



Especialización en Ejercicio Físico en Población con Patología



<https://g-se.com/diplomatura-universitaria-ejercicio-fisico-poblacion-patologia-t-0611...>





Especialización en Ejercicio Físico en Población con Patología

Valoración de la capacitación por parte de los alumnos:





Especialización en Ejercicio Físico en Población con Patología

Sobre el Curso

+Trainer +Trainer

El ejercicio físico, junto a la alimentación, puede considerarse la piedra angular para la prevención de muchas de las enfermedades no-transmisibles e hipocinéticas que acosan a una sociedad cada vez más sedentaria (obesidad, diabetes, hipertensión, etc.). Además, una vez instaurada la enfermedad, la correcta prescripción de ejercicio constituirá una parte fundamental del propio tratamiento en el continuo de la enfermedad para paliar sus síntomas, frenar su desarrollo y devolver la calidad de vida al paciente. Dados sus efectos multisistémicos, hoy en día el ejercicio tiene un papel como medicamento no sólo en la prevención primaria de al menos 35 afecciones crónicas, sino también como tratamiento de primera línea de diversas enfermedades.

Desde una perspectiva socio-sanitaria y económica, una población físicamente activa es una población más sana y feliz, con mayor bienestar y calidad de vida, en la que se reduce la presencia de comorbilidades asociadas, se disminuye la presión sobre el sistema sanitario y se ahorran recursos que podrían destinarse a la atención de otras necesidades. Es por ello, que desde todos los estamentos se reconozca la importancia de incluir el ejercicio físico en un estilo de vida saludable como una de las herramientas más eficaces para prevenir y tratar muchas de las enfermedades crónicas más prevalentes y ligadas a un estilo de vida sedentario (hipertensión, diabetes, obesidad, dislipemias, osteoporosis, etc.).

Sin embargo, a menudo el profesional de la salud desconoce cuál es la dosis y su progresión cuando se trata de incorporarlo al tratamiento y control en las diferentes patologías, e integrado dentro de un marco multidisciplinar. Los profesionales del ejercicio físico y la salud desempeñan una labor fundamental en este campo, es por ello, que el fin último del presente curso de posgrado es dotar a nuestro alumnado de las competencias y habilidades que garanticen un crecimiento y especialización profesional óptimo en equipos multidisciplinarios en el ámbito clínico.

En esta Diplomatura se abordarán cada una de las variables y decisiones a tomar encaminadas a diseñar programas de ejercicio para cada una de las patologías tratadas en este curso (endocrino-metabólicas, cardiovasculares, respiratorias y osteo-articulares más prevalentes, como así también cáncer, enfermedad renal y fibromialgia). **Para ello, en esta formación se utilizarán conferencias pre-grabadas recientemente de alta calidad y disponibles desde el comienzo de cada asignatura.**



Información Útil



OBJETIVOS:

- Abordar cada una de las variables y decisiones posibles de tomar orientadas al diseño de programas de ejercicio físico para las patologías más prevalentes no transmisibles.
- Dotar de las competencias necesarias para diseñar programas de ejercicio físico en las patologías endocrino-metabólicas, cardiovasculares, y osteo-articulares más prevalentes; como también cáncer, enfermedad renal, y fibromialgia.
- Comprender la fisiopatología de las enfermedades más prevalentes.
- Conocer los procesos operativos que guían el diseño de programas de entrenamiento multicomponente para la mejora de la salud y bienestar en sujetos con patologías.
- Conocer la dosis de ejercicio más segura y eficaz para prevenir, conservar la salud y apoyar el tratamiento de sujetos enfermos adecuada a las características, necesidades y objetivos de los mismos.
- Fomentar una actitud crítica y reflexiva sobre el análisis de información que permita una toma de decisiones basada en la evidencia científica.



CURSO DESTINADO A:

- Licenciados en Educación Física.
- Profesores en Educación Física.
- Médicos con diversas especialidades.
- Licenciados en Kinesiología y Fisioterapia.
- Técnicos en Actividad Física.
- Equipos interdisciplinarios de trabajo en el área médica y de ejercicio en poblaciones con patologías.



