

4° cohorte

DIPLOMADO

Nutrición Deportiva

DE LA CIENCIA A LA PRÁCTICA: OPTIMIZANDO EL
RENDIMIENTO DEPORTIVO



CRONOGRAMA

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	12-01
2. Búsqueda de la literatura científica y gestor de referencias	Rafael León	14-01
3. Análisis e interpretación de la literatura científica	Rafael León	19-01
Módulo 2 Bases bioquímicas y fisiológicas del deporte		
4. Introducción a la fisiología del ejercicio y metabolismo energético	Jair Aburto	21-01
5. Hidratación y termorregulación en el deporte	Rafael León	26-01
6. Microbiota intestinal y rendimiento deportivo	Katherin Quintero	28-01
Semana de receso del 29-01 al 01-02		
Módulo 3 Evaluación y composición corporal		
7. Evaluación integral del deportista	Rafael León	02-02
8. Métodos para determinar la composición corporal	Verónica Gómez	04-02
9. Interpretación de la composición corporal	Verónica Gómez	09-02
10. Recomposición corporal: estrategias para perder grasa y ganar masa muscular	Carlos Garrido	11-02

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	18-02
12. Proteínas en la alimentación del deportista	Maximiliano Kammerer	23-02
13. Grasas en la alimentación del deportista	Rafael León	25-02
Semana de receso del 26-02 al 08-03		
Módulo 5 Estrategias nutricionales y recuperación		
14. Periodización nutricional en el deporte	Maximiliano Kammerer	09-03
15. Timing nutricional en el deporte	Jair Aburto	11-03
16. Estrategias para la recuperación deportiva	Rafael León	16-03
17. Estrategias nutricionales para control de peso (ayuno intermitente y dieta cetogénica)	Maximiliano Kammerer	18-03
18. Alimentación basada en plantas en el ámbito de la nutrición deportiva	Carlos Garrido	30-03
• Tutoría: enfoque nutricional para el rendimiento deportivo	Rafael León	01-04
Módulo 6 Suplementación y mitos en nutrición deportiva		
19. Beneficios y riesgos del uso de suplementos y alimentos deportivos	Maximiliano Kammerer	06-04
20. Mitos sobre la nutrición deportiva	Jair Aburto	08-04
• Master class: Psicología aplicada al deporte: potenciando el rendimiento	Joel García	13-04

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*

4° cohorte

DIPLOMADO

Nutrición Deportiva

DE LA CIENCIA A LA PRÁCTICA: OPTIMIZANDO EL
RENDIMIENTO DEPORTIVO



Evaluaciones

Prueba 1 desde el 29-01-27

Prueba 2 desde el 26-02-27

Prueba 3 desde el 14-04-27

Cierre Definitivo

13 de junio 2027



@VIVESANOBRASIL



WWW.VIVESANOACADEMY.ORG

4° cohorte

DIPLOMADO

Nutrición Deportiva

DE LA CIENCIA A LA PRÁCTICA: OPTIMIZANDO EL
RENDIMIENTO DEPORTIVO



CRONOGRAMA



@VIVESANOBRASIL



WWW.VIVESANOACADEMY.ORG