JUNIO 2019

Hora	Tema	Ponente
08:45-09:00hs	Inauguración	
09:00-10:00hs	Usos de suplementos de proteína animal vs vegetal	M.N.D Alejandra Banegas Macías
10:00-11:00hs	Hidratación para la actividad física en clima cálido	M.C.D. César Iván Ayala Guzmán
11:00-11:15hs	Coffee Break	
11:15-12:15hs	Utilidad de los probióticos para la salud del deportista	Dra. Tania Aguilar López
12:15-13:15hs	Suplementos para el diabético que se ejercita	Dra. Gabriela Saez Tapia
13:15-15:00hs	Práctica-Taller	M.N.H Josué López Martínez
15:00-16:30hs	Comida y Visita a Expo	
16:30-17:30hs	Suplementación para la mujer mayor de 40 años	Dra. Sonia María Bordín
17:30-18:30hs	Efecto fisiológico y metabólico del uso de “quemadores” en el deporte	M.C Vianney Curiel Cervantes
18:30hs	Cierre-Promociones	
	Expo	



PROGRAMA SÁBADO 8 JUNIO 2019

Hora	Tema	Ponente
08:45-09:45hs	" <i>Superalimentos</i> " y su aplicación en la actividad física	Dra. Haydé Azeneth Vergara Castañeda
09:45-10:45hs	Evidencia sobre uso de la glucosamina en la recuperación de lesiones articulares	M. en C. Cuahutémoc Carrasco Pacheco
10:45-11:45hs	Test basados en mi ADN, ¿sirven para personalizar el entrenamiento?	Dra. Paula Costa Urrutia
11:45-12:00hs	Coffee Break	
12:00-13:00hs	Inflamación, estrés oxidativo y alimentos, su relación con la actividad física	Dra. Minerva Ramos Gómez
13:00-14:00hs	Mesa de discusión: Uso actual de suplementos	
14:00-15:30hs	Comida y vista a Expo (promociones)	
15:30-16:30hs	Mesa de discusión: Mitos y realidades de las dietas de moda en deportistas	
16:30-18:00hs	Taller de Fuerza	Dr. José Antonio Rodríguez Reyes
18:00hs	Clausura y entrega constancias.	