

Curso de Actualización de Ejercicio y Actividad Física en las Enfermedades Crónicas

Unidad 1.

Beneficios del ejercicio- impacto del ejercicio en las enfermedades crónicas más frecuentes.

Unidad 2.

Entrenamiento – Modelos método y principios del entrenamiento.

Unidad 3.

Actividad física en el síndrome metabólico- impacto de la actividad física en la HTA, DISLIPEMIA, OBESIDAD, DIABETES Y SEDENTARISMO.

Unidad 4.

Actividad física en las cardiopatías más frecuentes. Enfermedad coronaria, ACV, INSUFICIENCIA CARDIACA, TRASPLANTE CARDIACO.

Unidad 5.

Actividad física en la sarcopenia y adulto mayor- Métodos de evaluación de fragilidad, modelos de trabajo para mejorar la sarcopenia.

Unidad 6.

Protocolos de trabajo y pautas de seguridad – indicadores de calidad test. encuestas – mediciones.

Unidad 7.

Apto físico y su interpretación – revisión de causas de muerte súbita – categorías de riesgo – consensos y guías.