



Diseño de Programas de Ejercicio en Patologías Cardiovasculares, Respiratorias y COVID-19



<https://g-se.com/disenoprogramas-ejercicio-patologias-cardiovasculares-respiratoria...>





Diseño de Programas de Ejercicio en Patologías Cardiovasculares, Respiratorias y COVID-19

Sobre el Curso

UMSA UNIVERSIDAD
DEL MUSEO SOCIAL ARGENTINO

Universidad del Museo Social Argentino

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 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 solo en la prevención primaria de al menos 35 afecciones crónicas sino también como tratamiento de primera línea de diversas enfermedades.

En este curso se abordarán cada una de las variables y decisiones a tomar encaminadas a diseñar programas de ejercicio para las patologías cardiovasculares y respiratorias, con énfasis en este último tipo de patologías del abordaje del ejercicio físico y el COVID-19.



Información Útil



OBJETIVOS:

- Dotar de las competencias necesarias para diseñar programas de ejercicio físico en las patologías cardiovasculares, y respiratorias más prevalentes.
- Comprender la fisiopatología que subyace en las enfermedades pulmonares y cardiovasculares 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:

Profesores en Educación Física

Licenciados en Educación Física

Técnicos en Actividad Física / Entrenamiento Personalizado / Musculación

Entrenadores Personales

Licenciados en Nutrición

Lic. en Kinesiología y Fisioterapia

Médicos con Especialidades

Estudiantes avanzados de dichas carreras

Otros profesionales relacionados al ejercicio físico y patología



Diseño de Programas de Ejercicio en Patologías Cardiovasculares, Respiratorias y COVID-19

Docentes



JAVIER LOUREIRO DÍAZ

Clinical Exercise Physiologist. Cardiovascular Rehabilitation



LUCÍA GUERRERO ROMERO



ISAAC ROJAS RIVERO

Entrenamiento



Diseño de Programas de Ejercicio en Patologías Cardiovasculares, Respiratorias y COVID-19

Programa académico (40 Horas cátedra)

Módulo 1

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



Diseño de Programas de Ejercicio en Patologías Cardiovasculares, Respiratorias y COVID-19

Programa académico (40 Horas cátedra)

Recuperación funcional post COVID-19

- Estado actual de la pandemia, sectorización por edad y sexo con datos actualizados.
- Efecto de la actual crisis sanitaria en la salud del sector Fitness y del Entrenamiento Personal en particular.
- Fisiopatología y diagnóstico de la persona afectada por el Sars-Cov2.
- Alteraciones de las funciones vitales y su relación con la actividad física y el Ejercicio Físico en la persona afectada por la enfermedad.
- Escalas de valoración funcional de utilidad, para la programación del ejercicio.
- Niveles de evidencia científica para una intervención desde el entrenamiento para que sea “segura y eficaz”
- 5 claves para la intervención por parte de los profesionales del Ejercicio Físico.



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.



Diseño de Programas de Ejercicio en Patologías Cardiovasculares, Respiratorias y COVID-19

Certificados



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



INSTITUTO INTERNACIONAL DE
CIENCIAS DEL EJERCICIO FÍSICO Y SALUD

**Instituto Internacional de Ciencias del Ejercicio
Físico y Salud**



G-SE

UMSA UNIVERSIDAD
DEL MUSEO SOCIAL ARGENTINO

Universidad del Museo Social Argentino





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)





Q&A



G-SE "Preguntas"

The screenshot displays the G-SE 'Preguntas' interface. On the left is a sidebar with navigation options: 'Iniciar Sesión', 'Home', 'Mis Preguntas', 'Preguntas Seguidas', and 'Mis Respuestas'. The main content area features a search bar at the top with the placeholder 'Haz una pregunta...'. Below it, a question is displayed: '¿Qué? Pregunta 27 may 2021 · 11:29'. The question text is 'La exposición a la luz artificial ¿genera cambios o disturbios en el sueño?' and is attributed to 'La expos'. To the right of the question are icons for 5 views, 1 response, and a menu. Below the question is an answer: 'Respuesta 27 may 2021 · 11:29' by 'Ernesto Cifuentes Merenea'. The answer text discusses the physical and mental strain of night football (>20 hours) and its impact on sleep quality and quantity. It also mentions that elite football players are exposed to stadium artificial light. At the bottom of the answer is a '(ver más)' link. Below the answer is a 'Responder...' input field.

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