Diplomado

Nutrición y actividad física: profundizando en recomendaciones y estrategias educativas

1. Resultado de aprendizaje general

Aplicar en el entorno profesional, conocimientos técnicos referidos a la nutrición y actividad física, considerando aspectos éticos y de género para solucionar y promover hábitos de vida saludable a través de estrategias didácticas y educativas.

Tipo de programa	Diplomado
Unidad responsable	Facultad de Ciencias Médicas
Encargada de programa	Dr. Tito Pizarro Quevedo
Dirigido a	- Nutricionistas - Profesores de enseñanza básica y media - Profesores de Educación Física - Entrenador/a Deportivo/a - Terapeuta en Actividad Física - Preparadores Físicos - Kinesiólogos/as - Licenciados de la Facultad de Ciencias Médicas USACH - Otros profesionales de la salud
Requisitos	- Título profesional o técnico - Fotocopia Cédula de Identidad - Currículo Vitae (resumido) - Certificado de notas para estudiantes de Facimed
Modalidad	B - Learning
Duración	Horas totales: 112 horas. Horas online: 62 horas. Sincrónicas: 62 horas. Asincrónicas: 50 horas Horas presenciales: 3 horas.
Plataforma virtual	https://uvirtual.usach.cl/moodle
Cupo máximo	40
Fecha de inicio	Jueves 21 de agosto 2025
Fecha de término	Sábado 29 de noviembre 2025

Fechas por módulo

	Días	
Módulo	**jueves**	**sábado**
1	21-ago	23-ago
2	28-ago 04-sept	30-ago
3	 11-sept	06-sept 13-sept
4	25-sept 02-oct	27-sept 04-oct
5	09-oct 16-oct 23-oct	11-oct 18-oct 25-oct
6	06-nov	08-nov
7	13-nov	15-nov
8	20-nov 27-nov	22-nov 29-nov

2. Descripción

Esta es la quinta versión del Diplomado en Nutrición y Actividad física para profesionales de la salud y de la actividad física, que se ofrece a las personas interesadas en fortalecer sus capacidades y competencias en el diagnóstico, recomendación, tratamiento, y evaluación de los estilos de vida saludable.

La situación actual de salud de nuestro país, de acuerdo a la Encuesta Nacional de Salud 2016-2017 es que contamos con un 74% de malnutrición por exceso, incumplimiento de las guías de alimentación saludables, donde se evidenció un bajo consumo de frutas y verduras alarmante y un 86,7% de sedentarios que se traduce en una mala condición física y aumento de los factores de riesgo cardiovascular. Estas cifras han ido aumentando en los últimos 20 años, por lo cual se han desarrollado algunas estrategias como el Programa Vida Sana y Obesidad, Escuelas Saludables para el aprendizaje y el Programa Contrapeso abordando el problema desde la alimentación y la actividad física, tal como propone el presente diplomado. La situación epidemiológica, sumada a los esfuerzos del estado por resolverla y a la baja oferta de programas formativos similares, ponen de manifiesto la necesidad de desarrollar éstos últimos con el propósito de contribuir a estas estrategias y a mejorar el quehacer de los profesionales asociados a esta realidad, para abordar de una mejor manera esta problemática.

Este es un Diplomado de carácter b-Learning para entregar herramientas a los profesionales de la salud, educación y profesionales de la actividad física, que les permitan reconocer y mejorar su propia práctica en la prevención y promoción de los estilos de vida saludable y en el tratamiento de enfermedades prevalentes hoy en día, desde el componente de la nutrición y actividad física, con énfasis en el sobrepeso y obesidad considerando aspectos éticos y de género; identificando los campos de acción, generando iniciativas (proyectos) de mejora, y aplicando los conocimientos obtenidos tanto en sus lugares de trabajo, como en sus comunidades y vida personal. Este Diplomado considera adicionalmente un componente de horas prácticas y concluye con la presentación de un conjunto de iniciativas (proyectos) elaboradas en grupos de trabajo para abordar algunas de las áreas críticas identificadas al inicio del diplomado, que la Facultad se compromete a acompañar en su puesta en marcha y seguimiento para brindarle apoyo al trabajo de mejora.

