

ANTECEDENTES GENERALES

A nivel mundial las enfermedades crónicas no transmisibles, son cada vez más frecuentes dentro de la población, aumentando el riesgo de mortalidad. El ejercicio y la actividad física, resultan ser una intervención segura para disminuir la morbilidad de estas enfermedades. Sin embargo, es necesario poder dosificar el ejercicio de manera adecuada en este tipo de pacientes.

Nombre del Curso

Ejercicio terapéutico en Pacientes con enfermedades crónicas no transmisibles.

Número de horas

18 hrs Cronológicas.
Certificado por UPAEP y IACES México

Fechas

Inicio: 8/04/2018
Final: 9/04/2018

Horario Propuesto:

Sábado de 14:00 a 19:00 hrs.
Domingo de 8:00 a 19:00 hrs.

Ponente:

Klgo. MSc. Christian Contador Cantillana

Correo: ccontador2007@gmail.com

OBJETIVOS DEL CURSO

Objetivo general

Al finalizar el curso el alumno deberá ser capaz de:

1. Describir los beneficios de la actividad física programada en la salud de los individuos con obesidad y con diabetes.
2. Conocer los principios de la prescripción del ejercicio en pacientes con diabetes y con obesidad.
3. Reconocer los distintos elementos vinculados con la medición de la capacidad física.
4. Preparar a los profesionales de la salud, en la correcta utilización de la actividad física en el tratamiento de estas patologías.
5. Entregar las bases que permitan a los profesionales incursionar en el área del entrenamiento físico en pacientes con patologías crónicas no transmisibles.

Objetivos específicos

1. Definir conceptos básicos relacionados a obesidad y la diabetes
2. Conocer las bases patogénicas en la etiología de la obesidad y la diabetes.
3. Conocer métodos de evaluación y medición antropométrica para pacientes con obesidad y diabetes.
4. Conocer los beneficios de la actividad física programada en los distintos sistemas fisiológicos.
5. Conocer los factores de riesgo cardiovascular asociados al paciente con diabetes y con obesidad.
6. Reconocer los niveles de riesgo cardiovascular de los pacientes sometidos a entrenamiento físico.
7. Prescribir adecuadamente el ejercicio en los pacientes con obesidad y con diabetes.
8. Conocer los métodos directos de evaluación de la capacidad física ventajas y desventajas.

DESCRIPCIÓN DEL CURSO

Curso teórico – práctico dirigido a comprender aspectos epidemiológicos y fisiopatológicos del sobrepeso, la obesidad y la diabetes, tanto como la importancia del ejercicio en el control de estas patologías crónicas no transmisibles.

El curso entregará además las herramientas necesarias para el diseño y prescripción de programas de actividad física para este grupo poblacional.

TEMARIO

1. Epidemiología de las enfermedades crónicas no transmisibles
2. Fisiopatología de la obesidad y la diabetes mellitus tipo 2
3. Métodos de evaluación clínica para pacientes con obesidad y diabetes
4. Métodos de evaluación física para pacientes con obesidad y diabetes
5. Principios del ejercicio y de la prescripción del ejercicio.
6. Ejercicio terapéutico en pacientes con enfermedades crónicas no transmisibles.

REQUERIMIENTOS PARA DICTAR EL CURSO

1. Cicloergómetro
2. Oxímetro de pulso
3. Baumanómetro
4. Glucómetro
5. 1 kit de lancetas para glucómetro
6. Implementos para ejercicio (bosu, bandas de resistencia, loopband, platillo inestable de dos niveles de dificultad, cojín oval, cojín de balance).