

Curso Profesional

Obesidad y Ejercicio Físico



tech formación
profesional

Curso Profesional Obesidad y Ejercicio Físico

Modalidad: Online

Titulación: TECH Formación Profesional

Duración: 6 semanas

Horas: 150

Acceso web: www.tech-fp.com/actividades-fisicas-deportivas/curso-profesional/obesidad-ejercicio-fisico

Índice

01

Presentación

pág. 4

02

Requisitos de acceso

pág. 6

03

Salidas profesionales

pág. 8

04

¿Qué seré capaz de hacer al finalizar el Curso Profesional?

pág. 10

05

Dirección del curso

pág. 12

06

Plan de formación

pág. 16

07

Metodología

pág. 18

08

Titulación

pág. 22

01

Presentación

La Obesidad es uno de los problemas sociales y de salud más importantes a nivel mundial. La actividad física realizada de forma regular es considerada como el pasaporte para la prevención del sobrepeso, el bienestar cardiovascular, y en general de todo el organismo. Por eso, dominar las metodologías adecuadas para facilitar a estas personas la pérdida de grasa corporal es una de las competencias más solicitadas en el ámbito deportivo y del ejercicio físico. Así, TECH te propone el estudio de este programa donde profundizarás en los principios fundamentales del ejercicio como catalizador del epicentro para un buen estado físico. A su vez, esta titulación dispone de una metodología 100% online de aprendizaje, el *Relearning*, que te garantizará la adquisición inmediata y flexible de habilidades prácticas.

“

Como profesional de las actividad físicas y deportivas, especializadas en el manejo de la Obesidad, tendrás grandes oportunidades en el mercado laboral. No dejes pasar la oportunidad y matricúlate ahora”





Adquirir hábitos saludables en cuanto a alimentación equilibrada y la práctica de ejercicio, fundamenta la base para una vida saludable, siempre y cuando sea consistente. Brindar apoyo a las personas con la adherencia requerida es uno de los factores esenciales, y para ello hay que conocer sus particularidades y ofrecer las opciones que más se ajusten a su realidad y capacidad.

Este Curso Profesional te preparará para trabajar en el ámbito del acondicionamiento físico de personas con Obesidad por medio del más actualizado material teórico-práctico. Gracias a él, dominarás temas específicos como la conceptualización y epidemiología de esta patología endocrina. Igualmente, profundizarás en la planificación del entrenamiento de estas personas, tomando en cuenta la resistencia, fuerza y actividades complementarias a estas dinámicas.

La titulación se apoya para impartir el plan de estudios en una intensiva e innovadora metodología. El *Relearning* te permitirá obtener habilidades de modo rápido y flexible, enriqueciendo así tu praxis. A su vez, el temario dispone de materiales didácticos en diversos formatos que abarcan desde lecturas convencionales hasta recursos multimedia.

“

Gracias a esta titulación podrás profundizar en todos los ejercicios físicos que conducen la mejora gradual y eficiente de personas con Obesidad Mórbida”

02

Requisitos de acceso

Esta titulación no exige ningún requisito de acceso previo al alumno. Esto quiere decir que, para inscribirse y completar el programa, no es necesario haber realizado ningún estudio de forma previa, ni resulta obligatorio cumplir ninguna otra clase de criterio preliminar. Esto te permitirá matricularte y comenzar a aprender de forma inmediata, y sin los complejos trámites exigidos por otras instituciones académicas.

Gracias a este acceso inmediato conseguirás potenciar y poner al día tus conocimientos de un modo cómodo y práctico. Lo que te posicionará fácilmente en un mercado laboral altamente demandado y sin tener que dedicar cientos de horas a estudiar formación reglada previa.

Por todo ello, este programa se presenta como una gran oportunidad para mejorar tus perspectivas de crecimiento profesional de forma rápida y eficiente. Todo esto, a través de un itinerario académico 100% online y con la garantía de calidad, prestigio y empleabilidad de TECH Formación Profesional.

