

2° cohorte

CERTIFICACIÓN INTERNACIONAL

# Nutrición Deportiva y Fitness

NUTRICIÓN Y MOVIMIENTO CON BASE CIENTÍFICA



## CRONOGRAMA



@VIVESANOBRAZIL



WWW.VIVESANOACADEMY.ORG

# PROGRAMACIÓN ACADÉMICA

Certificación Internacional Nutrición Deportiva y Fitness  
Nutrición y movimiento con base científica

CLASE	DOCENTE	PROGRAMACIÓN
<b>Módulo 1 Bases fisiológicas y evaluación funcional aplicada al rendimiento deportivo</b>		
1. Fisiología del ejercicio: adaptaciones fisiológicas al entrenamiento	<b>Mauricio Rios</b>	<b>11-06</b>
2. Introducción a la fisiología del ejercicio y metabolismo energético	<b>Jair Aburto</b>	<b>16-06</b>
3.1. Historia de salud física del cliente: composición corporal, bioquímica y lesiones deportivas	<b>Mauricio Rios</b>	<b>18-06</b>
3.2. Evaluación física: pruebas de capacidades y fuerza física (clásicos y avances)	<b>Leonardo Salcedo</b>	<b>23-06</b>
<b>Semana de receso del 24-06 al 01-07</b>		
<b>Módulo 2 Prescripción del entrenamiento y adaptaciones físicas en el fitness y el deporte</b>		
4. Principios científicos aplicados al fitness: sobrecarga progresiva y más	<b>Angel Becerra</b>	<b>02-07</b>
5. Periodización del entrenamiento: diseño y planificación estratégica	<b>Angel Becerra</b>	<b>07-07</b>
6.1. Entrenamiento de fuerza e hipertrofia muscular: fundamentos y aplicaciones	<b>Angel Becerra</b>	<b>09-07</b>
6.2. Dosificación y métodos avanzados en el entrenamiento físico	<b>Leonardo Salcedo</b>	<b>14-07</b>
7.1. Resistencia aeróbica: efectos fisiológicos y beneficios	<b>Mauricio Rios</b>	<b>16-07</b>
7.2. Métodos de entrenamiento aeróbico: teoría y práctica	<b>Leonardo Salcedo</b>	<b>21-07</b>
<b>Semana de receso del 22-07 al 29-07</b>		

# PROGRAMACIÓN ACADÉMICA

Certificación Internacional Nutrición Deportiva y Fitness  
Nutrición y movimiento con base científica

CLASE	DOCENTE	PROGRAMACIÓN
<b>Módulo 3 Intervención nutricional y composición corporal en el deporte: estrategias para el rendimiento y la recuperación</b>		
8.1. Métodos para determinar la composición corporal	<b>Verónica Gómez</b>	<b>30-07</b>
8.2. Interpretación de la composición corporal	<b>Verónica Gómez</b>	<b>04-08</b>
9. Recomposición corporal: estrategias para perder grasa y ganar masa muscular	<b>Carlos Garrido</b>	<b>06-08</b>
10. Carbohidratos en la alimentación del deportista	<b>Verónica Gómez</b>	<b>11-08</b>
11. Proteínas en la alimentación del deportista	<b>Maximiliano Kammerer</b>	<b>13-08</b>
12. Grasas en la alimentación del deportista	<b>Rafael León</b>	<b>18-08</b>
13.1. Periodización nutricional en el deporte	<b>Maximiliano Kammerer</b>	<b>20-08</b>
13.2. Timing nutricional en el deporte	<b>Jair Aburto</b>	<b>25-08</b>
14.1. Estrategias para la recuperación deportiva	<b>Rafael León</b>	<b>27-08</b>
14.2. Estrategias nutricionales para control de peso (ayuno intermitente y dieta cetogénica)	<b>Maximiliano Kammerer</b>	<b>01-09</b>
15. Suplementación nutricional en el deporte: uso seguro y ético	<b>Rafael León</b>	<b>03-09</b>
16. Desmitificando el fitness: mitos y realidades basados en evidencia	<b>Rafael León</b>	<b>08-09</b>

# 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*
- *Magíster en rendimiento deportivo*



**Mauricio Rios**

**Kinesiólogo / Nutricionista**

- *Magíster en ciencias del deporte y salud*

**Maximiliano Kammerer**

**Nutricionista**



- *Magíster en ciencias de la alimentación y nutrición humana*



**Carlos Garrido**

**Nutricionista**

- *Diplomado en nutrición deportiva*

**Ángel Becerra**

**Educador físico**



- *Doctorando en ciencias de la actividad física y el deporte*



**Verónica Gómez**

**Nutricionista**

- *Doctora en ciencias de la actividad física y el deporte*

**Leonardo Salcedo**

**Educador físico**



- *Doctorando en ciencias de la actividad física y el deporte*



**Rafael León**

**Nutricionista**

- *Doctorando en ciencias de la actividad física y el deporte*

**2º cohorte**

CERTIFICACIÓN INTERNACIONAL

# Nutrición Deportiva y Fitness

NUTRICIÓN Y MOVIMIENTO CON BASE CIENTÍFICA



## Evaluaciones

**Prueba 1 desde el 24-06-26****Prueba 2 desde el 22-07-26****Prueba 3 desde el 09-09-26**

## Cierre Definitivo

**26 de octubre 2026**

@VIVESANOBRAZIL



WWW.VIVESANOACADEMY.ORG

2° cohorte

CERTIFICACIÓN INTERNACIONAL

# Nutrición Deportiva y Fitness

NUTRICIÓN Y MOVIMIENTO CON BASE CIENTÍFICA



## CRONOGRAMA



@VIVESANOBRAZIL



WWW.VIVESANOACADEMY.ORG