



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE QUERÉTARO
FACULTAD DE CIENCIAS NATURALES
ESPECIALIDAD DE NUTRICIÓN, ACTIVACIÓN FÍSICA Y SALUD



**LA SECRETARÍA ACADÉMICA
DE LA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE QUERÉTARO,
A TRAVÉS DE LA FACULTAD DE CIENCIAS NATURALES**

CONVOCA

a todos los interesados en cursar el

DIPLOMADO EN NUTRICIÓN Y DEPORTE

FINALIDAD DEL DIPLOMADO:

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, poniendo énfasis en el papel que juega la valoración integral y la nutrición en el acondicionamiento, rendimiento y salud del individuo.

HORAS TOTALES: 180 hrs.

INICIO Y CONCLUSIÓN DE ACTIVIDADES:

INICIO: 8 de agosto del 2025 **FIN:** 6 de diciembre del 2025

HORAS POR SESIÓN: 12 HRS

NÚMERO DE SEMANAS: 15 fines de semana

HORARIO DE LAS SESIONES: viernes de 15:00-21:00 h y sábado de 8:00 a 14:00 h.

SEDE: Facultad de Ciencias Naturales UAQ-Campus Juriquilla: Salón 20, Clínica de Nutrición y Laboratorio de Antropometría y LENAFYS (3er piso)

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

NÚMERO DE PARTICIPANTES: de 10 a 15

RESPONSABLE DEL EVENTO:

- Nombre del responsable: **Dra. Miriam Aracely Anaya Loyola**
- Correo electrónico: aracely.anaya@uaq.mx

MODALIDAD: Presencial



PARA APERTURA DEL DIPLOMADO: Se requiere de al menos 10 alumnos para aperturar el diplomado.

COSTO:

El costo total del diplomado es de \$20,000.00 (Veinte mil pesos y 00/100 MN), el cual puede pagarse en una exhibición o en 4 parcialidades de \$5,250.00 (cinco mil doscientos cincuenta pesos 00/100 M.N.) cada una.

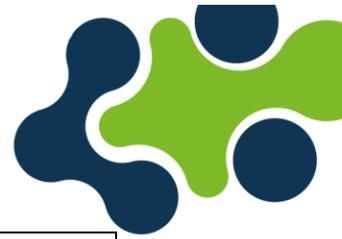
Para el caso de aquellos estudiantes de últimos semestres de las carreras del área de la salud que hayan aprobado en sus consejos el diplomado como opción de titulación el costo total será de \$15,000.00 (quince mil pesos y 00/100 M.N.), los cuales pueden pagar en un pago único o en 3 parcialidades de \$5,250.00 (cinco mil doscientos cincuenta pesos 00/100 M.N.) cada una.

Las fechas de los pagos se desglosan en la tabla siguiente:

Descripción del pago	Costo del recibo de pago (da clic sobre el costo)	Fecha límite de pago
Pago único	\$20,000.00 (veinte mil pesos 00/100 M.N.)	31-07-25
Pago único	\$15,000.00 (quince mil pesos 00/100 M.N.)	31-07-25

COSTO POR PAGOS DIFERIDOS

Descripción del pago	Costo del recibo de pago (da clic sobre el costo)	Fecha límite de pago
1er. pago	\$5,250.00 (cinco mil doscientos cincuenta pesos 00/100 M.N.)	31-07-25
2do. pago	\$5,250.00 (cinco mil doscientos cincuenta pesos 00/100 M.N.)	31-08-25



3er pago	<u>\$5,250.00 (cinco mil doscientos cincuenta pesos 00/100 M.N.)</u>	30-09-25
4to pago	<u>\$5,250.00 (cinco mil doscientos cincuenta pesos 00/100 M.N.)</u>	31-10-25

* * Se deben cubrir los costos totales de los pagos en la fecha indicada, de lo contrario amerita baja del curso sin derecho a diploma. No se harán reembolsos

INTRODUCCIÓN:

La nutrición deportiva cubre todos ciclos del deporte: el descanso, la fase activa y la de recuperación. Es cierto que el ejercicio aumenta las necesidades energéticas y nutricionales del cuerpo, una dieta deportiva puede variar desde 110 kJ/kg/día (26 kcal/kg/día) en una mujer que practica el fisicoculturismo y 157 kJ/kg/día (38 kcal/kg/día) en una mujer que hace gimnasia de alto nivel hasta un hombre de triatlón que consume 272 kJ/kg/día (65 kcal/kg/día) y 347 kJ/kg/día (83 kcal/kg/día) en un ciclista del Tour de France.

La nutrición 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.