“

TECH te permite el acceso inmediato a esta titulación, sin requerimientos previos de ingreso ni complejos trámites para matricularte y completar el programa”



Las ventajas de cursar este programa sin necesidad de cumplir requisitos de acceso previo son:

01

Podrás matricularte inmediatamente y comenzar a estudiar cuando quieras. A tu ritmo y sin esperas

02

Tendrás acceso a un programa de alto valor curricular, donde podrás adquirir las habilidades profesionales más demandadas en la actualidad de un modo práctico

03

Mejorarás tus perspectivas laborales en tan solo unas semanas

04

Tendrás acceso a los recursos didácticos multimedia más avanzados del mercado educativo

05

Te prepararás para responder a las necesidades actuales del mercado profesional aprendiendo mediante un formato 100% online

06

Obtendrás una titulación de TECH, una institución académica de referencia a nivel internacional

03

Salidas profesionales

Los estándares de belleza y una mayor documentación sobre el bienestar físico y emocional han generado un replanteamiento de los hábitos deportivos y alimenticios de muchas personas. En ese escenario, los retos en el área del acondicionamiento físico se han multiplicado, teniendo que combatir cada día más con serias enfermedades como la Obesidad. Por eso, la búsqueda de profesionales capacitados para manejar esta y otras patologías endocrino-nutricionales se ha disparado y con ella, la oportunidad de encontrar salidas laborales atractivas.



La Obesidad se puede prevenir y además eliminar de la vida de las personas con la asesoría adecuada. Capacítate y forma parte de los profesionales destacados en el mundo del bienestar personal”



Esta titulación, en definitiva, te convertirá en un gran especialista preparado para trabajar en alguno de los siguientes puestos:

- ♦ *Personal trainer* especializado en el manejo de la Obesidad Mórbida
- ♦ Monitor Asistente en Gimnasios
- ♦ Comercial de Equipamientos Deportivos con medidas *Over Size*
- ♦ Instructor Deportivo en Campamentos de *Wellness*
- ♦ Técnico Auxiliar de Actividad Física en Consultas de Nutrición



04

¿Qué seré capaz de hacer al finalizar el Curso Profesional?

Con TECH, serás capaz de diseñar programas de entrenamiento personalizados, adaptados a las necesidades y objetivos específicos de los pacientes con obesidad. Brindarás orientación nutricional, apoyo emocional y motivación constante para que alcancen y mantengan un peso saludable, mejorando así la calidad de vida y bienestar general de las personas.

01

Comprender en profundidad la fisiopatología de la Obesidad y sus repercusiones sobre la salud

02

Determinar las limitaciones físicas existentes en el individuo con obesidad

03

Planificar el entrenamiento de una manera individualizada en una persona con obesidad

04

Identificar las diferentes variables del entrenamiento y su aplicación en personas con patologías





05

Programar planes de entrenamiento de resistencia en el paciente con obesidad

06

Establecer planes de entrenamiento de fuerza en el paciente con obesidad

07

Detectar los factores más relevantes desencadenantes de enfermedad para poder prevenir la aparición de comorbilidades o de la propia enfermedad

08

Evitar posibles efectos contraproducentes del ejercicio físico, según las contraindicaciones existentes en las diferentes patologías

05

Dirección del curso

Los mejores docentes y profesionales, destacados por su trayectoria y conocimientos en el área de la salud y ciencias del deporte, han sido elegidos por TECH, para dictar esta especialización. Profesionales en activo y con décadas de experiencia se concentran en un solo programa para impartir el contenido más profesionalizante sobre Obesidad y Ejercicio Físico. Los casos reales presentados te facilitarán el desarrollo del bagaje adecuado al terreno práctico laboral.