3. Contribución al modelo educativo institucional

El Programa se justifica a través de la necesidad detectada de formar profesionales reflexivos y críticos, enfocados a contribuir al bienestar humano desde diferentes aspectos de la motricidad y la nutrición humana. Haciendo énfasis en la transdisciplinariedad, con profunda sensibilidad social, valórica, ambiental y pluralista, proactivos e innovadores.

Este diplomado complementaría la oferta actual de Facultad de Ciencias Médicas y también a los de la Escuela de Ciencias de la Actividad Física, del Deporte y la Salud, ofreciendo a los egresados una profundización en un área alineada con la contingencia nacional, respondiendo además al objetivo número 2 de los lineamientos estratégicos de la facultad 2016-2020. Adicionalmente este diplomado es coherente con la misión y visión de la facultad, ya que busca la comprensión de los problemas nacionales de salud y educación, profundizando en la formación de profesionales del más alto nivel orientados a desempeñarse en estrecho contacto con su comunidad.

Por último, la creación de este programa estaría alineado con el modelo educativo institucional, las metodologías educativas, las unidades didácticas y de valoración de este programa, contribuyen de manera sustancial al fortalecimiento de los valores que el sello institucional declara, como lo son el trabajo en equipo, ejercer liderazgo, aprender de manera autónoma, asumir una postura ética y demostrar adaptabilidad. Además, considera un staff académico de gran categoría y conocimientos, aportando así a la calidad en la educación.

4. Metodología

Las clases se impartirán de forma online los días jueves de 18:00 a 20:00 horas y sábados de 10 a 13:00 horas. La primera parte de la clase, será expositiva, mientras que la segunda parte se les dará tiempo a los estudiantes para completar actividades y luego realizar un conversatorio e intercambiar opiniones. Por lo tanto la participación del o de la estudiante es activa en todo momento.

Los estudiantes deberán realizar un trabajo final en donde apliquen los contenidos del diplomado a través de la identificación de un problema en su entorno (lugar de trabajo y/o familia evidenciando resultados por medio de un informe final y presentación.

El informe final será evaluado en una entrega preliminar, además de la presentación de éste.

Cabe destacar, que según el tema que se escoja, los estudiantes serán acompañados por los profesores de este diplomado a través de tutorías grupales.

5. Módulos

Módulo 1: Dónde nos situamos, realidad Nacional e internacional

Tiempo de trabajo sincrónico	5.
Tiempo de trabajo asincrónico	8.
Resultado de aprendizaje módulo 1	Analizar la situación epidemiológica de las enfermedades no transmisibles prevalentes en Chile a causa del aumento del sedentarismo, sobrepeso y obesidad.

Contenidos mínimos del módulo 1:

- Epidemiología nutricional y de actividad física con un enfoque ético y de género
- Definición de conceptos básicos (se agregan al glosario). Cifras de Chile y del mundo.
- Enfermedades Crónicas No Transmisibles (ECNT)
  Factores de riesgo.
- ¿Por qué el ejercicio es un factor protector?

Metodologías de aprendizaje del módulo 1:

Diagnóstico inicial: Se realizará mediante la plataforma online en donde deberán contestar un cuestionario antes de acceder a los contenidos del módulo.

e-learning: Se entregará una o dos lecturas complementarias y se realizará un foro de discusión sobre estas lecturas, además se comenzará a elaborar un glosario online con los términos que los alumnos consideren necesarios para mejorar la comprensión de los contenidos.

Evaluaciones del módulo 1:

Evaluaciones formativas en cada clase.

Módulo 2: Evaluación y diagnóstico en la infancia y adolescencia

Tiempo de trabajo sincrónico	22.5
Tiempo de trabajo asincrónico	8
Resultado de aprendizaje módulo 2	Reconocer métodos e instrumentos de evaluación en actividad física, condición física y estado nutricional con énfasis en las necesidades específicas para población infantil y adolescente

Contenidos mínimos del módulo 2:

- Evaluación nutricional
- Evaluación de actividad física
- Evaluación de la condición física
- Encuestas y test que se utilizan
- Consideración ética y de género

Metodologías de aprendizaje del módulo 2:

Al inicio de la clase se realizará una discusión sobre expectativas y objetivos que tengan los participantes respecto al módulo, identificando las necesidades del grupo.

