

**LA SECRETARÍA ACADÉMICA
DE LA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE QUERÉTARO**

A través de la Facultad de Ciencias Naturales a todos los interesados se les invita al:

Diplomado Internacional Teórico-Práctico de Nutrición y Deporte

Convoca

NOMBRE: Diplomado Internacional Teórico-Práctico de Nutrición y Deporte

FINALIDAD DEL DIPLOMADO: El diplomado da un enfoque de nutrición al deportista dependiendo el tipo de ejercicio o deporte que realice. No existe una dieta general para los deportistas ya que cada deporte tiene demandas especiales y una nutrición específica. Este diplomado permite dar un balance a la interacción de la nutrición y el ejercicio que realizan.

HORAS TOTALES: 180 h.

INICIO Y CONCLUSIÓN DE ACTIVIDADES:

Primer periodo: del 3 de mayo al 26 de julio de 2019.

HORAS POR SESIÓN: 12 h.

NÚMERO DE SEMANAS: 15 fines de semana

HORARIO DE LAS SESIONES: Viernes de 15:00 a 21:00 pm y sábado de 8:00 a 14:00 hrs.

SEDE: Facultad de Ciencias Naturales UAQ-Campus Juriquilla; Salón 20, Clínica de Nutrición y Laboratorio de Antropometría.

DIRIGIDO A: Profesionistas del Deporte, Nutrición y Áreas de la Salud Afines

RESPONSABLE DEL EVENTO:

Dra. Miriam Aracely Anaya Loyola

INFORMES E INSCRIPCIONES:

Dra. Miriam Aracely Anaya Loyola; aracely.anaya@uaq.mx

Secretaria Addis Abbeba, abebab2008@hotmail.com

Tel (442) 1921200 ext.: 5317 y 5314.

COSTO:

Modalidad de pago	Costo
Publico general (único pago) Fecha límite de pago: 12 de abril 2019	<u>\$20,000.00</u>
Estudiantes con opción a titulación (único pago). Fecha límite de pago: 12 de abril 2019	<u>\$15,000.00</u>
Miembros FIEP (único pago) Fecha límite de pago: 12 de abril 2019	<u>\$15,000.00</u>

Puede efectuar pagos diferidos mensuales:

Público general debe pagar 4 recibos de: Fecha límite de pagos: 12 de abril, 16 de mayo, 7 de junio, 28 de junio de 2019.	<u>\$5,250.00 (1/4)</u> <u>\$5,250.00 (2/4)</u> <u>\$5,250.00 (3/4)</u> <u>\$5,250.00 (4/4)</u>
Miembros FIEP y alumnos con opción a titulación pagar 3 recibos de: Fecha límite de pagos: 12 de abril, 16 de mayo, 7 de junio de 2019.	<u>\$5,250.00 (1/3)</u> <u>\$5,250.00 (2/3)</u> <u>\$5,250.00 (3/3)</u>

INTRODUCCIÓN:

El presente diplomado internacional teórico-práctico en nutrición y deporte se propone debido a la alta demanda en la actualidad por tener profesionales capacitados en el área de la nutrición deportiva, la cual es una rama especializada de la nutrición humana aplicada a las personas que practican deportes intensos, el culturismo o fitness y deportes de resistencia. El enfoque de la nutrición en el ejercicio y deporte debe ser focalizado al tipo de actividad que se realiza, como en el caso del culturismo, los alimentos proteicos son más importantes para que favorezcan la hipertrofia muscular (incremento de la masa muscular). En cambio en los deportes aeróbicos, como puede ser el ciclismo, son importantes aquellos alimentos que favorezcan el esfuerzo energético prolongado como la ingesta de alimento con glúcidos. Otro deporte que requiere de la nutrición deportiva es el Rugby, deporte de contacto y desgaste físico, aquel que juega al Rugby y tiene desgaste físico más de 3 veces a la semana debe tomar más de 3 litros de agua por día para tener ventajas en el deporte. Así la nutrición deportiva debe cubrir todos ciclos del deporte: el descanso, la fase activa y la de recuperación y es uno de los tres factores que marcan la práctica del deporte, los otros son los factores genéticos particulares del atleta y el tipo de entrenamiento realizado. Los

alimentos que se incluyen en una dieta deportiva atienden a tres objetivos básicos: proporcionan energía, proporcionan material para el fortalecimiento y reparación de los tejidos, mantienen y regulan el metabolismo. No existe una dieta general para los deportistas, cada deporte tiene unas demandas especiales y una nutrición específica. La interacción de la nutrición y el ejercicio y/o deporte deben de ser fundamental y este diplomado fue diseñado para reconocerla.

OBJETIVO GENERAL:

El objetivo general del diplomado internacional teórico-práctico en nutrición y deporte es generar profesionales capacitados para orientar y evaluar adecuadamente a las personas que practican un deporte o hagan ejercicio, poniendo énfasis en el papel que juega la valoración integral y la nutrición en el acondicionamiento, rendimiento y salud del individuo.

PROGRAMA CURRICULAR

- [Descarga aquí el programa](#)

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

Acreditación: 80% asistencias y acreditación de módulos de acuerdo al reglamento vigente de estudiantes de la UAQ. Para estudiantes que lo tomen como opción de titulación se realizará un examen escrito al final del diplomado.

REQUISITOS DE PERMANENCIA

Requisitos académicos:

- 80% de asistencia
- Participación proactiva
- Entrega de productos y trabajos por cada uno de los módulos.
- Pagos puntuales

REQUISITOS PARA LA OBTENCIÓN DEL DIPLOMA

Examen escrito y acreditación de cada módulo como se describe en el documento fundamental del diplomado.

PARA COMPLETAR EL PROCESO DE INSCRIPCIÓN:

1. Imprimir el recibo de pago en 3 tantos
2. Hacer el pago correspondiente en los lugares señalados en el recibo

3. Presentar pagado el recibo original el día de entrega de documentos, para la primera convocatoria termina el **3 de mayo de 2019**.
4. Horario de recepción de documentos de 9:00 a 14 hrs.

**DADA A CONOCER EL 22 DE MARZO DEL 2019
ATENTAMENTE
“EDUCO EN LA VERDAD Y EN EL HONOR”**

**Dr. Aurelio Domínguez González
Secretario Académico**

Esta convocatoria fue modificada el 8 de abril de 2019 (fecha de inicio del diplomado).