Especialización en Ejercicio Físico en Población con Patología

Docentes



GUILLERMO PEÑA GARCÍA-OREA
Ejercicio Físico, salud y calidad de vida



JORGE LUIS ROIG
FISIOLOGÍA DEL EJERCICIO



JAVIER LOUREIRO DÍAZ
Clinical Exercise Physiologist.
Cardiovascular Rehabilitation



LUCÍA GUERRERO ROMERO



BORJA SAÑUDO CORRALES
Entrenamiento y fisiología del ejercicio.



ELENA SANTANA SOSA
Fisiología del Ejercicio



Especialización en Ejercicio Físico en Población con Patología

Docentes



**CAROLINA GONZÁLEZ
FERNÁNDEZ**
CIENCIAS ACTIVIDAD FÍSICA Y
DEPORTE



Especialización en Ejercicio Físico en Población con Patología

Programa académico (138 Horas cátedra)

Módulo 1

Prescripción del ejercicio en base a la evidencia. Procesos operativos para el diseño de programas de entrenamiento para la salud

- Papel del ejercicio en la patogénesis de las enfermedades crónicas no transmisibles, la cronicidad y la mejora de la salud y calidad de vida.
- Concepto de "Prescripción de Ejercicio en Base a Evidencia": ¿Es posible?
- Niveles de evidencia y recomendación.
- Variables operativas de la fase de Planificación del entrenamiento
- Estructuras operativas temporales de la fase de Periodización del entrenamiento
- Variables operativas de la fase de Programación del entrenamiento
 1. Frecuencia de entrenamiento
 2. Volumen de entrenamiento
 3. Intensidad de entrenamiento
 4. Densidad de entrenamiento
- Variables operativas de la fase de Prescripción del entrenamiento
 1. Metodología de entrenamiento
 2. Selección de ejercicios

Ejercicio físico y sobrepeso/obesidad

- Fisiopatología de la obesidad: evidencias actuales entorno al papel del ejercicio
- Inclusión del ejercicio físico en el tratamiento multidisciplinar de la obesidad
- Prescripción del entrenamiento (intensidad, volumen, frecuencia, densidad y metodología) atendiendo a la fisiopatología de la obesidad.
- Control de carga interna
- Prescripción del ejercicio de fuerza y de resistencia



Especialización en Ejercicio Físico en Población con Patología

Programa académico (138 Horas cátedra)

Ejercicio físico y Diabetes Mellitus

- Epidemiología. La diabetes como problema de Salud pública
 - Clasificación y etiología de la diabetes mellitus
 - Trastornos del metabolismo de la glucosa y complicaciones asociadas
 - Efectos y beneficios del ejercicio físico sobre la diabetes
 - Evidencias del ejercicio físico sobre el tratamiento y control de la diabetes tipo 2
1. Entrenamiento de la resistencia y control glucémico en la diabetes
 2. Entrenamiento de la fuerza y control glucémico en la diabetes
 3. Entrenamiento combinado de fuerza y resistencia y control glucémico en la diabetes
- Dosis de ejercicio recomendada para el tratamiento y control de la diabetes tipo 2
 - Precauciones y recomendaciones de seguridad para la realización de ejercicio en personas diabéticas



Especialización en Ejercicio Físico en Población con Patología

Programa académico (138 Horas cátedra)

Módulo 2

Ejercicio físico y enfermedad arterial coronaria

- Revisión guías clínicas sobre ejercicio en rehabilitación cardiovascular
- seguridad de la práctica de ejercicio en pacientes con EAC
- Estratificación del riesgo para la práctica de ejercicio físico en pacientes con EAC
- Programación básica de ejercicio en la EAC

Ejercicio físico e Hipertensión

- Hipertensión arterial y riesgo cardiovascular
- Diagnóstico, clasificación y etiología de la hipertensión arterial
- Fisiopatología de la hipertensión arterial
- Efectos y beneficios del ejercicio físico sobre la presión arterial
- Evidencias del ejercicio físico sobre el tratamiento y control de la hipertensión arterial
- Dosis de ejercicio recomendada para el tratamiento y control de la hipertensión arterial
- Precauciones y recomendaciones de seguridad para la realización de ejercicio en personas con hipertensión arterial