Clases expositivas de los conceptos generales para luego en grupos desarrollar casos clínicos hipotéticos aplicando las herramientas de diagnóstico y evaluación en actividad física, condición física y estado nutricional, fortaleciendo el trabajo colaborativo logrando que los alumnos formulen sus propias conclusiones sobre las necesidades nutricionales y de actividad física en la infancia y adolescencia.

e-learning: Se realizarán dos videos demostrativos de la evaluación nutricional, de actividad física y condición física en niños y adolescentes, con el fin de apoyar los conocimientos de los alumnos, estos videos servirán para que los alumnos hagan un análisis sobre la efectividad de la evaluación de la capacidad física en niños, propongan adaptación de los métodos de evaluación para los diferentes estados nutricionales, a su vez coloquen en práctica el proceso de evaluación en sus diferentes entornos laborales. Adicionalmente se le entregarán casos clínicos hipotéticos a desarrollar y discutir en un foro. Finalmente se realizará un video con las instrucciones para comenzar a desarrollar el trabajo final.

Evaluaciones del módulo 2:

Evaluaciones formativas.

Módulo 3: Evaluación y diagnóstico en el adulto y adulto mayor

Tiempo de trabajo sincrónico	22.5
Tiempo de trabajo asincrónico	8
Resultado de aprendizaje módulo 2	Reconocer métodos e instrumentos de evaluación en actividad física, condición física y estado nutricional con énfasis en las necesidades específicas en adultos y adultos mayores

Contenidos mínimos del módulo 3:

- Evaluación nutricional en el adulto y adulto mayor.
- Evaluación de actividad física en el adulto y adulto mayor.
- Evaluación de la condición física en el adulto y adulto mayor.
- Encuestas y test que se utilizan

- Consideración ética y de género

Metodologías de aprendizaje del módulo 3:

Al inicio de la clase se realizará una discusión sobre expectativas y objetivos que tengan los participantes respecto al módulo, identificando las necesidades del grupo, además de realizar una valoración sobre los contenidos ya revisados en el diplomado

Evaluaciones del módulo 3:

Entrega y presentación del avance 1. (Evaluación sumativa).

Módulo 4: Recomendación nutricional y de actividad física

Tiempo de trabajo sincrónico	11.25
Tiempo de trabajo asincrónico	4
Resultado de aprendizaje módulo 2	Realizar un modelo de recomendación nutricional y actividad física atendiendo a las diferentes necesidades identificadas en la población.

Contenidos mínimos del módulo 4:

- Recomendación nutricional
- Consejería nutricional
- Recomendación de actividad física
- Consideraciones éticas y de género

Metodologías de aprendizaje del módulo 4:

Al inicio de la sesión, se realizará con los participantes una discusión guiada del tema para identificar los conocimientos de entrada al módulo.

Se realizará clase teórica - práctica con un taller de desarrollo de casos clínicos hipotéticos, trabajando en pares aplicando encuestas para la realización de una prescripción, fortaleciendo el análisis crítico de los resultados y el uso de éstas.

Se entregarán una o dos lecturas de artículos y su discusión en un foro fortaleciendo el análisis crítico, de acuerdo a los casos clínicos hipotéticos desarrollados en los módulos 2 y 3 deberán continuar desarrollando la segunda parte. Finalmente deberán realizar una entrega de avance del trabajo final.

Módulo 5: Evaluación, diagnóstico y recomendación en situaciones especiales

Tiempo de trabajo sincrónico	22.5
Tiempo de trabajo asincrónico	8
Resultado de aprendizaje módulo 2	Realizar un modelo de recomendación nutricional y actividad física atendiendo a las diferentes necesidades identificadas en la población situaciones especiales .

