



## Universidad del Desarrollo

Facultad de Odontología

Nutrición y Dietética

### **Jornada “Nutrición y Actividad física: Una visión integral”**

**Fecha:** 9 y 10 de Julio del 2010

**Duración:** 2 días

**Dirigida a:** Nutricionistas, Kinesiólogos, Profesionales del área Salud, Profesores de Educación física, alumnos nutrición y dietética, alumnos kinesiología, alumnos educación física, público en general.

**Número de asistentes:** Aproximadamente 40 profesionales y 30 alumnos pregrado.

#### **Taller:**

Se realizarán 2 prácticos: 1 en el laboratorio de nutrición y 1 en el laboratorio de kinesiología.

#### **Programa Preliminar:**

##### **Día 1**

08.30 – 09.00	Inscripción
09.00 – 09.15	Inauguración
09.15 – 10.00	“Necesidades energéticas del deportista” <b>Nut. Edison Hormazabal</b>
10.00 – 10.40	“Calendarización y sistemas de entrenamiento deportivo” <b>Prof. Luis Ibañez</b>
10.40 – 11.00	Café



## Universidad del Desarrollo

Facultad de Odontología

Nutrición y Dietética

- 11.00 – 11.40 “Hidratación y deshidratación en el deportista”  
**Nut. Mauricio Ríos**
- 11.40 – 12.20 “Oxidación de grasas en el ejercicio”  
**Prof. David Ulloa Díaz**
- 12.20 – 13.00 Mesa Redonda
- 15.00 – 15.40 “Ayudas ergogénicas en el deporte”  
**Nut. Oscar Castillo**
- 15.40 – 16.20 “Razón isocinética de flexo extensores de rodilla en sujetos sedentarios y rugbistas.”  
**Klgo. Francisco Guede Rojas**
- 16.20 – 16.40 Café
- 16.40 – 17.20 “Radicales libres y su acción en el ejercicio intenso y prolongado”  
**BQ. Fernando Sepúlveda.**
- 17.20 – 18.00 Mesa Redonda

### Día 2

- 09.00 – 09.40 “Adaptaciones metabólicas por entrenamiento de fuerza vs resistencia”  
**Klgo. Javier Barrenechea**
- 09.40 – 10.20 “Hidratos de Carbono pre y post competencia”  
**Nut. Mauricio Ríos.**
- 10.20 – 10.40 Café



## Universidad del Desarrollo

Facultad de Odontología  
Nutrición y Dietética

- 10.40 – 12.00 Taller en laboratorio Kinesiología: “Calorimetría Directa en Reposo y Ejercicio”  
**Klgo. Javier Barrenechea**
- 15.00 – 16.00 Taller en laboratorio Nutrición: “Hidratación en el Deportista” **Nut. Mauricio Ríos.**
- 16.00- 16.20 Café
- 16.20 – 18.00 Taller en laboratorio Nutrición: “Ayuda ergogénica en el Deportista” **Nut. Oscar Castillo.**
- 18:00 Cierre

### **RELATORES:**

#### **Oscar Castillo Valenzuela**

Nutricionista – Universidad de Chile, Magister en Nutrición Humana. Pontificia Universidad Católica de Chile, Antropometrista ISAK II, Nutricionista Club Deportivo UC, Docente Facultad de Medicina Pontificia Universidad Católica de Chile, Docente UDD

#### **Mauricio Ríos Fuentealba**

Nutricionista – Universidad de Concepción, Alumno Pregrado Kinesiología- Facultad de Medicina UdeC., Nutricionista Centro de Diagnóstico Nutricional y Metabolismo del Ejercicio Físico CNEF, Docente UDD.

#### **Edison Javier Hormazábal Díaz**

Nutricionista Universidad de Concepción, Nutricionista Asesor Técnico Dirección Servicio de Salud Talcahuano, Dpto. Gestión de Prioridades



## Universidad del Desarrollo

Facultad de Odontología  
Nutrición y Dietética

Sanitarias, Nutricionista Centro de Diagnóstico Nutricional y Metabolismo del Ejercicio Físico CNEF, Docente UDD.

### **Prof. Luis Alexander Ibáñez Araya**

Profesor Educación Física, Universidad de Concepción, Diplomado en Ejercicio, nutrición y salud, INTA Universidad de Chile, Encargado Programa Ejercicio físico programa Cardiovascular, Cesfam Penco, Director Departamento Ejercicio Físico y Enfermedades Cardiometabólicas, Centro de Diagnóstico Nutricional y Metabolismo del Ejercicio Físico CNEF.

### **Prof. Fernando Sepúlveda Briceño**

Bioquímico, Universidad de Concepción, Candidato a Doctor en Biología Celular y Molecular, Universidad de Concepción, Especialista en neurociencia y fisiología celular, Docente UNAB y UST, Docente colaborador UDD.

### **Javier Barrenechea Gutiérrez**

Kinesiólogo – Universidad del Desarrollo, Profesor de Educación Física – Universidad de Concepción, Docente UDD

### **Francisco Guede Rojas**

Kinesiólogo – Universidad Católica del Maule, Magister en Ergonomía – Universidad Politécnica de Cataluña, España, Candidato a Doctor en Ciencias del Ejercicio Implicadas en el mejoramiento del rendimiento humano – Universidad de Córdoba, España, Docente Universidades (UDD, UDLA, UST, UNAB)

### **David Ulloa Díaz**

Profesor de Educación Física. Universidad de Concepción, Magister. Actividad Física y Salud. Universidad Mayor, Candidato a Doctor en Actividad Física y Deportes. Universidad de Granada, Docente UDLA y USS