Ejercicio físico y Patologías respiratorias: Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica (EPOC)

- Enfermedades respiratorias, ¿qué son?
- EPOC: definición, etiología, mecanismos patogénicos, manifestaciones clínicas, comorbilidades
- El proceso de atención inicial al paciente con EPOC
- Rehabilitación Respiratoria: intervención complementaria al tratamiento farmacológico
- Intervenciones no farmacológicas en pacientes con EPOC en fase estable: ejercicio físico
- Consideraciones en la prescripción de ejercicio físico y dosis propuesta



Especialización en Ejercicio Físico en Población con Patología

Programa académico (138 Horas cátedra)

Módulo 3

Ejercicio físico y síndrome de fibromialgia

- Breve resumen de la etio-patología de la fibromialgia
- Principales síntomas de esta enfermedad
- Evidencias sobre el manejo en este colectivo
- El papel del ejercicio físico y las características a tener en cuenta en su programación
- La importancia de la condición física en pacientes con fibromialgia
- Nuevas tendencias en el manejo de este colectivo

Ejercicio físico y osteoporosis

- Enfermedades metabólicas óseas, ¿qué son?
- Conocimiento de la fisiopatología de la enfermedad
- Criterios diagnósticos
- Factores predisponentes
- Tratamiento farmacológico y no farmacológico
- Efectos y beneficios del ejercicio físico
- Diseño de programas de entrenamiento

Ejercicio físico y osteoartritis

- Osteoartritis: enfermedad compleja y multifactorial
- Etiopatogenia y manifestaciones clínicas
- Factores riesgo modificables y no modificables
- Comorbilidades y progresión
- Tratamiento farmacológico y no farmacológico



Especialización en Ejercicio Físico en Población con Patología

Programa académico (138 Horas cátedra)

- Efectos y beneficios del ejercicio físico
- Diseño de programas de entrenamiento

Ejercicio físico y patología lumbar

- Bases anatómico-funcionales del raquis y fisiopatología lumbar
- Fisiopatología raquídea y fases de la cascada degenerativa
- Mecanismos básicos para la estabilidad del raquis lumbar aplicados a las patologías raquídeas.
- Estabilidad, inestabilidad y control motor como conceptos relevantes en torno al dolor lumbar
- Efectividad de las intervenciones en ejercicio físico y consideraciones para la mejora de la funcionalidad y calidad de vida en el dolor lumbar
- Perspectiva biopsicosocial en la readaptación funcional del dolor lumbar
- Diseño de programas de entrenamiento. Propuestas prácticas



Especialización en Ejercicio Físico en Población con Patología

Programa académico (138 Horas cátedra)

Módulo 4

Acercamiento al mundo oncológico

- Generalidades y epidemiología del cáncer
 - Definición de cáncer
 - Factores de riesgo
 - Incidencia
 - Tipos de tratamiento
- Efectos del tratamiento
 - Cardiovasculares
 - Masa ósea
 - Masa muscular
 - Composición corporal
- Qué es el ejercicio y cómo influye
 - Conceptos Actividad Física, ejercicio y deporte
 - Diferencia entre el ejercicio aeróbico y el de fuerza
 - Importancia del ejercicio antes, durante y después del tratamiento

Programación del entrenamiento oncológico

- Tipos de entrenamiento
 - Prescripción ejercicio aeróbico
 - Prescripción ejercicio de fuerza
 - Prescripción de flexibilidad
 - Planificación de una sesión tipo



Especialización en Ejercicio Físico en Población con Patología

Programa académico (138 Horas cátedra)

Ejercicio físico y cáncer de mama

- Fisiopatología de la enfermedad
- Tipos y subtipos – características
- Contexto anatómico
- Tratamientos
- Efectos secundarios
- Ejercicio en el continuum de la enfermedad

Ejercicio Físico y Enfermedades Neurodegenerativas (Alzheimer, Párkinson)

Qué son las enfermedades Neurodegenerativas.

Envejecimiento, sedentarismo y salud cerebral.

Efectos y beneficios del ejercicio físico en Alzheimer y Párkinson.

