



UNIVERSIDAD
MAYOR

para espíritus emprendedores

Educación Continua

INNOVAR,
ES POSIBLE.

FACULTAD DE MEDICINA Y CIENCIAS DE LA SALUD

DIPLOMADO EN COACHING NUTRICIONAL, FITNESS Y NUTRICIÓN DEPORTIVA

TEMUCO

ADMISIÓN
2023

VACANTES 30 estudiantes	INICIO 23 de junio de 2023
MATRÍCULA \$176.550	ARANCEL DEL PROGRAMA \$1.700.000
HORARIO Viernes de 19:00 a 22:00 hrs. Sábado de 09:00 a 18:00 hrs.	PERIODO DE POSTULACIONES Desde el 1 de diciembre del 2022 hasta el 29 de mayo del 2023

DESCRIPCIÓN DEL PROGRAMA:

El programa del Diplomado en Coaching Nutricional, Fitness y Nutrición Deportiva está orientado a entregar una sólida base teórica para la asesoría nutricional a individuos que llevan una rutina de ejercicio físico orientado a conseguir una condición física óptima para mejora de su salud y/o individuos que practican una disciplina deportiva de alto rendimiento, con un enfoque coach, es decir, brindando herramientas para el acompañamiento e instrucción individualizada de los usuarios, que permita el cumplimiento de metas o desarrollo de habilidades específicas en los mismos, promoviendo la motivación y actitud necesaria para conseguir el cambio de conducta en su alimentación.

Las líneas centrales del desarrollo del programa apuntan a la nutrición deportiva y el coaching nutricional como herramientas claves en la asesoría de individuos físicamente activos.

OBJETIVOS:

Formar profesionales actualizados en nutrición deportiva y coaching nutricional para asesorar correctamente, desde su ámbito profesional, a individuos físicamente activos y de alto rendimiento con un enfoque en acompañamiento y motivación que favorezca un cambio real de conducta.

PÚBLICO OBJETIVO:

Profesionales que se desempeñan en el área de la salud, la nutrición y el ejercicio.

PERFIL DE EGRESO:

El graduado del programa adquirirá formación específica en nutrición deportiva y coaching nutricional que le permitirá, desde su ámbito profesional, asesorar con base científica y actualizada, a individuos físicamente activos y de alto rendimiento con un enfoque en acompañamiento y motivación que favorezca un cambio real de conducta. Esto se logra fundamentalmente gracias a que es un programa que entregará las herramientas técnicas para la Nutrición aplicada a la actividad Física y el Deporte, a través de un enfoque multidisciplinario en su cuerpo docente.

Como sello del programa, se incorpora a la malla curricular un taller de trabajo bajo el modelo de Design Thinking, metodología que fomenta habilidades de ideación y creatividad en la resolución de problemas.

METODOLOGÍA:

- Actividades teórico prácticas en cada asignatura. Estas actividades ocuparán la tarde del día viernes y todo el día sábado, se realizarán en Universidad Mayor de Temuco.
- En las asignaturas 2, 3, 4 y 5 se realizaran talleres presenciales con un número menor de estudiantes para realizar en actividades de simulación y/o taller: procedimientos de la nutrición aplicada y/o estrategias de coaching en la consulta nutricional que reforzarán los contenidos tratados.
- El diplomado incorpora un taller con el modelo Design Thinking metodología que fomenta habilidades de ideación y creatividad en la resolución de problemas.

CUERPO DOCENTE:

Rocío Martínez Garrido (Directora del Programa)

Nutricionista, Licenciada en Nutrición y Dietética, Universidad de la Frontera Temuco, año 2006. Diplomada en Pedagogía para la Educación Superior año, Universidad Santo Tomás Temuco, año 2008. Máster en Nutrición y Metabolismo, Universidad de Barcelona, año 2010. © Postgrado en Farmacología, Suplementación y Nutrición en el Deporte, Universidad de Barcelona, España. Becada por CONYCIIT para especializarse en el área de la Nutrición Metabólica en la Universidad de Barcelona España, donde reside por dos años colaborando profesionalmente con el Área de Nutrición Avanzada de Barcelona (ANAB) y perfeccionándose en el área de Endocrinología y Metabolismo en la Clínica del Pilar de la misma ciudad. Con experiencia de más de 10 años de docencia en pregrado y postgrado en distintas universidades de la región. Actualmente es parte del equipo docente de la Carrera de Nutrición y Dietética de Universidad Mayor, Sede Temuco. Ha participado y colaborado como expositora en diferentes cursos, seminarios y especializaciones de la región, organizados por el Servicio de Salud Araucanía Norte, Servicio de Salud Araucanía Sur, Departamento de Educación Municipal, entre otros.