Contenidos mínimos del módulo 5:

- Evaluación nutricional en situaciones especiales (Embarazadas, Enfermedades crónicas, Movilidad reducida)

Recomendación nutricional y de actividad física en situaciones especiales

Metodologías de aprendizaje del módulo 5:

Antes de comenzar la clase se discutirán sobre casos o experiencias de los participantes en relación a diagnóstico y recomendación en situaciones especiales, identificando los conocimientos previos.

Taller de evaluación y recomendaciones de actividad física

Módulo 6: Políticas y entorno

Tiempo de trabajo sincrónico	11.25
Tiempo de trabajo asincrónico	5
Resultado de aprendizaje módulo 2	Reflexionar sobre las políticas públicas existentes, los desafíos y las experiencias exitosas en cuanto a los entornos saludables.

Contenidos mínimos del módulo 6:

- Políticas públicas
- Entornos
- Desafíos

- Proyectos
- Experiencias exitosas

Metodologías de aprendizaje del módulo 6:

Antes de comenzar la clase expositiva se realizará una dinámica mediante una herramienta virtual sobre el conocimiento de políticas públicas existentes.

presencial: Se utilizará una estrategia de aula invertida en la cual se comenzará con la discusión y análisis de dos paper entregados en clase anterior, los cuales deberán llevar leídos fortaleciendo el trabajo autónomo y análisis crítico, luego se realizará una clase expositiva sobre conceptos generales y en grupos deberán discutir sobre experiencias exitosas y no exitosas.

Se realizará un foro de experiencias no exitosas. Además se realizará un segundo video sobre los avances que deberían tener en su trabajo final, se asignaran los grupos con sus respectivos avances del trabajo final (entregado en el módulo 4) para que se realice una tutoría guiada por un profesor de la temática y realicen la segunda entrega de avance.

Módulo 7: Desarrollo de estrategias y recursos educativos

Tiempo de trabajo sincrónico	22.5
Tiempo de trabajo asincrónico	11
Resultado de aprendizaje módulo 2	Formular estrategias y recursos educativos para la promoción de estilos de vida saludable y la prevención de enfermedades

Contenidos mínimos del módulo 7:

- Promoción de estilos de vida saludable
- Marketing en salud
- Guías de actividad física y alimentación
- Desarrollo de estrategias y recursos educativos para el fortalecimiento de la promoción de la salud y la prevención de enfermedades
-

Metodologías de aprendizaje del módulo 7:

A través de una lluvia de ideas se realizará una exploración de conocimientos previos e identificar las expectativas de los participantes en relación al módulo.

Clases teóricas-prácticas, lecturas complementarias de experiencias exitosas y no exitosas. Entregando las herramientas necesarias para que los estudiantes desarrollen y construyan sus resultados de aprendizajes, mediante el trabajo en equipo. Para ello se desarrollarán una clase presentando el estado del arte del tema y espacios de reflexión y discusión grupal, en un modelo de aula invertida.

Podrán desarrollar las estrategias y/o recursos educativos para su trabajo final y continuar con las tutorías para el mismo. Adicionalmente se compartirán a través de la plataforma videos de comerciales donde se ha utilizado el marketing en salud, los cuales deberán comentar en un foro.

Módulo 8: Trabajo final

Tiempo de trabajo sincrónico	7.5
Tiempo de trabajo asincrónico	5
Resultado de aprendizaje módulo 2	Diseñar y presentar las iniciativas que permita abordar un problema relacionado con la nutrición y la actividad física en la realidad donde se desempeñan

Contenidos mínimos del módulo 8:

Presentación y evaluación de los trabajos finales

Metodologías de aprendizaje del módulo 8:

Presentación del trabajo final en no más de 20 minutos
Entrega del informe final

Evaluaciones del módulo 8:

Entrega y presentación del informe final (Evaluación sumativa).

6. Evaluaciones

Ej :

La evaluación de la asignatura tendrá componentes formativos y sumativos de acuerdo con el siguiente detalle:

- Evaluación formativa. Al término de cada módulo.
- Evaluación sumativa.
    - Informe avance 1 (entrega online) 20%
    - Informe final. (entrega online). 40 %
    - Presentación Final. (presencial). 40%

7. Aspectos administrativos

- Las personas participantes requieren como equipamiento: Computador o Tablet, acceso a internet, conocimiento a nivel usuario de plataformas Moodle y Zoom.
- Asistencia Mínima: asistencia a talleres sincrónicos y participación en foros de discusión de cada uno de los módulos, mayor o igual a 75%.
- Nota mínima: 4.0 (escala de 1.0 a 7.0).

