

Curso

Fisiología del Deporte



Conoce el impacto del ejercicio físico en las funciones del cuerpo humano.

Este curso brindará a los participantes una capacitación académica sobre cómo funciona el cuerpo en relación al entrenamiento deportivo y la nutrición deportiva. Se abordarán conceptos fisiológicos básicos de adaptación de organismo durante el ejercicio físico; además de identificar los principales mecanismos de respuesta del sistema cardiovascular dependiendo del tipo, intensidad y tiempo en las diferentes disciplinas deportivas.

Dirigido

- Profesionales de las carreras de Nutrición y de la Salud que deseen potenciar sus conocimientos en Fisiología del Deporte.
- Fisioterapeutas, preparadores y entrenadores físicos.
- Deportistas profesionales y amateurs.
- Público en general con interés en Fisiología del Deporte.

Logros de aprendizaje



Al finalizar el curso, el participante será capaz de:

- Reconocer los principales mecanismos de adaptación física durante el ejercicio.
- Realizar una intervención de calidad basada los conceptos fisiológicos básicos de adaptación del organismo durante el ejercicio físico.
- Adquirir un rol fundamental en un equipo multidisciplinario que acompañe a deportistas durante las etapas del entrenamiento físico.



Datos generales



Inicio
25 de octubre



Duración
5 Sesiones



Horario
Martes y jueves
7:00 p.m. a 10:00 p.m.



Modalidad Online
Clases sincrónicas



Inversión
S/642
Promoción (30% dscto.): S/449

Requisitos técnicos mínimos y recomendados:
Conexión Internet Casa: Mínimo: 15 Mbps.
Recomendable >= 30 Mbps
Conexión internet móvil: 3G como mínimo.



Certificación

Certificado emitido por el Programa de Extensión Universitaria de La Universidad Le Cordon Bleu.

UNIDAD 1 Respuesta y adaptaciones fisiológicas del sistema cardiovascular durante el ejercicio físico.

1

Temas:

- Respuesta cardíaca vascular durante el ejercicio.
- Modificaciones cardiovasculares.
- Frecuencia cardíaca basal, máxima, de reposo y reserva.

UNIDAD 2 Respuesta y adaptaciones fisiológicas del sistema respiratorio durante el ejercicio físico.

2

Temas:

- Ventilación durante el ejercicio.
- Intercambio gaseoso en el ejercicio.
- Cociente respiratorio (VO2 max).
- Regulación y adaptación respiratoria.

UNIDAD 3 Respuesta y adaptaciones fisiológicas del sistema endocrino durante el ejercicio físico.

3

Temas:

- Glándulas endocrinas y sus hormonas.
- Modificaciones endocrinas en el ejercicio.
- Mecanismos reguladores durante el ejercicio.

UNIDAD 4 Respuesta y adaptaciones fisiológicas del sistema neuromuscular durante el ejercicio físico.

4

Temas:

- Control neurológico del movimiento. Control muscular.
- Tipos de fibras y contracción muscular.
- Unidad motora.
- Adaptación musculo esquelético.

UNIDAD 5 Respuesta y adaptaciones fisiológicas del sistema renal durante el ejercicio.

5

Temas:

- Hemodinámica renal durante el ejercicio.
- Requerimiento y mantenimiento de la hidratación.
- Variaciones en el volumen de excreción y electrolitos durante el ejercicio.

Nota Importante

- La Universidad Le Cordon Bleu Perú se reserva el derecho de reprogramar o cancelar los cursos que no cuenten con el número mínimo de inscritos establecidos por la institución.
- Se reserva el derecho de modificar la plana docente de acuerdo a disponibilidad o cambios en el programa.
- Los trámites de retiro o cambio sólo se realizan hasta 10 días antes del inicio de clases. Caso contrario deberá asumir la penalización correspondiente. El pago realizado no está sujeto a devolución ni transferencia, el retiro no modifica el monto comprometido a pagar. El retiro es sólo académico y no económico.