

1º cohorte

DIPLOMADO

Nutrición Deportiva

DE LA CIENCIA A LA PRÁCTICA: OPTIMIZANDO EL
RENDIMIENTO DEPORTIVO



CRONOGRAMA

PROGRAMACIÓN ACADÉMICA

Diplomado en Nutrición Deportiva

De la ciencia a la práctica: optimizando el rendimiento deportivo

CLASE	DOCENTE	PROGRAMACIÓN
Módulo 1 Fundamentos de la investigación en nutrición deportiva		
1. Conceptos generales de la investigación basada en la evidencia	Álvaro Vergara	27-03
2. Búsqueda de la literatura científica y gestor de referencias	Álvaro Vergara	01-04
3. Análisis e interpretación de la literatura científica	Álvaro Vergara	03-04
Módulo 2 Bases bioquímicas y fisiológicas del deporte		
4. Introducción a la fisiología del ejercicio y metabolismo energético	Sandra Ravelli	08-04
5. Hidratación y termorregulación en el deporte	Rafael León	10-04
6. Microbiota intestinal y rendimiento deportivo	Katherin Quintero	15-04
Semana de receso del 18-04 al 28-04		
Módulo 3 Evaluación y composición corporal		
7. Evaluación integral del deportista	Rafael León	29-04
8. Métodos para determinar la composición corporal	Verónica Gómez	01-05
9. Interpretación de la composición corporal	Verónica Gómez	06-05
10. Recomposición corporal: estrategias para perder grasa y ganar masa muscular	Carlos Garrido	08-05

PROGRAMACIÓN ACADÉMICA

Diplomado en Nutrición Deportiva

De la ciencia a la práctica: optimizando el rendimiento deportivo

CLASE	DOCENTE	PROGRAMACIÓN
Módulo 4 Nutrición y macronutrientes en el deporte		
11. Carbohidratos en la alimentación del deportista	Verónica Gómez	13-05
12. Proteínas en la alimentación del deportista	Maximiliano Kammerer	15-05
13. Grasas en la alimentación del deportista	Rafael León	20-05
Semana de receso del 23-05 al 02-06		
Módulo 5 Estrategias nutricionales y recuperación		
14. Periodización nutricional: deportes individuales	Maximiliano Kammerer	03-06
15. Periodización nutricional: deportes colectivos	Esteban Rivarola	05-06
16. Estrategias para la recuperación deportiva	Rafael León	10-06
17. Estrategias nutricionales para control de peso (ayuno intermitente y dieta cetogénica)	Maximiliano Kammerer	12-06
18. Alimentación basada en plantas en el ámbito de la nutrición deportiva	Carlos Garrido	17-06
• Tutoría: enfoque nutricional para el rendimiento deportivo	Rafael León	19-06
Módulo 6 Suplementación y mitos en nutrición deportiva		
19. Beneficios y riesgos del uso de suplementos y alimentos deportivos	Maximiliano Kammerer	24-06
20. Mitos sobre la nutrición deportiva	Carlos Jorquera	26-06
• Master class: Psicología aplicada al deporte: potenciando el rendimiento	Joel García	01-07

1º cohorte

DIPLOMADO

Nutrición Deportiva

DE LA CIENCIA A LA PRÁCTICA: OPTIMIZANDO EL
RENDIMIENTO DEPORTIVO



Evaluaciones

Prueba 1 desde el 17-04-25

Prueba 2 desde el 22-05-25

Prueba 3 desde el 03-07-25

Cierre Definitivo

01 de septiembre 2025

1º cohorte

DIPLOMADO

Nutrición Deportiva

DE LA CIENCIA A LA PRÁCTICA: OPTIMIZANDO EL
RENDIMIENTO DEPORTIVO



CRONOGRAMA