8. Recursos de aprendizaje

a. Bibliografía mínima

- Propuesta de un modelo de planificación docente en las asignaturas Lenguaje y Comunicación, Matemáticas, Historia geografís y Ciencias Sociales, segundo a quinto básico. Anna Cristina Pinnheiro, Trinidad Rios, Daiana Quintiliano, Mónica Suarez. 1°Edición Santiago, Universidad de Santiago de Chile. 2022
- Patrones de crecimiento para la evaluación nutricional de niños, niñas y adolescentes, desde el nacimiento hasta los 19 años de edad, Ministerio de Salud de Chile, 2018.
- Guía de alimentación del niño(a) menor de dos años. guía de alimentación hasta la adolescencia, Ministerio de Salud de Chile, 2016.
- Nutrición en el ciclo vital. Verónica Cornejo, Sylvia Cruchet. Editorial Mediterráneo, primera edición, 2013.
- Bases, prioridades y desafíos de la promoción de la salud en América Latina. Albala C, Olivares S, Salinas J, Vio F, editores. Santiago: Universidad de Chile, INTA; 2004. p 312.
- Guía básica de bolsillo para el profesional de la nutrición clínica.Width, M., Reinhardt. (2017). Barcelona, España: Lippincott Williams y Wilkins. 2da Edición.
- Pruebas de aptitud física, Martínez Emilio, 2002. Editorial Paidotribo.
- Evaluación Nutricional del Crecimiento y del Riesgo Cardiovascular y Metabólico. 2013. Barrera, M.Gladys.
- Fisiología Clínica del Ejercicio. Autores: José López Chicharro / Luis Miguel López Mojares EAN: 9788498351675.
- Salud, Ejercicio y Deportes. Autor. Jurgen Weineck (2015) ISB 9788480195058.

b. Bibliografía complementaria

- Nutrición, Vida Activa y Deporte. Instituto Tomás Pascual y Universidad Sao Pablo CEU. 2da edición 2016.
- Fundamentos de valoración nutricional y composición corporal. Daniel H. de Girolami (2003). Editorial el Ateneo.
- Krause Dietoterapia.Mahan, L.K., Raymond, J.L. (2017). 14.a Edición Barcelona, España. Elsevier.
- La investigación científica. Mario Bunge. 2004. 3era edición, editorial siglo xxi

9. Equipo Docente

Tito Pizarro Quevedo

- Médico Pediatra.
- Magíster en nutrición y alimentos.

Francisca Flores Lucero

- Profesora de Educación Física
- Terapeuta en Actividad Física

- Magister en Nutrición mención Nutrición Humana

Daniela González Araya

- Nutricionista

María José Cea Zañartu

- Profesora de Educación Física
- Magister en Currículo y Educación.

Carlos Poblete Aro

- Profesor de Educación Física
- Terapeuta en Actividad Física
- Magister en Fisiología
- Doctor en Ciencias Biomédicas

Claudio Farias Valenzuela

- Profesor de Educación Física.
- Magister en Medicina y Ciencias del Deporte
- Doctor en Ciencias de la Actividad Física Adaptada

Calendario de Actividades

Módulo 1: ¿Dónde nos situamos? Realidad Nacional e internacional.

Resultado de Aprendizaje: Analizar la situación epidemiológica de las enfermedades no transmisibles prevalentes en Chile a causa del aumento del sedentarismo, sobrepeso y obesidad.

