#### **REQUISITOS:**

- ⇒ Solicitud de inscripción
- ⇒ Acta de nacimiento (original o copia notariada)
- ⇒ Copia de acta de examen
  - profesional (notariada)
- ⇒ Copia del título de licenciatura (notariada)
- Copia de cédula profesional (notariada)
- ⇒ CURP
- ⇒ Carta de exposición de motivos
- ⇒ Dos cartas de recomendación académica
- ⇒ Dos fotografías tamaño credencial ovalada blanco y negro (recientes, vestido formal)
- ⇒ Recibo original de pago del diplomado (extendido por el departamento de CONTABILIDAD FAMEN)
- ⇒ El pago de la inscripción se deberá realizar en BANAMEX, cuenta No.
   7004-392708 a nombre de la Universidad Juárez del Estado de Durango.
- ⇒ Entrega de documentos en: Oficina de la División de Estudios de Posgrado e Investigación de la Facultad de Medicina y Nutrición, Av. Universidad S/N y Carretera a Mazatlán.

#### **DIRECTORIO**

#### Rector

#### C.P.C. y M.I. OSCAR ERASMO NÁVAR GARCÍA

#### Secretaria General

M.E.C. MARÍA DE LOURDES NAPOLES ORRANTE

#### FACULTAD DE MEDICINA Y NUTRICIÓN

#### Director

DR. JORGE ARTURO CISNEROS MARTÍNEZ

Secretario Académico

DR. EZEQUIEL ROCHA CHAVARRÍA

Secretarios Administrativo

DR. ADALBERTO PEREZ ORONA

#### Jefe de la División de Estudios de Posgrado

e Investigación

DR. VICENTE CISNEROS PÉREZ

Coordinadora del Diplomado

M.E. MARGARITA ROSALINA MORALES GONZÁLEZ

#### INFORMES:

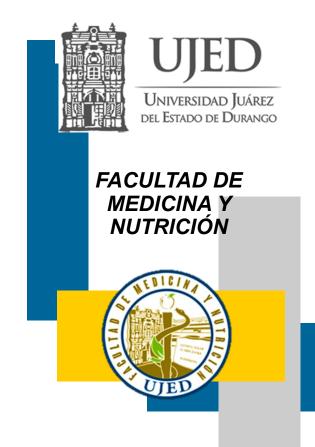
Facultad de Medicina y Nutrición
División de Estudios de Posgrado e Investigación
Tel: (618) 1 30 11 32
E-mail: posgrado2005@hotmail.com

#### Coordinación del Diplomado

M.E. Margarita Rosalina Morales González

Cel: 618 134 43 77

E-mail: Inrosalina@hotmail.com



## DIPLOMADO EN NUTRICIÓN Y DEPORTE

DIVISIÓN DE ESTUDIOS DE POSGRADO E INVESTIGACIÓN

### <mark>OB</mark>JETIVO:

Al término de este diplomado los alumnos adquirirán formación específica en el campo de la nutrición deportiva, para poder asesorar de la forma correcta a deportistas y personas que realicen actividad física; además, podrán elaborar un plan nutricio de acuerdo a las necesidades del practicante, para así lograr deportistas más destacados y con mejor calidad de vida.

#### APRENDIZAJES ESPERADOS:

Reconocer, seleccionar y, clasificar los alimentos y sus respectivos nutrientes recomendados en la dieta del deportista.

Identificar como influye la alimentación en la capacidad y rendimiento deportivo

Conocer y aprender a realizar el plan nutricio para el deportista, antes, durante y después de una competencia.

Reconocer los diferentes tipos de ejercicio y sus necesidades nutricionales.

Identificar como actúa el organismo humano durante el ejercicio en condiciones ambientales extremas.

Conocer la c<mark>onsecuencia de la mala hidratación en el deporte.</mark>

#### **PROGRAMA**

MODULO I: CONCEPTOS DE LA

ALIMENTACIÓN

**MODULO II**: METABOLISMO Y SISTEMAS DE ENERGÍA

MODULO III: DIGESTIÓN, ABSORCIÓN DE LOS NUTRIENTES EN EL APARATO DIGESTIVO

**MODULO IV**: PROTEÍNAS: FUNCIÓN, META-BOLISMO Y DEPORTE.

**MODULO V:** LÍPIDOS: FUNCIÓN, METABOLIS-MO Y EFECTOS EN LA INTENSIDAD DEL EN-TRENAMIENTO.

**MODULO VI**: CARBOHIDRATOS Y SU FUNCIÓN

**MODULO VII**: VITAMINAS Y MINERALES

**MODULO VIII**: HIDRATACION Y

TERMORREGULACIÓN

MODULO IX: FISIOLOGÍA DEL EJERCICIO

MODULO X: NUTRICIÓN Y RENDIMIENTO EN

CONDICIONES EXTREMAS

MODULO XI: NUTRICIÓN EN LAS

DIFERENTES ETAPAS DE LA VIDA

MODULO XII: COMPOSICIÓN CORPORAL,

SOMATOTIPO Y RENDIMIENTO DEPORTIVO

MODULO XIII: EVOLUCIÓN NUTRICIONAL EN DEPORTISTAS (DIETÉTICA Y CLÍNICA)

MODULO XIV: AYUDAS ERGOGÉNICAS

MODULO XV: DIETAS EN LAS DIFERENTES

FASES DEPORTIVAS

# FECHA DE INICIO 5 de octubre del 2017 FECHA DE TÉRMINO 23 de febrero del 2018

Modalidad: presencial
Días: Jueves y Viernes
de 16:00 a 21:00 horas.
Sábado de 9:00 a 14:00 horas.
Aulas de la FAMEN