Diseño de propuestas prácticas.



Journals



SPORT Discus™ with Full Text



Online Education Center nos brinda de manera exclusiva y gratuita para todos los alumnos avanzados de G-SE el ingreso a SPORT Discus with Full text.

Con cobertura a texto completo (full text) que data desde el año 1930, SPORTDiscus with Full Text es la herramienta esencial para los estudiantes que desean estar un paso adelante en cuanto a conocimientos, investigación y trabajos finales de grado, másteres y doctorados.

El contenido incluye:

- Más de **650 revistas** (journals) a texto completo.
- Resúmenes de 970 revistas.
- Actas e informes de conferencias.
- Más de **3800 videos**.
- Más de **150000 artículos** con referencias citadas de búsqueda.

Pueden consultar y descargar estos materiales cuantas veces deseen mientras dure el acceso a este campus virtual de G-SE.



Especialización en Ejercicio Físico en Población con Patología

Certificados



ACSM CEC CERTIFICATE

- Otorga: American College of Sports Medicine
- Tipo de certificado: Digital
- Certificado provisto por el Colegio Americano de Medicina del Deporte (ACSM) para otorgar Créditos de Educación Continua (CECs) a quienes sean ACSM Certified Personal Trainers, ACSM Certified Group Exercise Instructors, ACSM Certified Exercise Physiologists o tengan otro certificado otorgado por ACSM.



ACSM CEC CERTIFICATE

- Otorga: American College of Sports Medicine
- Tipo de certificado: Digital
- The American College of Sports Medicine's Professional Education Committee certifies that "Grupo Sobre Entrenamiento LLC" meets the criteria for official ACSM Approved Provider status from (2020 – December 2023). Approved Providers and their content reflect the concepts of their respective organizations and do not necessarily represent the positions or policies of ACSM. (Providershhip #732663) ACSM approved providership of this program does not imply endorsement of the sponsoring organization's products/services.



Especialización en Ejercicio Físico en Población con Patología



ACSM CEC CERTIFICATE

- Otorga: American College of Sports Medicine
- Tipo de certificado: Digital
- The American College of Sports Medicine's Professional Education Committee certifies that "Grupo Sobre Entrenamiento LLC" meets the criteria for official ACSM Approved Provider status from (2020 – December 2023). Approved Providers and their content reflect the concepts of their respective organizations and do not necessarily represent the positions or policies of ACSM. (Providershship #732663) ACSM approved providership of this program does not imply endorsement of the sponsoring organization's products/services.



CERTIFICADO FINAL DE APROBACIÓN

- Otorga: Universidad del Museo Social Argentino
- Tipo de certificado: Digital
- Este certificado especifica que un alumno ha realizado todas las evaluaciones y ha aprobado una capacitación en particular. Se incluyen los siguientes datos: nombres y apellidos del alumno, nombre de la capacitación, cantidad de horas cátedra y nombre de la organización que certifica.



Especialización en Ejercicio Físico en Población con Patología



ACSM CEC CERTIFICATE

- Otorga: American College of Sports Medicine
- Tipo de certificado: Digital
- The American College of Sports Medicine's Professional Education Committee certifies that "Grupo Sobre Entrenamiento LLC" meets the criteria for official ACSM Approved Provider status from (2020 – December 2023). Approved Providers and their content reflect the concepts of their respective organizations and do not necessarily represent the positions or policies of ACSM. (Providership #732663) ACSM approved providership of this program does not imply endorsement of the sponsoring organization's products/services.



ACSM CEC CERTIFICATE

- Otorga: American College of Sports Medicine
- Tipo de certificado: Digital
- The American College of Sports Medicine's Professional Education Committee certifies that "Grupo Sobre Entrenamiento LLC" meets the criteria for official ACSM Approved Provider status from (2020 – December 2023). Approved Providers and their content reflect the concepts of their respective organizations and do not necessarily represent the positions or policies of ACSM. (Providership #732663) ACSM approved providership of this program does not imply endorsement of the sponsoring organization's products/services.



