

3º cohorte

DIPLOMADO

Nutrición Deportiva

DE LA CIENCIA A LA PRÁCTICA: OPTIMIZANDO EL RENDIMIENTO DEPORTIVO



CRONOGRAMA



@VIVESANOBRAZIL



WWW.VIVESANOACADEMY.ORG

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	Rafael León	28-04
2. Búsqueda de la literatura científica y gestor de referencias	Rafael León	30-04
3. Análisis e interpretación de la literatura científica	Rafael León	05-05
Módulo 2 Bases bioquímicas y fisiológicas del deporte		
4. Introducción a la fisiología del ejercicio y metabolismo energético	Jair Aburto	07-05
5. Hidratación y termorregulación en el deporte	Rafael León	12-05
6. Microbiota intestinal y rendimiento deportivo	Katherin Quintero	14-05
Semana de receso del 15-05 al 22-05		
Módulo 3 Evaluación y composición corporal		
7. Evaluación integral del deportista	Rafael León	26-05
8. Métodos para determinar la composición corporal	Verónica Gómez	28-05
9. Interpretación de la composición corporal	Verónica Gómez	02-06
10. Recomposición corporal: estrategias para perder grasa y ganar masa muscular	Carlos Garrido	04-06

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	09-06
12. Proteínas en la alimentación del deportista	Maximiliano Kammerer	11-06
13. Grasas en la alimentación del deportista	Rafael León	16-06
Semana de receso del 17-06 al 24-06		
Módulo 5 Estrategias nutricionales y recuperación		
14. Periodización nutricional: deportes individuales	Maximiliano Kammerer	25-06
15. Timing nutricional en el deporte	Jair Aburto	30-06
16. Estrategias para la recuperación deportiva	Rafael León	02-07
17. Estrategias nutricionales para control de peso (ayuno intermitente y dieta cetogénica)	Maximiliano Kammerer	07-07
18. Alimentación basada en plantas en el ámbito de la nutrición deportiva	Carlos Garrido	09-07
• Tutoría: enfoque nutricional para el rendimiento deportivo	Rafael León	14-07
Módulo 6 Suplementación y mitos en nutrición deportiva		
19. Beneficios y riesgos del uso de suplementos y alimentos deportivos	Maximiliano Kammerer	16-07
20. Mitos sobre la nutrición deportiva	Jair Aburto	21-07
• Master class: Psicología aplicada al deporte: potenciando el rendimiento	Joel García	23-07

CONOCE A NUESTROS (AS) PROFESORES (AS)

Las personas que están detrás de este curso:



Jair Aburto
Nutricionista

- Magíster en nutrición para la actividad física y el deporte



Carlos Garrido
Nutricionista

- Diplomado en nutrición deportiva



Rafael León
Nutricionista

- Doctorando en ciencia de la actividad física y los deportes



Maximiliano Kammerer
Nutricionista

- Magíster en ciencias de la alimentación y nutrición humana



Katherine Quintero
Nutricionista

- Doctorado en educación en ciencias experimentales



Verónica Gómez
Nutricionista

- Doctora en ciencias de la actividad física y el deporte



Joel García
Psicólogo

- Máster en psicología del deporte y actividad física



3º cohorte**DIPLOMADO**

Nutrición Deportiva

DE LA CIENCIA A LA PRÁCTICA: OPTIMIZANDO EL RENDIMIENTO DEPORTIVO



Evaluaciones

Prueba 1 desde el 15-05-26**Prueba 2 desde el 17-06-26****Prueba 3 desde el 22-07-26****Cierre Definitivo****07 de septiembre 2026**

@VIVESANOBRAZIL



WWW.VIVESANOACADEMY.ORG

3º cohorte

DIPLOMADO

Nutrición Deportiva

DE LA CIENCIA A LA PRÁCTICA: OPTIMIZANDO EL RENDIMIENTO DEPORTIVO



CRONOGRAMA



@VIVESANOBRAZIL



WWW.VIVESANOACADEMY.ORG