Fecha	Contenido	Metodología	Docente
jueves 21 de agosto, 2025.	Palabras de Bienvenida. Epidemiología nutricional y de actividad física con un enfoque ético y de género. Definición de conceptos básicos(se agregan al glosario). Cifras de Chile y del mundo.	⇒ 18:00 - Palabras de Bienvenida ⇒ 18:40 - Se describe la situación epidemiológica nutricional y de actividad física. ⇒ 19:10 - Break. ⇒ 19:25 – Implementación de la Actividad Física y su vinculación con la escuela a través de la asignatura de Educación Física y Salud. ⇒ 20:00 - Despedida.	Tito Pizarro María José Cea
sábado 23 de agosto, 2025.	Necesidades Nutricionales en la Infancia y adolescencia	⇒ 10:00 – Explicación sobre las evaluaciones del diplomado. ⇒ 10:30 - Conceptos generales, necesidades nutricionales en la infancia y la adolescencia. ⇒ 11:15 – Break ⇒ 11:30 - Conceptos generales, necesidades nutricionales en la infancia y la adolescencia. ⇒ 12:00 Actividad.	Francisca Flores Daniela González

Modulo 2: Evaluación y diagnóstico en la infancia y adolescencia.

Resultado de Aprendizaje: Reconocer métodos e instrumentos de evaluación en actividad física, condición física y estado nutricional con énfasis en las necesidades específicas para población infantil y adolescente.

Fecha	Contenido	Metodología	Docente
jueves 28 de agosto 2025	Evaluación nutricional infantil y en la adolescencia Taller de evaluación nutricional Encuestas y test que se utilizan Consideración ética y de género	⇒ 18:00 Encuestas y test que se utilizan en evaluación nutricional ⇒ 18:15 Se desarrollarán casos clínicos hipotéticos aplicando las herramientas de diagnóstico y evaluación del estado nutricional, fortaleciendo el trabajo colaborativo logrando que los alumnos formulen sus propias conclusiones sobre las necesidades nutricionales en la infancia y adolescencia. ⇒ 18:45 Break ⇒ 19:00 Taller de evaluación nutricional	Daniela González
sábado 30 de agosto 2025	Evaluación de la actividad física en la infancia y adolescencia. Evaluación de la condición física. Taller de aplicación.	⇒ 10:00 Evaluación de actividad física en la infancia y adolescencia ⇒ 11:00 Break ⇒ 11:15 Evaluación de la condición física en la infancia y adolescencia ⇒ 12:00 Taller de aplicación ⇒ 12:30 conclusiones finales	Carlos Poblete
jueves 4 de septiembre 2025	Aplicación de los test en la escuela, adaptaciones en la evaluación.	⇒ 18:00 Encuestas y test que se utilizan en la escuela. ⇒ 18:45 Break ⇒ 19:00 Taller de evaluación de actividad física y condición física en la infancia y adolescencia: Construcción de instrumentos de evaluación.	María José Cea

Modulo 3: Evaluación y diagnóstico en el adulto y adulto mayor

Resultado de Aprendizaje: Reconocer métodos e instrumentos de evaluación en actividad física, condición física y estado nutricional con énfasis en las necesidades específicas en adultos y adultos mayores

Fecha	Contenido	Metodología	Docente
sábado 6 de septiembre 2025	Evaluación nutricional en el adulto y adulto mayor	⇒ 10:00 Al inicio de la clase se realizará una discusión sobre expectativas y objetivos que tengan los participantes respecto al módulo, identificando las necesidades del grupo, además de realizar una valoración sobre los contenidos ya revisados en el diplomado. ⇒ 10:15 Clase expositiva revisando los conceptos generales ⇒ 11:30Break ⇒ 11:45 Taller Desarrollar en grupos casos clínicos hipotéticos aplicando las herramientas de diagnóstico y evaluación de estado nutricional, fomentando el trabajo colaborativo, e identificando las necesidades nutricionales de los adultos y adultos mayores.	Daniela González
jueves 11 de septiembre 2025	Herramientas de diagnóstico y evaluación de la condición física, en adultos y adultos mayores.	⇒ 18:00 Evaluación de actividad física en adultos y adultos mayores. ⇒ 19:15 Break 19:30 Evaluación de la condición física en adultos y adultos mayores. ⇒ 20:00 Taller Final.	Carlos Poblete
sábado 13 de septiembre 2025	Taller de evaluación nutricional	⇒ 10:00 Explicación Evaluación 1. ⇒ 10:45 Break ⇒ 11:00 Se entregarán casos clínicos hipotéticos para desarrollar.	Daniela González Francisca Flores

	Encuestas y test que se utilizan	⇒ Se resolverán dudas para la entrega del avance 1. ⇒ 11:45 Break ⇒ 12:00 Conclusiones	

Modulo 4: Recomendación nutricional y de actividad física

Resultado de Aprendizaje: Realizar un modelo de recomendación nutricional y actividad física atendiendo a las diferentes necesidades identificadas en la población.