Así la complementación de estas dos áreas importantes, la nutrición y el deporte, permitirán tener profesionales de la nutrición y el área deportiva mejor capacitados para lograr objetivos concretos en cada una de sus áreas, pero a la vez teniendo en cuenta el papel tan importante de éstas dos áreas en el desarrollo del individuo que practica un deporte y también en su salud.



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, poniendo énfasis en el papel que juega la valoración integral y la nutrición en el acondicionamiento, rendimiento y salud del individuo.

OBJETIVOS PARTICULARES:

Al finalizar el diplomado los participantes serán capaces de:

1. Conocer, analizar e interpretar, los métodos básicos para la valoración del deportista desde el punto de vista fisiológico, metabólico y nutricional.
2. Implementar planes de entrenamiento asados en las capacidades fisiológicas de cada individuo
3. Desarrollar programas de orientación alimentaria para fomentar una mejor nutrición en el deportista.
4. Elaborar programas de valoración periódica de los deportistas con el fin de evaluar el efecto que tiene el programa de entrenamiento en la nutrición y salud de la persona que realiza el deporte.
5. Considerar integralmente los factores que intervienen en el buen funcionamiento y rendimiento del deportista desde el punto de vista fisiológico, metabólico, nutricional e incluso de higiene deportiva.

CONTENIDOS:

PROGRAMACION 2025-2			
Diplomado Internacional Teórico-Práctico en Nutrición y Deporte			
MÓDULO 1. Fisiología del ejercicio			
Responsables: LEFyCD Elizabeth Rodríguez García			
	Fecha	Tema	Profesor
1	Agosto	Fundamentos de la fisiología	LEFyCD Elizabeth Rodríguez García



		del músculo	
2		Fundamentos de la fisiología cardiorespiratoria	Dr. Cuauhtémoc Gilbón Acevedo
3		Fisiología del tracto digestivo	Dr. Martín Bretón de la Loza
4		Fisiología del tracto digestivo	Dr. Martín Bretón de la Loza
5		Fisiología del ejercicio	LEFyCD Elizabeth Rodríguez García
6		Fisiología del ejercicio	LEFyCD Elizabeth Rodríguez García
MÓDULO 2 . Bioquímica metabólica y ejercicio			
Responsables: Dr. Ulisses Moreno Celis			
7	Septiembre	Metabolismo energético	Dr. Ulisses Moreno Celis
8		Metabolismo de CHOS	Dr. Ulisses Moreno Celis
9		Metabolismo de Grasas	Dr. Ulisses Moreno Celis
10		Metabolismo de proteínas	Dr. Ulisses Moreno Celis
11		Efectos de cambios dietarios en el metabolismo	Dr. Ulisses Moreno Celis
12		Efectos de cambios dietarios en el metabolismo	Dr. Ulisses Moreno Celis
MÓDULO 3. Cineantropometría y composición corporal			
Responsables: Dr. José Fernández Filho			
	Fecha	Tema	Profesor
13	Octubre	Valoración antropométrica	Dr. José Fernández Filho
14		Composición corporal	Dr. José Fernández Filho
15		Composición corporal	Dra. Miriam Aracely Anaya Loyola
16		Índice AKS y somatotipo	Dr. José Fernández Filho
17		Vectores de impedancia bioeléctrica	Dra. Iris Nieves Anaya
18		Vectores de impedancia bioeléctrica	Dra. Iris Nieves Anaya
19		Cambios composicionales	Dr. José Inés Hernández Blanco
20		Cambios composicionales	Dr. José Inés Hernández Blanco
MÓDULO 4. Gasto energético y marcadores bioquímicos			
Responsables: Dra. Miriam Aracely Anaya Loyola			
	Fecha	Tema	Profesor
21	Noviembre	Gasto energético	Dra. Miriam Aracely Anaya Loyola
22		Calorimetría indirecta	Dra. Miriam Aracely Anaya Loyola
23		Pruebas de esfuerzo	Dra. Miriam Aracely Anaya Loyola
24		Lactato	Dra. Miriam Aracely Anaya Loyola
25		Evaluación bioquímica	Dra. Miriam Aracely Anaya Loyola
26		Evaluación bioquímica	M. en C. Mariela Camacho Barrón
27		Anemia	M. en C. Mariela Camacho Barrón
28		Factores de Riesgo	M. en C. Mariela Camacho Barrón