“

TECH cuenta para esta titulación con prestigiosos profesionales, quienes compartirán sus habilidades y casos prácticos vivenciales contigo, aportando un sello de calidad a la titulación”





Dirección del curso

D. Rubina, Dardo

- ◆ Especialista en Alto Rendimiento Deportivo
- ◆ CEO de Test and Training
- ◆ Preparador Físico Escuela Deportiva Moratalaz
- ◆ Docente Educación Física en el Fútbol y Anatomía. CENAFE Escuelas Carlet
- ◆ Coordinador de la Preparación física en Hockey Hierba. Club Gimnasia y Esgrima de Buenos Aires
- ◆ Doctorado en Alto Rendimiento Deportivo
- ◆ Diplomado en Estudios de Investigación Avanzados (DEA) Universidad de Castilla la Mancha
- ◆ Máster en Alto Rendimiento Deportivo por la Universidad Autónoma de Madrid
- ◆ Posgrado en Actividad Física en Poblaciones con Patologías por la Universidad de Barcelona
- ◆ Técnico de Fisicoculturismo de Competición. Federación Extremeña de Fisicoculturismo y Fitness
- ◆ Experto en Scouting Deportivo y cuantificación de la carga de Entrenamiento (especialización Fútbol), Ciencias del deporte. Universidad de Melilla
- ◆ Experto en Musculación Avanzada por IFBB
- ◆ Experto en Nutrición Avanzada por IFBB
- ◆ Especialista en Valoración e Interpretación Fisiológica de la Aptitud Física por Bio
- ◆ Certificación en Tecnologías para el Control de Peso y el Rendimiento Físico. Arizona State University

Cuadro docente

Dña. Avila, María Belén

- ♦ Psicóloga y nutricionista con consultorio privado
- ♦ Servicio de Nutrición y Diabetes en diferentes centros
- ♦ Nutricionista en la Federación Argentina de Diabetes
- ♦ Miembro del Comité Científico Psicología del Hospital de Clínicas José de San Martín
- ♦ Nutricionista en el Comité Científico Adulto Mayor Sociedad Argentina de Diabetes
- ♦ Psicóloga Deportiva del Club Atlético Vélez Sarsfield
- ♦ Profesora Nacional de Educación Física
- ♦ Licenciada en Psicología
- ♦ Licenciada en Alto Rendimiento Deportivo
- ♦ Especialización en Psicología del Deporte
- ♦ Programa Terapéutico Integral para el tratamiento del sobrepeso y obesidad por CINME Centro de Investigaciones Metabólicas
- ♦ Educadora Certificada en Diabetes

D. Masabeu, Emilio José

- ♦ Especialista en Neuromotricidad
- ♦ Docente Nacional De Educación Física
- ♦ Docente de la Universidad José C Paz
- ♦ Docente de la Universidad Nacional de Villa María
- ♦ Docente de la Universidad de Lomas de Zamor
- ♦ Grado Kinesiólogo por la Universidad de Buenos Aires

D. Crespo, Guillermo Javier

- ♦ Coordinador de gimnasio Club Body (Buenos Aires)
- ♦ Entrenador asistente en el programa de detección y desarrollo de juveniles en levantamiento de pesas de la Asociación Calabresa, Gimnasio San Carlos, dependientes de los Centros de Enseñanza Federados de Federación Argentina de Pesas
- ♦ Coordinador del gimnasio y centro de entrenamiento Asociación Calabresa
- ♦ Entrenador Nacional de Levantamiento Olímpico de Pesas y Musculación deportiva en el Instituto Argentino del Deporte, Buenos Aires, Argentina Coordinador del gimnasio y centro de entrenamiento Asociación Calabresa, Buenos Aires
- ♦ Entrenador Nacional de Levantamiento Olímpico de Pesas y Musculación deportiva en el Instituto Argentino del Deporte, Buenos Aires, Argentina
- ♦ Licenciado en Nutrición por el Instituto Universitario de Ciencias de la Salud H. A. Barceló
- ♦ Entrenador certificado del sistema y herramientas TrainingGym Manager

