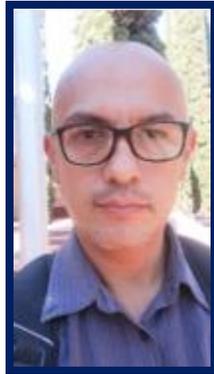


## CURRICULUM VITAE (CV).



### Información básica personal y de contacto.

**Nombre:** Ricardo Paulo Álvarez Tovar.

**Domicilio:** Guadalajara, Jalisco, México. **Colonia:** Rinconada del Bosque.  
**CP:**44530

**Dirección:** Rinconada de la floresta # 1366 Departamento 5 Interior 514

**Teléfono celular y WhatsApp:** 331 047 09 63

**Correo electrónico:** [paulo.alvarez.t@gmail.com](mailto:paulo.alvarez.t@gmail.com)

**Fanpage en Facebook:** Instituto de Nutrición Aplicada al Deporte INAD

**Cuenta de Instagram:** instituto\_nutricion\_aplicada

### Experiencia laboral.

#### Empleos actuales:

Miembro del comité de capacitación de la Asociación de fisicoculturismo y fitness del estado de Jalisco, enero 2010 a la fecha.

Director del Instituto de Nutrición Aplicada al Deporte (INAD)

Consultorio privado en nutrición y entrenamiento para el fisicoculturismo.

#### Empleos anteriores:

Encargado del proyecto de estilo de vida saludable dentro de RECREA escuela para la vida por parte de la secretaria de educación Jalisco de marzo de 2022 a diciembre de 2022.

Docente Universidad de Guadalajara CUALTOS en la materia nutrición de la actividad física y deporte, fisiología del ejercicio agosto en licenciatura en nutrición y programas de estilos de vida saludable, nutrición y sociedad en la licenciatura en medicina 2010 a agosto 2022.

Docente UNIVA plantel Zamora en la materia nutrición avanzada en deporte, fisiología del ejercicio, ejercicios preventivos en la clínica, cineantropometría, evaluación del estado nutricional, entrenamiento deportivo de agosto de 2007 a 2022.

Coordinador del programa de activación física en empresa Sigma alimentos como entrenador personal de 2017 a 2020.

Docente UNITEC en la materia nutrición y medicina deportiva enero de 2019 a 2021.

Docente Universidad de Guadalajara CUVALLES en la materia práctica de la actividad física y deporte y cuidado alimentario nutrición en actividad física y deporte. Enero 2018 a diciembre 2018.

Entrenador personal Anytime Fitness desde noviembre de 2015 a febrero 2016.

Docente en Universidad Marista en Guadalajara, Jalisco. Materias: Metodología de la investigación, nutrición en deporte y fisiología del ejercicio. Enero 2013.

Entrenador personal y nutriólogo, THE LIFE GYM, agosto 2010 a abril 2015.

Docente UNIVA La Piedad en las materias de Nutrición en el deporte y Nutrición avanzada en deporte, entrenamiento deportivo, fisiología del ejercicio y cineantropometría, desde agosto del 2007 hasta agosto de 2014.

Docente en la materia Nutrición en la Actividad física y deporte, Prácticas Profesionales en Nutrición Aplicada al Deporte, Nutrición Aplicada a la Comunidad, miembro del comité de titulación, Universidad Guadalajara Lamar, desde noviembre del 2005 a 2013.

Sport City Galerías como nutriólogo y entrenador personal desde julio del 2009 a julio 2010.

Docente IVEDL, en la materia Nutrición en el ciclo de la vida, Nutrición en actividad física y deporte, fisiología desde enero del 2007 a diciembre del 2010.

Docente Universidad Cuauhtémoc, en la materia Desarrollo y crecimiento Humano de noviembre de 2005 a julio 2007, Nutrición del deportista Enero del 2008.

Nutriólogo de la filial del equipo Pumas de la UNAM, enero del 2008 a junio del 2008.

Miembro del cuerpo técnico en el programa de policía saludable de Guadalajara como nutriólogo y entrenador físico, enero 2007 a enero 2008.

Nutriólogo y entrenador en acondicionamiento físico en Rhinos Gym de agosto del 2007 a diciembre del 2008.

Nutriólogo y entrenador en acondicionamiento físico de la selección de natación de deporte adaptado de jalisco en el CODE julio 2006 a la fecha, e Integrante de la delegación Jalisco de natación de deporte adaptado, en función de nutriólogo, donde se obtuvo el 4º campeonato en la paralimpiada Nacional y el 8º campeonato nacional, junio 2007.

Entrenador del gimnasio Energy Sport Center, mayo 2007 a agosto 2007.

Instructor y Nutriólogo del gimnasio Bike House Gym del 25 de agosto del 2002 a febrero de 2006.

Asesor en nutrición de boxeadores de Unidad Revolución Mexicana de agosto de 2005.

Programa SAVIO dentro de la secretaria de Desarrollo Social de Ayuntamiento de Guadalajara, puesto de nutriólogo, de julio de 2005 a diciembre de 2005.

Instructor de Bull Gym de mayo a agosto del 2002.

Auxiliar de Laboratorio del Hospital Salud de los Enfermos del 2000 al 2002.