Fecha	Contenido	Metodología	Docente
jueves 25 de septiembre, 2025	Recomendación nutricional Consejería nutricional **Entrega online evaluación 1**	⇒ 18:00 Al inicio de la sesión, se realizará con los participantes una discusión guiada del tema para identificar los conocimientos de entrada al módulo. ⇒ clase teórica recomendaciones nutricionales ⇒ 18:45 Break ⇒ 19:00 Clase teórica ⇒ consejería nutricional.	Daniela González
sabádo 27 de septiembre 2025	Recomendación de actividad física	⇒ 10:00 Recomendaciones de Actividad física ⇒ 11:45 Break ⇒ 12:00 Taller prescripción de la actividad física.	Carlos Poblete
jueves 2 de octubre 2025	Micronutrientes y su importancia en el curso de vida.	⇒ 18:00 Micronutrientes ⇒ 18:45 Break ⇒ 19:00 Importancia de los ⇒ micronutrientes en el curso de la vida. ⇒ 9:30 Taller	Francisca Flores
Sábado 4 de octubre 2025	Nutrición Deportiva	⇒ 10:00 – antropometría como técnica de evaluación, indicadores bioquímicos, necesidades de energía, macro y micronutrtientes.	Francisca Flores

Modulo 5: Evaluación, diagnóstico y recomendación en situaciones especiales

Resultado de Aprendizaje: Realizar un modelo de recomendación nutricional y actividad física atendiendo a las diferentes necesidades identificadas en la población situaciones especiales.

Fecha	Contenido	Metodología	Docente
Jueves 9 de octubre 2025	Evaluación nutricional en situaciones especiales (Embarazadas, Enfermedades crónicas, Movilidad reducida) Recomendación nutricional en situaciones especiales	⇒ 18:00 Antes de comenzar la clase se discutirán sobre casos o experiencias de los participantes en relación a diagnóstico y recomendación en situaciones especiales, identificando los conocimientos previos. ⇒ Evaluación nutricional Embarazadas ⇒ Evaluación nutricional Enf. Crónicas ⇒ 18:45 Break ⇒ 19:00 Evaluación nutricional Movilidad reducida	Daniela González
sábado 11 de octubre 2025	Taller de evaluación y prescripción nutricional en situaciones especiales	⇒ 10:00 Recomendaciones nutricionales en situaciones especiales ⇒ 11:45 Break ⇒ 12:00 taller evaluación y recomendaciones nutricionales	Daniela González

Fecha	Contenido	Metodología	Docente
jueves 16 de octubre 2025	Recomendaciones de actividad física y salud en situaciones de discapacidad.	⇒ 18:00 Antes de comenzar la clase se discutirán sobre casos o experiencias de los participantes en relación a diagnóstico y recomendación en situaciones especiales, identificando los conocimientos previos. ⇒ Evaluación de condición física en enf. cronicas ⇒ 18:45 Break ⇒ 19:00 Evaluación de condición física en movilidad reducida	Claudio Farías
sábado 18 de octubre 2025	Taller de evaluación y recomendación de actividad física y de condición física en situaciones de discapacidad.	⇒ 10:00 Recomendaciones de actividad física en situaciones especiales ⇒ 11:45 Break ⇒ 12:00 Taller de evaluación y recomendaciones de actividad física	Claudio Farías
jueves 23 de octubre 2025	Recomendaciones de actividad física y salud en el embarazo	⇒ 18:00 Antes de comenzar la clase se discutirán sobre casos o experiencias de los participantes en relación a diagnóstico y recomendación en situaciones especiales, identificando los conocimientos previos. ⇒ Evaluación de condición física en el embarazo. ⇒ 18:45 Break ⇒ 19:00 Ejercicio y postparto.	Francisca Flores

sábado 25 de octubre, 2025.	Taller de evaluación y recomendación de actividad física y de condición física en situaciones especiales	⇒ 10:00 Recomendaciones de actividad física en el embarazo ⇒ 11:45 Break ⇒ 12:00 Taller de evaluación y recomendaciones de actividad física	Francisca Flores