D. Supital, Raúl Alejandro

- ♦ Fisiatra especializado en Actividad Física, Salud y Biomecánica
- ♦ Director del Centro Integral de Prevención y Rehabilitación CIPRES
- ♦ Asesor de la Red Global de Educación Física y Deporte con sede en Barcelona
- ♦ Jefe del Departamento de Ciencias Biológicas del ISEF 1 Romero Brest
- ♦ Licenciado en Kinesiología y Fisiatría en la Universidad de Buenos Aires



D. Renda, Juan Manuel

- ♦ Especialista en Preparación Física
- ♦ Profesor de Educación Física
- ♦ Licenciado en Educación Física por la Universidad Nacional Gral. San Martín
- ♦ Licenciado en Kinesiología y Fisiatría por el Instituto Universitario H.A Barceló
- ♦ Maestría en Educación Física por la Universidad Nacional de Lomas de Zamora

D. Vallodoro, Eric

- ♦ Especialista en Alto Rendimiento Deportivo
- ♦ Coordinador del Laboratorio de Biomecánica y Fisiología del Ejercicio del Instituto Superior Modelo Lomas
- ♦ Profesor titular en Educación Física en el Instituto Superior Modelo Lomas Licenciado en Alto Rendimiento Deportivo en la Universidad Nacional de Lomas de Zamora
- ♦ Profesor titular en las cátedras de: "Didáctica de las Nivel Secundario", "Didáctica del Entrenamiento Deportivo" y "Práctica docente" en el Instituto Superior Modelo Lomas
- ♦ Graduado en Profesor en Educación Física en el Instituto Superior Modelo Lomas
- ♦ Maestría en Actividad Física y Deporte. Universidad Nacional de Avellaneda. Predictamen
- ♦ Maestría en Formación y Desarrollo Infanto Juvenil. 1º promoción. Universidad Nacional de Lomas de Zamora - Tesis

06

Plan de formación

El temario de este programa está diseñado para su estudio completamente en línea, a través de una plataforma moderna y con una metodología vanguardista. De ese modo, afianzarás las competencias y habilidades necesarias para trascender en este plano profesional. De manera particular, ahondarás en las bases de la relación entre ejercicio físico y Obesidad, consiguiendo desenvolverte en una de las esferas laborales de mayor crecimiento en los próximos años.

“

Capacítate con el Relearning, la metodología más innovadora, y accede a un contenido exclusivo, diseñado por los mejores expertos”