Marcela Barra Aguilar

Nutricionista, Licenciada en Nutrición Integral (2012). Antropometrista ISAK Nivel II. Diplomado en Docencia Efectiva, Universidad Mayor (2014). Magíster para la Nutrición, Actividad Física y el Deporte, Universidad Mayor (2019). Con 7 años de experiencia docente y coordinación académica en el área de Nutrición, Actividad Física y Deporte, Universidad Mayor Temuco. Con experiencia en atención nutricional y seguimiento de deportistas de alto rendimiento y ejecución de proyectos de corporaciones municipales del deporte. Actualmente se desempeña como docente en la Universidad Autónoma de Temuco y Universidad Mayor, Sede Temuco.

Sandra Mahecha Matsudo

Médico, Universidad El Bosque, Colombia (1988). Especialista en Medicina Deportiva, Universidad Federal de Sao Paulo (1991). Doctorado en Ciencias, Universidad Federal de Sao Paulo (2001). Post Doctorado, Universidad Federal de Sao Paulo (2013). Investigadora, Miembro de Sociedades, Comité de expertos y Redes Internacionales para la Actividad Física, el Deporte y la Salud. Con experiencia en dirección y coordinación de cursos y especialidades en Medicina del Deporte y la Actividad Física. Fundadora y Directora de la Especialidad en Medicina del Deporte y la Actividad Física de Universidad Mayor. Actualmente se desempeña como Directora del área de Ciencias de la Salud de Postgrado de la Facultad de Ciencias, Universidad Mayor.

CUERPO DOCENTE:

Carlos Jorquera Aguilera

Nutricionista. Experto en Nutrición Deportiva, Universidad de Chile. Magíster en Medicina y Ciencias del Deporte. Doctor (C) en Ciencias del Ejercicio Implicadas en El Progreso Deportivo del Ser Humano, Universidad Mayor, Chile & Universidad de Córdoba, España. Director Magíster Nutrición Deportiva, Universidad Mayor. Director Académico de Diplomado Nutrición Deportiva Sport Médica Clínica Medica, Fifa y FIMS (Comité Olímpico México). Presidente Sociedad Chilena Nutrición Deportiva Asesor Deportistas Alto Rendimiento. Amplia experiencia en el deporte ligado al Alto Rendimiento. Lleva casi 18 años trabajando en el Fútbol Profesional, generando publicaciones en este ámbito, incluida la Copa Sudamericana. Trabajó por 10 años en el Club Universidad de Chile con su plantel profesional. Trabajó en el Centro de Alto Rendimiento con Deportistas Olímpicos y Seleccionados Chilenos por más de 13 años, asesorando deportistas para: Campeonatos Sudamericanos, Juegos Odesur, Juegos Iberoamericanos, Juegos Panamericanos, Mundiales específicos, Mundiales Juveniles, World Games (Mundial de Deportes no Olímpicos), Juegos Olímpicos Universitarios y Juegos Olímpicos. Muchos de ellos medallistas y específicamente con 10 campeones mundiales. Siempre ligado al Alto Rendimiento, tuvo la posibilidad, durante esos mismos años, de trabajar con el equipo de Copa Davis, con 3 Top Ten dentro del equipo. Actualmente se dedica a asesorar a Federaciones Deportivas de diferentes disciplinas, clubes deportivos profesionales de diferentes especialidades, selecciones nacionales de Deportes Individuales y colectivos y al trabajo en consulta con deportistas amateur y aficionados.

Alvaro Opitz Ben-Hour

Nutricionista y Profesor de Educación Física. Licenciado en Nutrición, Licenciado en Educación. Magíster en Medicina y Ciencias del Deporte. Doctorando en Educación mención Motricidad, Actividad Física y Educación, Universidad de Almería, España. Antropometrista y Cineantropometrista ISAK nivel 3 (instructor). Diplomado en Fotografía Digital: Técnica y Estética. Diplomado en Fotografía Digital Profesional. Actualmente, académico y secretario de estudios para la carrera de Nutrición y Dietética, Universidad San Sebastián. Experiencia docente con 9 años de actividad en educación superior, en programas de pregrado y postgrado para las carreras de Educación Física y Nutrición en diferentes instituciones (Universidad Andrés Bello, Universidad Pedro de Valdivia, Universidad Mayor, Universidad de Los Andes, Universidad de Viña del Mar, Universidad San Sebastián y Universidad de Las Américas). Instructor ISAK (certificación en antropometría y cineantropometría) desde el año 2013 hasta la fecha; relator en diversos seminarios y congresos relacionados al área de la actividad física, la antropometría y la nutrición deportiva a lo largo de todo Chile y el extranjero.

