1° cohorte

DIPLOMADO

Salud Hormonal y Fertilidad

NUTRICIÓN Y EJERCICIO COMO HERRAMIENTAS TERAPÉUTICAS

INSTITUTO UNIVERSITARIO VIVE SANO

CRONOGRAMA

@VIVESANOBRASIL

WWW.VIVESANOACADEMY.ORG

PROGRAMACIÓN ACADÉMICA

Diplomado en Salud Hormonal y Fertilidad: Nutrición y Ejercicio como Herramientas Terapéuticas

CLASE	DOCENTE
Módulo 1 Fundamentos de la salud hormonal femenina	
1. Fundamentos endocrinos y fisiología hormonal femenina	**Alejandra Rivero**
2. Cambios hormonales a lo largo del ciclo vital (pubertad, edad fértil, perimenopausia, menopausia)	**Alejandra Rivero**
3. Trastornos hormonales ovulatorios y metabólicos en la mujer: SOP y disfunción ovárica	**Jennifer Plata Montaño**
4. Endometriosis y otros trastornos ginecológicos hormonodependientes: fisiopatología y abordaje integral	**Jennifer Plata Montaño**
Módulo 2 Fertilidad humana, nutrición y metabolismo	
5. Nutrición y salud reproductiva: patrones dietéticos y micronutrientes clave (mujer y factor masculino)	**Sandra Maximino**
6. Resistencia a la insulina, síndrome metabólico y fertilidad	**Jennifer Plata Montaño**
Módulo 3 Climaterio y menopausia: bases fisiológicas y clínicas	
7. Fisiología del climaterio y diagnóstico de menopausia	**Sandra Maximino**
8. Manifestaciones clínicas: sofocos, sueño, sexualidad y metabolismo como impactan los disruptores endocrinos.	**Sandra Maximino**
9. Terapia hormonal y alternativas no hormonales basadas en evidencia	**Ingrid Baquero**

- **Actividad gamificada 1:** climaterio y menopausia en la práctica clínica: toma de decisiones basadas en evidencia

- **Prueba 1 :** módulos 1, 2 y 3

PROGRAMACIÓN ACADÉMICA

Diplomado en Salud Hormonal y Fertilidad: Nutrición y Ejercicio como Herramientas Terapéuticas

CLASE	DOCENTE
Módulo 4 Nutrición, microbiota y salud hormonal en la mujer	
10. Patrones dietéticos protectores: Mediterránea, DASH y plant-based	**Verónica Quintana López**
11. Suplementación: fitoestrógenos, omega 3, calcio y vitamina D	**Verónica Quintana López**
12. Microbiota y metabolismo estrogénico	**Verónica Quintana López**
Módulo 5 Ejercicio, salud ósea y composición corporal aplicados a la salud hormonal	
13. Fundamentos del ejercicio en la regulación hormonal, metabólica y reproductiva	**Elkin Blanco**
14. Entrenamiento de fuerza, composición corporal y salud ósea a lo largo del ciclo vital	**Valeska Vásquez**
15. Ejercicio aeróbico y HIIT: impacto cardiometabólico y hormonal	**Elkin Blanco**
• **Actividad gamificada 2:** fertilidad en la práctica clínica: abordaje integral basado en evidencia	
Módulo 6 Intervenciones integrales en fertilidad basadas en evidencia	
• **Tutoría 1:** fertilidad, casos complejos. Abordaje integral basado en evidencia.	**Sandra Maximino**
• **Tutoría 2:** diseño de planes de entrenamiento físico estructurados para la salud hormonal, composición corporal y fertilidad	**Elkin Blanco**

PROGRAMACIÓN ACADÉMICA

Diplomado en Salud Hormonal y Fertilidad: Nutrición y Ejercicio como Herramientas Terapéuticas

CLASE	DOCENTE
Módulo 7 Fertilidad masculina y salud hormonal del varón	
16. Evaluación andrológica y bases endocrinas de la fertilidad masculina	**Mariano Acosta**
17. Diagnóstico de la salud fértil masculina: hipogonadismo y calidad seminal	**Mariano Acosta**
18. Alteraciones de la espermatogénesis y factores que afectan la calidad seminal	**Mariano Acosta**

- **Actividad gamificada 3:** fertilidad masculina en la práctica clínica: evaluación endocrina, metabólica y calidad seminal
- **Prueba 2 :** módulos 4, 5, 6 y 7

Conoce a nuestros (as) profesores (as)

La persona que está detrás de este curso:



Alejandra Rivero
Nutricionista
- *Máster en nutrición, medicina y salud hormonal en la mujer*



Elkin Blanco
Nutricionista / Licenciado en Educación Física y Deportes
- *Doctorando en ciencias de la actividad física y el deporte*



Jennifer Plata
Médico
- *Maestría en nutrición materno-infantil / metabolismo*



Valeska Vásquez
Nutricionista
- *Máster en nutrición en la actividad física y el deporte*
- *Máster en fisiología integrativa*



Sandra Maximino
Nutricionista
- *Doctorado en ciencias de la salud*



Verónica Quintana
Nutricionista
- *Doctorado en ciencias biomédicas*



Ingrid Baquero
Médico
- *Doctorado en ciencias de la salud*
- *Formación avanzada en inmunología reproductiva*



Mariano Acosta
Biólogo
- *Doctorado en biotecnología*

Cierre Definitivo

4 meses y 15 días luego de tu inscripción en el programa

1° cohorte

DIPLOMADO

Salud Hormonal y Fertilidad

NUTRICIÓN Y EJERCICIO COMO HERRAMIENTAS TERAPÉUTICAS

INSTITUTO UNIVERSITARIO VIVE SANO

CRONOGRAMA

@VIVESANOBRASIL

WWW.VIVESANOACADEMY.ORG