

2° cohorte

CERTIFICACIÓN INTERNACIONAL

# Nutrición Deportiva y Fitness

NUTRICIÓN Y MOVIMIENTO CON BASE CIENTÍFICA



## CRONOGRAMA



@VIVESANOBRASIL



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	Mauricio Rios	11-06
2. Introducción a la fisiología del ejercicio y metabolismo energético	Jair Aburto	16-06
3.1. Historia de salud física del cliente: composición corporal, bioquímica y lesiones deportivas	Mauricio Rios	18-06
3.2. Evaluación física: pruebas de capacidades y fuerza física (clásicos y avances)	Leonardo Salcedo	23-06
<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	Angel Becerra	02-07
5. Periodización del entrenamiento: diseño y planificación estratégica	Angel Becerra	07-07
6.1. Entrenamiento de fuerza e hipertrofia muscular: fundamentos y aplicaciones	Angel Becerra	09-07
6.2. Dosificación y métodos avanzados en el entrenamiento físico	Leonardo Salcedo	14-07
7.1. Resistencia aeróbica: efectos fisiológicos y beneficios	Mauricio Rios	16-07
7.2. Métodos de entrenamiento aeróbico: teoría y práctica	Leonardo Salcedo	21-07
<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	Verónica Gómez	30-07
8.2. Interpretación de la composición corporal	Verónica Gómez	04-08
9. Recomposición corporal: estrategias para perder grasa y ganar masa muscular	Carlos Garrido	06-08
10. Carbohidratos en la alimentación del deportista	Verónica Gómez	11-08
11. Proteínas en la alimentación del deportista	Maximiliano Kammerer	13-08
12. Grasas en la alimentación del deportista	Rafael León	18-08
13.1. Periodización nutricional en el deporte	Maximiliano Kammerer	20-08
13.2. Timing nutricional en el deporte	Jair Aburto	25-08
14.1. Estrategias para la recuperación deportiva	Rafael León	27-08
14.2. Estrategias nutricionales para control de peso (ayuno intermitente y dieta cetogénica)	Maximiliano Kammerer	01-09
15. Suplementación nutricional en el deporte: uso seguro y ético	Rafael León	03-09
16. Desmitificando el fitness: mitos y realidades basados en evidencia	Rafael León	08-09

# 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**



2° cohorte

CERTIFICACIÓN INTERNACIONAL

# Nutrición Deportiva y Fitness

NUTRICIÓN Y MOVIMIENTO CON BASE CIENTÍFICA



## CRONOGRAMA



@VIVESANOBRASIL



WWW.VIVESANOACADEMY.ORG