

2° cohorte

CERTIFICACIÓN INTERNACIONAL

Prescripción del Ejercicio

DESDE LA MIRADA DE LA EVIDENCIA CIENTÍFICA

CRONOGRAMA

PROGRAMACIÓN ACADÉMICA

Certificación Internacional en Prescripción del Ejercicio
Desde la mirada de la evidencia científica

CLASE	DOCENTE
Módulo 1 Fundamentos de anatomía y fisiología	
1. Aparato locomotor: exploración en laboratorio virtual	Antonio Hernández
2. Fisiología del ejercicio: adaptaciones fisiológicas al entrenamiento	Mauricio Ríos
Módulo 2 Biomecánica y técnicas de ejercicio físico	
3. Fundamentos de biomecánica y análisis del movimiento humano	Antonio Hernández
4. Técnicas y patrones de movimiento funcional	Emerson Carrillo
Módulo 3 Evaluación física y análisis integral del cliente	
5. Historia de salud física del cliente: Composición corporal, bioquímica y lesiones deportivas	Mauricio Ríos
6. Evaluación física: pruebas de capacidades y fuerza física (clásicos y avances)	Leonardo Salcedo
Módulo 4 Principios del entrenamiento y planificación periodizada	
7. Principios científicos aplicados al fitness: Sobrecarga progresiva y más	Angel Becerra
8. Periodización del entrenamiento: diseño y planificación estratégica	Angel Becerra
Módulo 5 Fundamentos para el desarrollo de la fuerza muscular	
9. Entrenamiento de fuerza e hipertrofia muscular: fundamentos y aplicaciones	Angel Becerra
10. Dosificación y métodos avanzados en el entrenamiento físico	Leonardo Salcedo

PROGRAMACIÓN ACADÉMICA

Certificación Internacional en Prescripción del Ejercicio
Desde la mirada de la evidencia científica

CLASE

DOCENTE

Módulo 6 Fundamentos del entrenamiento aeróbico

11. Resistencia aeróbica: efectos fisiológicos y beneficios

Mauricio Ríos

12. Métodos de entrenamiento aeróbico: teoría y práctica

Leonardo Salcedo

Módulo 7 Bases de la nutrición aplicada al ejercicio físico

13. Fundamentos de nutrición aplicada al ejercicio: balance energético y macronutrientes

Rafael León

14. Suplementación nutricional en el deporte: uso seguro y ético

Rafael León

15. Desmitificando el fitness: mitos y realidades basados en evidencia

Rafael León

Módulo 8 Prescripción del ejercicio en poblaciones y condiciones especiales

16. Entrenamiento adaptado: niños, adolescentes, embarazadas y adultos mayores

Rodolfo Alvarado

17. La importancia de la intervención kinesiológica en patologías cardiometabólicas

Erika Troncoso

Módulo 9 Módulo Integrador

- **Tutoría práctica:** prescripción del ejercicio

Angel Becerra

Master classes

- **Master class 1:**
Ejercicios funcionales: técnicas para mejorar el movimiento y la estabilidad
- **Master class 2:**
La mente: el músculo del bienestar integral

Emerson Carrillo

Joel García

Cierre Definitivo

4 meses luego de iniciar el programa

CONOCE A NUESTROS (AS) PROFESORES (AS)

Las personas que están detrás de este curso:



Antonio Hernández

Biomecánico

- Doctorado en educación



Rafael León

Nutricionista

- Doctorando en ciencias de la actividad física y los deportes



Mauricio Ríos

Kinesiólogo / Nutricionista

- Magisterando en ciencias del deporte y salud



Rodolfo Alvarado

Biólogo del deporte

- Licenciatura en biología



Emerson Carrillo

Educador físico

- Tesista en especialidad en educación física



Erika Troncoso

Kinesióloga

- Magíster de fisiología clínica del ejercicio



Leonardo Salcedo

Educador físico

- Doctorando en ciencias de la actividad física y el deporte



Joel García

Psicólogo

- Máster en psicología del deporte y actividad física



Ángel Becerra

Educador físico

- Doctorando en ciencias de la actividad física y el deporte



2° cohorte

CERTIFICACIÓN INTERNACIONAL

Prescripción del Ejercicio

DESDE LA MIRADA DE LA EVIDENCIA CIENTÍFICA

CRONOGRAMA