MÓDULO 5. Nutrición deportiva				
Responsables: M. en C. Vianney Curiel Cervantes				
	Fecha	Tema	Profesor	
	29	Diciembre	Requerimientos energéticos	Dra. Vianney Curiel Cervantes
	30		Requerimientos de macronutrientes	Dra. Vianney Curiel Cervantes
	21		Requerimientos de macronutrientes	Dra. Vianney Curiel Cervantes
	32		Requerimiento de micronutrientes	Dra. Vianney Curiel Cervantes
	33		Requerimiento de micronutrientes	Dra. Vianney Curiel Cervantes
	34		Hidratación	Dra. Vianney Curiel Cervantes
	35		Ayudas ergogénicas	Dra. Sonia Bordín
	36		Suplementos	Dra. Sonia Bordín

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La permanencia en el diplomado dependerá del pago de mismo, de cubrir el 80% de asistencia a cada módulo y haber aprobado cada módulo con calificación mínima de 7.0.

Se entregará constancia.

REQUISITOS DE PERMANENCIA

La permanencia en el diplomado dependerá del pago de mismo, de cubrir el 80% de asistencia a cada módulo y haber aprobado cada módulo con calificación mínima de 7.0

Requisitos académicos:

- 90% de asistencia
- Participación proactiva
- Entrega de productos
- Pagos puntuales



REQUISITOS PARA LA OBTENCIÓN DEL DIPLOMA

Deberán presentar un trabajo escrito y realizar las tareas de cada apartado curricular. El trabajo escrito deberá ser presentado al final del diplomado y presentar las cartas de aprobación de 3 profesores como revisores.

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

INFORMES E INSCRIPCIONES:

Miriam Aracely Anaya Loyola

Coordinadora

aracely.anaya@uaq.mx

Tel (442) 1921200 ext 5367

Nota: Todo evento que tenga un costo, sin excepción alguna, debe de hacerse el trámite de impresión de recibo en la Secretaría de Finanzas.

RESUMEN CURRICULAR DE LOS PARTICIPANTES:

Dra. Miriam Aracely Anaya Loyola. Ph. D in Biological Nutrition (UCDavis). Profesor investigador de la Universidad Autónoma de Querétaro. Miembro del Sistema Nacional de Investigadores Nivel I, Perfil PRODEP. Área de generación de conocimiento: Desarrollo de productos alimenticio y evaluación de personas con métodos bioquímicos, de composición corporal y gasto energético.

Dr. Ulisses Moreno Celis. Dr. en Ciencias Biológicas (FCN-UAQ). Profesor investigador de la Universidad Autónoma de Querétaro. Miembro del Sistema Nacional de Investigadores Nivel I, Perfil PRODEP. Línea de generación de conocimiento en Bioquímica, Nutrigenómica y Nutrigenética, asociada a problemas de resistencia a insulina y alteraciones metabólicas.

Dr. José Fernández Filho. Dr. Ciencias de Deporte (Moscú). Profesor emérito de la Universidad de Rio de Janeiro. Miembro y editor principal de la revista de la FIEP. Especialista en el área de Cineantropometría y evaluación de personas físicamente activas.



Dra. Iris Nieves Anaya. Dra. En Ciencias Biológicas (FCN-UAQ). Profesor en programas de posgrado y licenciatura de la Facultad de Ciencias Naturales de la UAQ. Especialista en el tratamiento de personas con enfermedad Renal. Pionera en el uso de la bioimpedancia, y vectores de impedancia en el tratamiento con hemodiálisis y como herramienta para evaluar la composición corporal de personas.

Dra. Vianney Curiel Cervantes. Dra. en Ciencias Biológicas (FCN-UAQ). Profesor investigador de la Universidad Autónoma de Querétaro y de la UNAM campus Juriquilla. Miembro del Sistema Nacional de Investigadores Nivel Candidato. Área de experiencia nutrición y deporte. Línea de investigación composición corporal y marcadores de rendimiento deportivo en atletas.

M. en C. Mariela Camacho Barrón. Maestra en Ciencia y Tecnología de alimentos, con especialidad en bioquímica clínica. Profesor y responsable del Laboratorio de Nutrición Humana. Línea de investigación, marcadores bioquímicos en personas físicamente activas y enfermedades crónicas no transmisibles.

Dra. Sonia Bordín. Dra. en Nutrición Deportiva (Moscú). Profesora de la Federación Internacional de Educadores Físicos en Brasil. Área de experiencia en Nutrición deportiva de alto rendimiento. Miembro del de la FIEP-Brasil.

CONVOCATORIA DADA A CONOCER EL 08 DE JULIO DEL 2025.

ATENTAMENTE

“EDUCO EN LA VERDAD Y EN EL HONOR”

DRA. OLIVA SOLÍS HERNÁNDEZ
SECRETARIA ACADÉMICA