Módulo 1. Obesidad y ejercicio físico

- 1.1. Definición, contextualización y epidemiología
 - 1.1.1. Evolución de la obesidad: Aspectos culturales y sociales asociados
 - 1.1.2. Obesidad y comorbilidades: el papel de la interdisciplinariedad
 - 1.1.3. Obesidad infantil y su repercusión sobre el futuro adulto
- 1.2. Bases fisiopatológicas
 - 1.2.1. Definición de obesidad y riesgos para la salud
 - 1.2.2. Aspectos fisiopatológicos de la obesidad
 - 1.2.3. Obesidad y patologías asociadas
- 1.3. Valoración y diagnóstico
 - 1.3.1. La composición corporal: modelo de 2 y 5 componentes
 - 1.3.2. Valoración: Principales evaluaciones morfológicas
 - 1.3.3. Interpretación de datos antropométricos
 - 1.3.4. Prescripción de ejercicio físico para la prevención y mejora de la obesidad
- 1.4. Protocolos y tratamientos
 - 1.4.1. Primera pauta terapéutica: modificación estilo de vida
 - 1.4.2. Nutrición: papel en la obesidad
 - 1.4.3. Ejercicio: papel en la obesidad
 - 1.4.4. Tratamiento farmacológico
- 1.5. Planificación del entrenamiento en paciente con obesidad
 - 1.5.1. Definición y concreción del nivel del cliente
 - 1.5.2. Definición y concreción de objetivos
 - 1.5.3. Definición y concreción procesos evaluativos
 - 1.5.4. Definición y concreción de operatividad respecto a recursos espaciales y materiales
- 1.6. Programación del entrenamiento de fuerza en paciente con obesidad
 - 1.6.1. Objetivos del entrenamiento de la fuerza en obesos
 - 1.6.2. Volumen, intensidad y recuperación del entrenamiento de la fuerza en obesos
 - 1.6.3. Selección de ejercicios y métodos de entrenamiento de la fuerza en obesos
 - 1.6.4. Diseño de programas de entrenamiento de la fuerza en obesos
- 1.7. Programación del entrenamiento de resistencia en el paciente con obesidad
 - 1.7.1. Objetivos del entrenamiento de la resistencia en obesos
 - 1.7.2. Volumen e intensidad y recuperación del entrenamiento de la resistencia en obesos
 - 1.7.3. Selección de ejercicios y métodos de entrenamiento de la resistencia en obesos
 - 1.7.4. Diseño de programas de entrenamiento de la resistencia en obesos
- 1.8. Salud articular y entrenamiento complementario en paciente con obesidad
 - 1.8.1. Entrenamiento complementario en obesidad
 - 1.8.2. Entrenamiento de la ADM/flexibilidad en obesos
 - 1.8.3. Mejora para el control y estabilidad del tronco en obesos
 - 1.8.4. Otras consideraciones para el entrenamiento en población con obesidad
- 1.9. Aspectos psico-sociales de la obesidad
 - 1.9.1. Importancia del tratamiento interdisciplinario en obesidad
 - 1.9.2. Trastornos de la conducta alimentaria
 - 1.9.3. Obesidad en edad infantil
 - 1.9.4. Obesidad en el adulto
- 1.10. Nutrición y otros factores relacionados con la obesidad
 - 1.10.1. Ciencias "ómicas" y obesidad
 - 1.10.2. Microbiota y su influencia sobre la obesidad
 - 1.10.3. Protocolos de intervención nutricional en obesidad: evidencias
 - 1.10.4. Recomendaciones nutricionales para la práctica de ejercicio físico

07

Metodología

Nuestra institución es la primera en el mundo que combina la metodología de los *case studies* con un sistema de aprendizaje 100% online basado en la reiteración, que combina elementos didácticos diferentes en cada lección.

Potenciamos los case studies con el mejor método de enseñanza 100% online: el *Relearning*.

TECH pone a tu disposición un método de aprendizaje que ha revolucionado la Formación Profesional y con el que mejorarás tus perspectivas de futuro de forma inmediata.

En TECH aprenderás con una metodología vanguardista concebida para capacitar a los profesionales del futuro. Este método, a la vanguardia pedagógica mundial, se denomina *Relearning*.

Nuestra institución es la única en habla hispana licenciada para emplear este exitoso método. En 2019 conseguimos mejorar los niveles de satisfacción global de nuestros alumnos (calidad docente, calidad de los materiales, estructura del curso, objetivos...) con respecto a los indicadores del mejor centro educativo online en español.



Esta titulación de TECH es un programa intensivo que te prepara para afrontar todos los retos en esta área, tanto en el ámbito nacional como internacional. Tenemos el compromiso de favorecer tu crecimiento personal y profesional, la mejor forma de caminar hacia el éxito, por eso en TECH utilizarás los *case studies*, la metodología de enseñanza más avanzada y eficaz del mercado educativo.

“*Nuestro programa te proporciona las mejores habilidades profesionales, preparándote para afrontar todos los retos actuales y futuros en esta área*”

El método del caso ha sido el sistema de aprendizaje más utilizado por las mejores escuelas de negocios del mundo desde que éstas existen. Desarrollado en 1912 para que los estudiantes de Derecho no solo aprendiesen las leyes a base de contenidos teóricos, el método del caso consistió en presentarles situaciones complejas reales para que tomaran decisiones y emitieran juicios de valor fundamentados sobre cómo resolverlas.