CUERPO DOCENTE:

Gonzalo Andrés Rozas Venegas

Nutricionista, Licenciada en Nutrición. MBA Administración y Gestión en Instituciones Educativas, Universidad ISEK 2014. Magíster “Medicina y Ciencias del Deporte”. Universidad Mayor, 2008. Diplomado en Docencia Médica, Universidad del Desarrollo, 2012. Diplomado “Fisiología del Ejercicio”, Universidad Mayor 2008. Nivel I, II y III certificación internacional en Cineantropometría ISAK (Sociedad Internacional para el Avance de la Cineantropometría). Nutricionista de la Clínica Alemana, hace 10 años trabajando en el Programa de Obesidad “Vivir Liviano”. Se desempeña además como Nutricionista Deportivo en Alemana Sport, asesorando Equipos de Fútbol Profesional y con el plantel de Rugby Old Boys. Experiencia docente por más de 10 años, actualmente dirigiendo Asignatura de Nutrición y Deporte en la Universidad de los Andes. Se ha especializado en áreas de: Nutrición Avanzada y Nutrición en el Fútbol, del Club de Fútbol Barcelona en la Universidad de Barcelona Innovation Hub y Nutrición para Deportes de Equipo y Análisis Antropométricos dictados por Francis Hollways.

Constanza Meneses Covili

Nutricionista, Licenciada en Nutrición Integral, Universidad Mayor (2016). © Postgrado en Nutrición, Actividad Física y Deporte, Universidad de Barcelona. Instructora 2° Dan de Taekwondo, Kukkiwon Korea. Antropometrista Nivel Isak I. Con experiencia como Nutricionista Deportiva. Actualmente es la Nutricionista del Centro Nutricional y Deportivo “Nutri- Sport”. Se desempeña como Nutricionista en Regimiento Húsares de Angol. Docente en el área de Nutrición y Deporte de la Carrera de Nutrición y Dietética de la Universidad Mayor Sede Temuco.

Rodrigo López Hernández

Psicólogo, Universidad de Artes, Ciencias y Comunicación (UNIACC), Santiago.(2004). Magíster en Educación, mención Consejería y Orientación Vocacional, Universidad Metropolitana de Ciencias de la Educación (1998). Magíster en Gestión Educacional, Universidad Diego Portales (2008). Actualmente es candidato a Magíster en Coaching Organizacional, Universidad de Artes, Ciencias y Comunicación (UNIACC). Con 15 años de experiencia docente en pregrado y postgrado. Coautor de libros en Coaching y Coaching Deportivo. Actualmente se desempeña como Director académico y relator en temas de Coaching Educativo Liderazgo, y Convivencia Escolar para la corporación Ampliando Posibilidades y Director y docente del Magíster en Psicología Educacional de Universidad Mayor.

PLAN DE ESTUDIOS / TEMARIO:

- Asignatura 1: Bases de la Nutrición Deportiva.
- Asignatura 2: Nutrición para el Entrenamiento.
- Asignatura 3: Nutrición para el Fitness.
- Asignatura 4: Psicología de la Nutrición.
- Asignatura 5: Coaching Nutricional.



**UNIVERSIDAD
MAYOR**
para espíritus emprendedores

Más información en
postgradoumayor.cl

600 328 1000 - contacto.postgrado@umayor.cl

**ADMISIÓN
2023**

Cumplíndose las formalidades establecidas en el Contrato de Prestación de Servicios Educativos, Universidad Mayor se reserva el derecho a suspender o postergar indefinidamente el inicio de sus programas, de no poder alcanzar el número mínimo de participantes que el programa requiera. Del mismo modo, y con sujeción a las formalidades, se reserva el derecho de hacer ajustes en el plan de estudios o en la nómina de académicos.

UMAYOR.CL - 600 328 1000



5 Universidad
acreditada
años

UNIVERSIDAD MAYOR ACREDITADA NIVEL AVANZADO
Gestión Institucional - Docencia de Pregrado -
Vinculación con el Medio - Investigación
Por 5 años, hasta octubre de 2026

MSCHE
MIDDLE STATES COMMISSION
ON HIGHER EDUCATION
www.msche.org/institution/9172/