Modulo 6: Políticas y entorno

Resultado de Aprendizaje: Reflexionar sobre las políticas públicas existentes, los desafíos y las experiencias exitosas en cuanto a los entorno saludables.

Fecha	Contenido	Metodología	Docente
jueves 6 de noviembre 2025	Políticas públicas Entornos	⇒ 18:00 Antes de comenzar la clase expositiva se realizará una dinámica mediante una herramienta virtual sobre el conocimiento de políticas públicas existentes. ⇒ Se utilizará una estrategia de aula invertida en la cual se comenzará con la discusión y análisis de dos paper entregados en clase anterior, los cuales deberán llevar leídos fortaleciendo el trabajo autónomo y análisis crítico, ⇒ 18:45 Break ⇒ 19:00	Tito Pizarro
sábado 8 de noviembre 2025	Desafíos Proyectos Experiencias exitosas	⇒ 10:00 Sociología de la alimentación de la actividad física ⇒ 11:45 Break ⇒ 12:00 Taller	

Modulo 7: Desarrollo de estrategias y recursos educativos

Resultado de Aprendizaje: Formular estrategias y recursos educativos para la promoción de estilos de vida saludable y la prevención de enfermedades

Fecha	Contenido	Metodología	Docente
jueves 13 de noviembre 2025	Promoción de estilos de vida saludable Marketing en salud Guías alimentarias. Alimentación vegetariana.	⇒ 18:00 exploración de conocimientos previos e identificar las expectativas de los participantes en relación al módulo. ⇒ Promoción y marketing en salud ⇒ 18:45 Break ⇒ 19:00 alimentación vegetariana.	Daniela González
sábado 15 de noviembre 2025	Guías de actividad física Desarrollo de estrategias y recursos educativos para el fortalecimiento de la promoción de la salud y la prevención de enfermedades	⇒ 10:00 exploración de conocimientos previos e identificar las expectativas de los participantes en relación al módulo. ⇒ 10:45 Break ⇒ 11:00 Guías de actividad física ⇒ 11:45 Break ⇒ 12:00 - Desarrollo de estrategias y recursos educativos para el fortalecimiento de la promoción de la salud y la prevención de enfermedades	Francisca Flores

Modulo 8: Desarrollo de Trabajo final.

Resultado de Aprendizaje: Diseñar y presentar las iniciativas que permita abordar un problema relacionado con la nutrición y la actividad física en la realidad donde se desempeñan.

Fecha	Contenido	Metodología	Docente
jueves 20 noviembre 2025	Trabajo grupal.	Trabajo grupal en tiempos a convenir con el profesor/a tutor/a.	Daniela González. Tito Pizarro Francisca Flores
sábado 22 de noviembre 2025	Resolución de dudas trabajo grupal.	Trabajo grupal en tiempos a convenir con el profesor/a tutor/a.	Daniela González, Tito Pizarro, Francisca Flores Carlos Poblete Claudio Farias María José Cea.
jueves 27 noviembre 2025	Resolución de dudas trabajo grupal.	Trabajo grupal en tiempos a convenir con el profesor/a tutor/a.	Daniela González Tito Pizarro Francisca Flores Carlos Poblete Claudio Farias María José Cea
sábado 29 de noviembre 2025	Presentación y evaluación de los trabajos finales	10:00 Los participantes presentarán sus trabajos de manera presencial en la universidad y/o online. 12:00 cocktail 12:30 Entrega de diplomas. 13:00 Finalización del diplomado, foto final.	Daniela González Tito Pizarro Francisca Flores María José Cea Carlos Poblete Claudio Farias

USACH
FACULTAD DE
CIENCIAS
MÉDICAS