Ante una determinada situación, ¿qué harías tú? Esta es la pregunta a la que te enfrentamos en el método del caso, un método de aprendizaje orientado a la acción. A lo largo del curso, te enfrentarás a múltiples casos reales. Deberás integrar todos tus conocimientos, investigar, argumentar y defender tus ideas y decisiones.



En este programa tendrás acceso a los mejores materiales educativos, preparados a conciencia para ti:



Material de estudio

Todos los contenidos didácticos son creados por los especialistas que van a impartir el curso, específicamente para él, de manera que el desarrollo didáctico sea realmente específico y concreto.

Estos contenidos son aplicados después al formato audiovisual que creará nuestra manera de trabajo online, con las técnicas más novedosas que nos permiten ofrecerte una gran calidad, en cada una de las piezas que pondremos a tu servicio.



Clases magistrales

Existe evidencia científica sobre la utilidad de la observación de terceros expertos.

El denominado *Learning from an expert* afianza el conocimiento y el recuerdo, y genera seguridad en nuestras futuras decisiones difíciles.



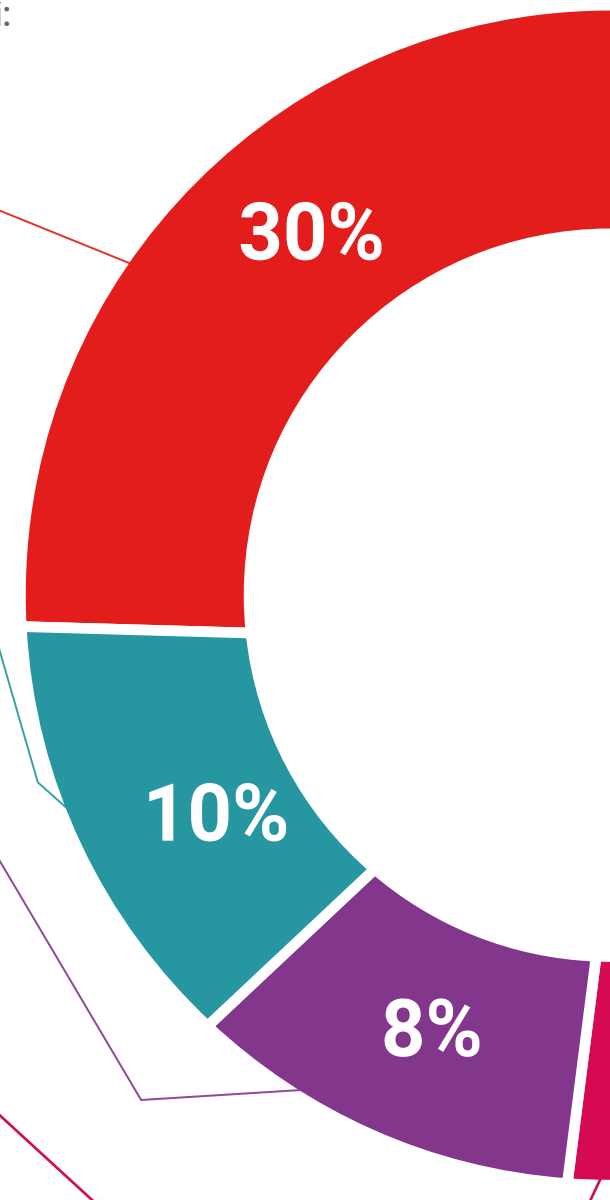
Prácticas de habilidades y competencias

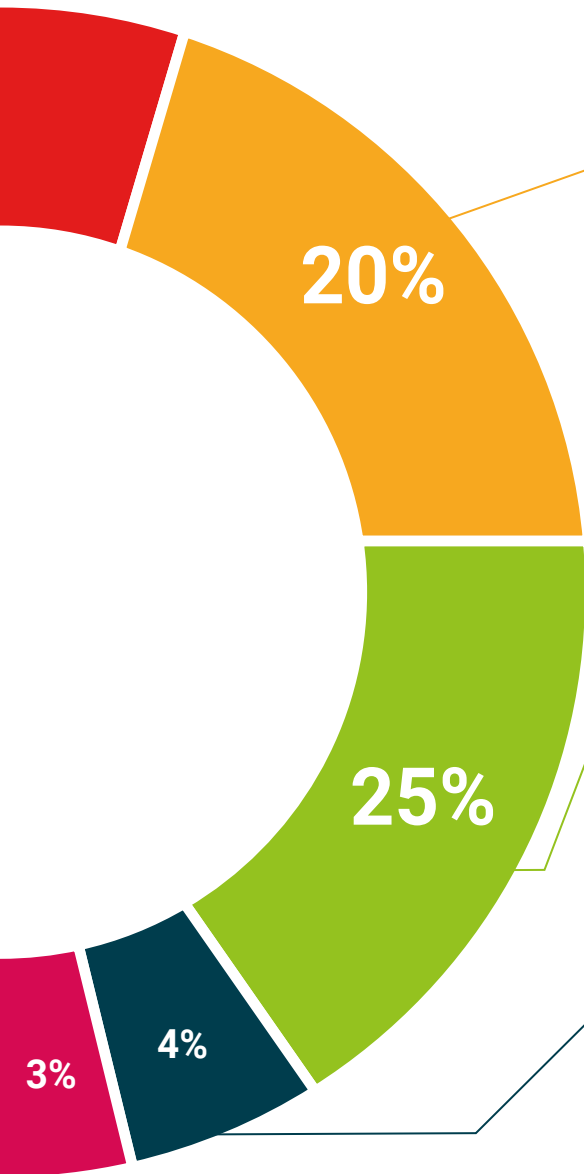
Realizarás actividades de desarrollo de competencias y habilidades específicas en cada área temática. Prácticas y dinámicas para adquirir y desarrollar las destrezas y habilidades que un especialista precisa desarrollar en el marco de la globalización que vivimos.



Lecturas complementarias

Artículos recientes, documentos de consenso, guías internacionales... En nuestra biblioteca virtual tendrás acceso a todo lo que necesitas para completar tu capacitación.





Case Studies

