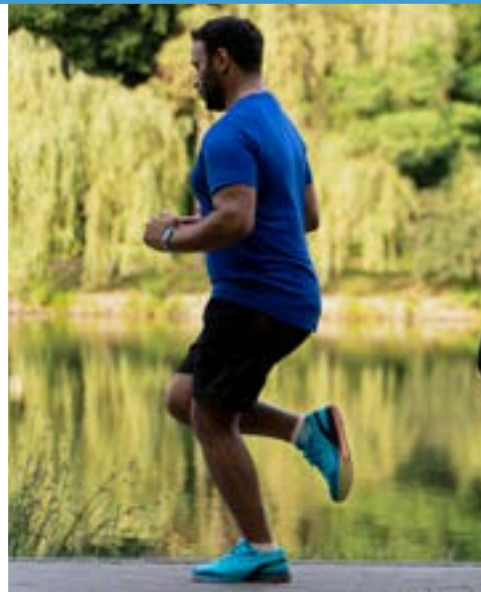




CURSO

SALUD INTEGRAL: INTERACCIÓN ENTRE MEDICAMENTOS, NUTRICIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA, NIVEL I



MODALIDAD
EN LÍNEA

CUPO
LIMITADO

OBJETIVO GENERAL

Comprender las interacciones entre medicamentos, nutrición y actividad física con relación a la salud, para promover estilos de vida sanos entre deportistas y entrenadores comprometidos con el campo de la salud y el bienestar.

IMPARTIDO POR

Mtra. Miriam Jeanette Ruiz Morales.

TEMAS

1. Introducción a la nutrición, farmacología y actividad física.
2. Bases científicas de la nutrición y los alimentos.
3. Beneficios de la actividad física para la salud.
4. Interacciones entre medicamentos y alimentos.
5. Farmacología de los suplementos comunes para la actividad física.
6. Mitos y realidades en torno a la alimentación y la farmacología.

DIRIGIDO A

Entrenadores, deportistas y personas interesadas en el tema.

FECHAS

Del 5 de septiembre al 3 de octubre de 2024.

DÍAS Y HORARIOS DE IMPARTICIÓN

Jueves de 10:00 a 14:00 horas.

PLATAFORMA

Clases en línea a través de las plataformas Zoom y Classroom.

DURACIÓN

20 horas.

FECHA LÍMITE DE INSCRIPCIÓN

3 de septiembre de 2024.

REGISTRO

<https://deporte.unam.mx/ced/cursostalleres.php>

REQUISITOS DE DOCUMENTOS

- Comprobante de estudios con nivel mínimo de bachillerato y/o equivalente
- CURP
- Identificación oficial con fotografía vigente

COSTOS

Alumnos vigentes: \$500.00 (quinientos pesos 00/100 M.N.)

Académicos, trabajadores y ex-alumnos: \$1,000.00 (mil pesos 00/100 M.N.)

Externos: \$1,500.00 (mil quinientos pesos 00/100 M.N.)

INFORMES

ced@deporte.unam.mx

#SOYDEPORTEUNAM

