

## DIPLOMADO INTERNACIONAL EN NUTRICIÓN Y ALIMENTACIÓN PARA EL RENDIMIENTO DEPORTIVO Y SALUD



DURACIÓN  
17 SEMANAS



MODALIDAD  
ONLINE



SEDE  
CAMPUS  
VIRTUAL

### DESCRIPCIÓN

Los egresados del Diplomado Internacional en Nutrición y Alimentación para el Rendimiento Deportivo y Salud de la Universidad Autónoma de Chile serán profesionales capaces de identificar la relación entre la nutrición y la alimentación, así como sus efectos sobre la salud y el rendimiento deportivo. También de analizar las necesidades y requerimientos nutricionales específicos y elaborar planes de alimentación para deportistas de alto rendimiento como aficionados.

Poseerán como sellos diferenciadores ser profesionales críticos y reflexivos; que tomen decisiones profesionales a partir del análisis profundo de diversas fuentes de información y situaciones problemáticas para generar posibles alternativas de solución y que organicen coherentemente sus ideas y las comuniquen de manera oral y escrita considerando el contexto y personas interlocutoras.

### OBJETIVO

Entregar herramientas fundamentales que permitan al estudiante una adecuada programación y manejo alimentario nutricional en deportistas y personas que practiquen actividad física para el alcance de sus objetivos.

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Relacionar las adaptaciones fisiológicas y el metabolismo energético durante el ejercicio físico como base para el planteamiento de intervenciones nutricionales.
- Valorar el estado nutricional en deportistas y personas que practican ejercicio físico, fundamentando el comportamiento de los distintos compartimientos corporales a través del análisis crítico de diversas fuentes bibliográficas.
- Diseñar planes de intervención nutricional en individuos que realizan ejercicio físico aplicando la dietética y suplementación alimentaria para apoyar el logro de objetivos, respetando los principios de la ética en el trabajo con personas.

### ¿A QUIÉN VA DIRIGIDO?

Profesionales y licenciados (último año de estudios) del área de la nutrición humana.



28

DIPLOMADOS

2

MAESTRÍAS Y  
DOCTORADOS

11

ESPECIALIZACIONES

## DIPLOMADO INTERNACIONAL EN NUTRICIÓN Y ALIMENTACIÓN PARA EL RENDIMIENTO DEPORTIVO Y SALUD

### MALLA CURRICULAR

#### MÓDULO 1

Aproximación al  
Aprendizaje con  
Tecnologías

El curso está orientado a fortalecer las competencias para la navegación en la plataforma de nuestra casa de estudios, utilizando herramientas didáctico-pedagógicas para realizar actividades mediadas por tecnologías en función del logro de resultados de aprendizaje en los cursos.

#### MÓDULO 2

Fisiología del  
Ejercicio

El curso está orientado a fortalecer las competencias para el análisis de las adaptaciones fisiológicas derivadas de la práctica del ejercicio, que fundamente la intervención desde la nutrición, combinando clases expositivas con el análisis de casos y documentos científicos.

#### MÓDULO 3

Valoración Nutricional  
Aplicada al Ejercicio  
Físico

El curso aborda los fundamentos y técnicas de la evaluación nutricional integrada en personas que realicen ejercicio físico, los cambios en la estructura y los distintos compartimientos corporales como fundamento sobre las necesidades energéticas nutricionales

#### MÓDULO 4

Nutrientes y  
Adaptaciones  
Alimentarias  
Aplicadas al Ejercicio

El curso permitirá valorar las bases fundamentales de la nutrición aplicadas al ejercicio físico, evaluar las características nutricionales de la alimentación y las recomendaciones para potenciar los efectos de los nutrientes, evaluando la necesidad y uso de suplementos deportivos.

#### MÓDULO 5

Planificación  
Nutricional Aplicada al  
Ejercicio Físico

El curso aborda los principios de la nutrición en el ejercicio y el deporte, en la estructuración de planes de alimentación para el desempeño competitivo o recreativo, considerando el aporte de macronutrientes, micronutrientes e hidratación en la ejecución, mantención y recuperación.

### PLATAFORMAS INSTITUCIONALES



**CANVAS**  
BY INSTRUCTURE



**Microsoft**  
Partner University