

Estimado(a) Estudiante, sabías que la formación continua es muy importante para tu desarrollo profesional, está te permite seguir adquiriendo conocimientos y habilidades que el mercado laboral requiere de las y los deportistas, por eso la Universidad te ofrece a través del área de Educación Continua el curso de **Suplementos Deportivos**.

Información del Curso

Objetivo: El asistente contará con herramientas necesarias, que le permitan utilizar de forma profesional, los suplementos que cuentan con evidencia científica para realizar las recomendaciones puntuales en las personas que requieran mejorar su estética corporal o incrementar su rendimiento deportivo. Todo esto cuidando los aspectos éticos y legales de la suplementación para evitar problemas de dopaje o daños a la salud.

Contenidos del Curso:

1. Módulo: Suplementos y ayudas ergogénicas

- 1.1. Introducción y Antecedentes
- 1.2. Nutricionismo y consecuencias en la salud de los deportistas
- 1.3. Importancia de los suplementos y complementos
- 1.4. Reglamentos de las diferentes instituciones (WADA, COI, AIS, etc.)
- 1.5. Calidad de los suplementos
- 1.6. Regulaciones nacionales (COFEPRIS, NOM)

2. Módulo: Suplementos con evidencia científica

- 2.1 Proteínas
- 2.2 Creatina y cafeína
- 2.3 Beta alanina y Bicarbonato de sodio
- 2.4 Hidratos de carbono y electrolitos
- 2.5 Suplementos termogénicos y nitratos

Docente responsable de impartirlo: Claudia Leticia Cobos Salinas

Modalidad: En línea

Duración: 10 horas

Horario: lunes a viernes de 11:00 a 13:00 horas (dos horas por sesión)

Costo: \$350, el monto se deberá cubrir en una sola exhibición.

Proceso de inscripción:

1. Realizar su registro a partir del 15 de junio en la siguiente liga
<https://forms.gle/rYshmdAgK3zxHdKU6>
2. A partir del 15 de junio mandar correo electrónico al área de Educación Continua a la Lic. Aide Morales Acevedo amacevedo@ulsaneza.edu.mx solicitando su inscripción al curso con los siguientes documentos:
 - ✓ Copia de identificación oficial (documento escaneado)
 - ✓ 1 fotografía a color tamaño infantil (formato digital)
3. El número mínimo de alumnos para la apertura del curso es de 15; en caso de no contar con el mínimo este no se abrirá.
4. Cupo limitado a 28 alumnos.

El periodo de inscripción es del 15 de junio al 14 de julio de 2021.

Requisitos para recibir su constancia.

El estudiante deberá cumplir con los siguientes puntos:

1. Cumplir con el 80% de las asistencias
2. Los requisitos que establezca el docente responsable de impartir el curso y que serán indicados al inicio de este.
3. Tener cubierto el pago

Nota: Para poder recibir su constancia de participación deberá cumplir con todos los requisitos antes mencionados.

Datos para realizar el pago:

Una vez que realice su registro la Lic. Angélica Pérez le hará llegar la línea de captura para que pueda realizar su pago, en la modalidad que elija; pago con tarjeta, pago por transferencia o pago referenciado en ventanilla.

En cualquiera de los casos deberá colocar el número de referencia que se indica en la línea de captura y enviar su comprobante de pago a la Lic. Angélica Pérez al correo aperez@ulsaneza.edu.mx

Una vez que envíe su comprobante de pago el área de Educación Continua Le confirmara su inscripción al curso.

Contacto:

Educación Continua y Certificaciones Laborales

Angélica Pérez Munguía aperez@ulsaneza.edu.mx

Aide Morales Acevedo amacevedo@ulsaneza.edu.mx

(55) 22 28 18 89 ext. **1181 / 1161**