



Ejercicio Físico en Patologías Cardio-Metabólicas



<https://g-se.com/es/formacion/disenio-programas-ejercicio-patologias-cardiovascular...>





Ejercicio Físico en Patologías Cardio-Metabólicas

*Valoración de la capacitación
por parte de los alumnos:*





Ejercicio Físico en Patologías Cardio-Metabólicas

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 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.



Información Útil



PERFIL DE EGRESADO

Egresados con competencias necesarias para diseñar programas de ejercicio físico en las patologías cardiovasculares, y respiratorias más prevalentes.



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.



Información Útil



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



Ejercicio Físico en Patologías Cardio-Metabólicas

Docentes



JAVIER LOUREIRO DÍAZ

Clinical Exercise Physiologist. Cardiovascular Rehabilitation



LUCÍA GUERRERO ROMERO

Lic. en Ciencias de la Actividad Física y Deporte. Máster en Entrenamiento Personal. Máster en Prescripción de Ejercicio Físico en Patologías.



Ejercicio Físico en Patologías Cardio-Metabólicas

Docentes



ALMUDENA FERNANDEZ VAQUERO
FISIOLOGÍA DEL EJERCICIO



Ejercicio Físico en Patologías Cardio-Metabólicas

Programa académico (18 Horas cátedra)

Módulo 1

Ejercicio físico y enfermedad arterial coronaria

1. Factores de Riesgo (FRCV), Enfermedad Cardiovascular y su Patofisiología: Síndromes Coronarios Agudos y Crónicos y Cirugías de Revascularización
2. Actividad y Ejercicio Físico:
 1. Los Beneficios de la Act. Física y la Capacidad Cardiorrespiratoria Máxima en la Salud, el Riesgo y la Enfermedad Cardiovascular.
 2. Los Riesgos: actividad física y eventos cardiovasculares.
 3. Estratificación del Riesgo del ejercicio en personas aparentemente sanas, con FRCV, y ECV establecida
 4. Planificación y Programación Básicas del Entrenamiento Cardio-respiratorio y de la Fuerza
 3. Breve introducción a las Medicaciones Cardiovasculares.
 4. Estudios de Caso y Sesiones de Entrenamiento.

Ejercicio físico e Hipertensión

1. ¿Qué es la HTA? Riesgo cardiovascular.
2. Beneficios ejercicio físico en normotensos, prehipertensos e hipertensos.
3. Directrices en el diseño de programas de ejercicio.
4. Consideraciones en el entrenamiento de fuerza.
5. Consideraciones en el entrenamiento de resistencia.
6. Propuestas prácticas y conclusiones.

Ejercicio físico y Síndrome Metabólico

1. **Concepto de Síndrome Metabólico**
 1. Definición y criterios.
 2. Distintos criterios según poblaciones



Ejercicio Físico en Patologías Cardio-Metabólicas

Programa académico (18 Horas cátedra)

3. Concepto de síndrome metabólico premórbido
 2. **Datos epidemiológicos**
 1. Prevalencia general
 2. En España: estudio de los datos epidemiológicos en nuestro país
 3. Impacto salud pública.
 3. **Fisiopatología del Síndrome Metabólico**
 1. Factores genéticos y epigenéticos
 2. Factores nutricionales
 3. Hábitos de actividad física: sedentarismo
 4. **El papel del ejercicio en el Síndrome Metabólico**
 1. Principios generales de adaptación
 2. Prevención de patologías derivadas.
-



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.



Ejercicio Físico en Patologías Cardio-Metabólicas

Certificados



CERTIFICADO FINAL DE ASISTENCIA

- Otorga: +Trainer
- 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



Comité Académico G-SE



American College of Sports Medicine



American Society of Exercise Physiologists





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)



Formas de Pago



En todos los países:





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 includes a 'ver más +' link. 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 how late bedtime routines affect sleep quality. It also mentions that elite football players are exposed to stadium artificial light. At the bottom of the answer are up/down vote icons (both at 0) and a '(ver más)' link. A 'Responder...' input field is visible at the very bottom.

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)