Especialización en Ejercicio Físico en Población con Patología



CERTIFICADO FINAL DE ASISTENCIA

- Otorga: Comité Académico G-SE
- Tipo de certificado: Digital
- Este certificado especifica que un alumno ha asistido a una capacitación en particular. Se incluyen los siguientes datos: nombres y apellidos del alumno, nombre de la capacitación, cantidad de horas cátedra y nombre de la organización que certifica.

Avales Científicos



Universidad del Museo Social Argentino



Comité Académico G-SE



American College of Sports Medicine



Formas de Pago

GLOBALES

Tarjeta de crédito o débito internacional / Tarjeta de crédito o débito Europea / PayPal Depósito o transferencia (Bankinter)

SOLO PARA ARGENTINA

Tarjeta de crédito o débito Argentina / Depósito o transferencia bancaria (Banco Galicia) Pago Fácil / Rapipago

SOLO PARA BOLIVIA

PagosNet

SOLO PARA CHILE

Servipag / Sencillito / Webpay / Multicaja

SOLO PARA COLOMBIA

Tarjeta de crédito o débito Colombiana / Via Baloto / Pagos Seguros en Línea (PSE)

SÓLO PARA ECUADOR

SafetyPay

SÓLO PARA MÉXICO

OXXO; Tarjeta de crédito o débito Mexicana; SPEI

SÓLO PARA PERÚ

PagoEfectivo; SafetyPay; Tarjeta de crédito o débito Peruana

SÓLO PARA URUGUAY

Depósito o transferencia (Santander Uruguay)

FORMAS DE PAGO DE SOCIOS EDUCATIVOS

Tarjeta de crédito o débito Argentina; Pago en sede; Depósito o transferencia bancaria (Banco Galicia; Santander; Sabadell); Western Union; PayPal; Tarjeta de crédito o débito internacional; Pago en efectivo; Consignación o transferencia bancaria (Banco DAVIVIENDA); Pago Fácil / Rapipago; Credit or debit card; Depósito o transferencia bancaria (Banco Nación)



En todos los países:





Q&A



G-SE "Preguntas"

Inicio Sesión

Haz una pregunta...

¿Qué

Pregunta
27 may 2021 · 11:29

La exposición a la luz artificial ¿genera cambios o disturbios en el sueño?

ver más +

Respuesta
27 may 2021 · 11:29

Ernesto Cifuentes Merenea

Jugar un partido de fútbol por la noche (>20 horas) implica una gran carga física y mental, así como un alto estrés emocional. Además, las rutinas posteriores al partido (atención médica, estrategias de recuperación, comida y viaje de regreso) con frecuencia conducen a una hora de acostarse muy tarde, lo que también puede alterar la calidad y cantidad del sueño (1)

Los jugadores de fútbol élite están expuestos a la luz artificial del estadio y también el acceso a disposi...

(ver más)

Responder...

G-SE Preguntas es la base de conocimientos más grande de habla hispana sobre las ciencias del ejercicio. Preguntas, respuestas, comentarios y un valioso intercambio de información abierto y en tiempo real entre colegas de todas las disciplinas.

¿Cómo puedo participar?

- **Posteando preguntas a colegas.** Las preguntas son y serán siempre anónimas, por más que te pidamos que te loguees/registres.
- **Aportando tu conocimiento** respondiendo preguntas para ganar reputación dentro de la comunidad.

¡Echa un vistazo y comienza a participar!

MÁS INFORMACIÓN



Grupo Sobre Entrenamiento (G-SE) es el Líder Mundial en Información y Capacitación a Distancia en Ciencias del Ejercicio y Salud

G-SE es un referente en la información y la capacitación a distancia en ciencias del ejercicio y medicina del deporte, dividiéndose en tres grandes secciones: 1) "Artículos", en donde se presentan blogs y artículos gratuitos contenidos en más de 7 journals especializados; 2) "Capacitaciones", una gran plataforma de difusión y comercialización de formaciones a distancia ofrecidas por nuestros socios educativos integrada a nuestro poderoso LMS (learning management system) de desarrollo propio; y 3) "Foros" en donde se promueve la interactividad, experiencias compartidas y opiniones de expertos.

 g-se@g-se.com

   [g-se.com](https://www.g-se.com)