Completarás una selección de los mejores *case studies* de la materia. Casos presentados, analizados y tutorizados por los mejores especialistas del panorama internacional.



Resúmenes interactivos

Presentamos los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audio, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

Este sistema exclusivo educativo para la presentación de contenidos multimedia fue premiado por Microsoft como "Caso de éxito en Europa".



Testing & Retesting

Evaluamos y reevaluamos periódicamente tu conocimiento a lo largo del programa. Lo hacemos sobre 3 de los 4 niveles de la Pirámide de Miller.



08

Titulación

El Curso Profesional en Obesidad y Ejercicio Físico garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Curso Profesional expedido por TECH.

Tras la superación de las evaluaciones, el alumno recibirá por correo postal con acuse de recibo su correspondiente Título de Curso Profesional emitido por TECH.

El título expedido por TECH expresará la calificación que haya obtenido en el Curso Profesional, y reunirá los requisitos comúnmente exigidos por las bolsas de trabajo, oposiciones y comités evaluadores carreras profesionales.

Título: **Curso Profesional en Obesidad y Ejercicio Físico**

Modalidad: **Online**

Horas: **150**



salud futuro
confianza personas
educación información tutores
garantía acreditación enseñanza
instituciones tecnología aprendizaje
comunidad compromiso
atención personalizada innovación
conocimiento presente
desarrollo web formación
aula virtual idiomas

tech formación
profesional

Curso Profesional Obesidad y Ejercicio Físico

Modalidad: Online

Titulación: TECH Formación Profesional

Duración: 6 semanas

Horas: 150

Curso Profesional Obesidad y Ejercicio Físico