### **Antecedentes académicos.**

Preparatoria: CETI de 1996 a 2000 Título Recibido: Título de Tecnólogo Químico en fármacos.

Licenciatura: Universidad Lamar de 2001 a 2005 Título Recibido: Licenciado en Nutrición.

Curso adicional: Certificado entrenador en acondicionamiento físico en CONADE julio del 2006, certificado como entrenador de deportes de medio fondo y fondo por ACSM 2018.

Especialidad: Especialidad en Entrenador Deportivo en FUNIBER Universidad de León, España, título en trámite.

Diplomados: Pedagogía interactiva en UNIVA.

Curso taller: Competencias docentes centradas en el estudiante por Consejo mexicano para la investigación educativa, Julio 2015.

Maestría: Maestría en Ciencias de la Educación Física y del Deporte en Universidad de Guadalajara, 2012-2014, título en trámite.

Diplomado en medicina deportiva, Universidad de Guadalajara.

Entrenador de corredores de fondo, ACSM.

Estudiante maestría en entrenamiento y alimentación aplicada al fitness, agosto 2022.

### **Formación continua impartida.**

Creación y coordinación de la certificación en entrenador de competencia de fisicoculturismo en la asociación de fisicoculturismo y fitness del estado de Jalisco de 2022 a la fecha.

Creación y coordinación del curso entrenamiento para la mujer en asociación de fisicoculturismo y fitness del estado de Jalisco de 2022 a la fecha.

Creación y coordinación de la certificación en entrenamiento, nutrición y psicología aplicada al paciente que vive con diabetes tipo 1 y 2, 2018 a la fecha.

Creación y coordinación de certificaciones y cursos de manera independiente con el tema de nutrición deportiva aplicada a corredores de 2015 a la fecha.

Creación y coordinación de certificaciones y cursos dentro de la asociación de fisicoculturismo y fitness de Jalisco con el tema de nutrición especializada aplicada al fisicoconstructivismo y fitness de 2014 a la fecha.

Participación como ponente en el CICOM 2014 conferencias medicas de los hospitales civiles de Guadalajara, noviembre 2014.

Asistente al curso virtual de fisiología aplicada al ejercicio en grupo sobre entrenamiento de enero a junio 2012.

Ponente de 1er congreso del colegio nacional de nutrición aplicada a la actividad física y deporte 2012.

Ponente en el taller de actualización de entrenadores fitness impartido por COMUDE de Guadalajara, Jalisco.

Ponente en la jornada de nutrición y salud “Mas allá de una alimentación inteligente” con el tema “Nutrición y entrenamiento de fuerza para la salud”, abril 2011.

Asistente al curso virtual de gimnasia especial correctiva, en grupo sobre entrenamiento, octubre 2010 a diciembre 2010.

Ponente y creador de la curricular del primer curso taller de entrenamiento de fuerza impartido en UNIVA Zamora, julio a agosto 2010.

Ponente en el primer congreso de nutrición deportiva en el marco de la feria internacional deportiva, septiembre 2010.

Ponente en curso de actualización para entrenadores del club atlas Chapalita, enero del 2010.

Asistente al curso taller virtual de Metodología y planificación del entrenamiento de fuerza, Grupo Sobre entrenamiento, enero 2010.

Ponente en simposio UNIVA Zamora con el tema de nutrición y deporte en diabetes, abril 2009.

Asistente a la Acreditación G-trainer senior, Instituto Gatorade de Ciencias del Deporte, curso avalado por la Escuela Superior de Medicina del IPN, Julio del 2008.

Ponente en el taller de “Acondicionamiento físico como practica integral de salud en el manejo de masa grasa”, 3er Congreso de Ciencias de la Salud, Puerto Vallarta, Jalisco, del 30 de mayo al 1ro de junio del 2008.

Ponente en el curso monográfico de actualización en pediatría y adolescencia con el tema vigorexia, realizado en el IMSS el día 24 de octubre del 2007.

G-trainer nivel júnior en el 2007, impartido por el instituto Gatorade de ciencias del deporte.

Ponente en la semana cultural IVEDL con el tema: Nuevas tendencias en metodología de entrenamiento y nutrición, miércoles 23 mayo 2007.

Ponente en el 1er Foro de Orientación en la Planificación del Futuro Profesional del Estudiante y Egresado en la Carrera de Nutrición con los talleres:

Indicadores Fisiológicos del Deporte, Antropometría del Deporte y Dietocalculo y Ayudas Ergogénicas del Deporte. Universidad Cuauhtémoc febrero del 2007.

Curso Taller de Estandarización en Antropometría, impartido por ISAK, octubre 2006.

Seminario de Nutrición, Deporte y Salud los días 26 al 29 octubre del 2005, Impartido por: Instituto de Ciencias Aplicadas a la Actividad Física y Deporte.

Ponente en las cuartas Jornadas de Investigación en Nutrición Occidente con el tema de Evaluación nutricional de instructores de gimnasio de la zona centro de Guadalajara, impartido por: IMSS el día 18 de agosto de 2005.

1er Congreso Universitario de Ciencias de la Salud los días 19, 20 y 21 de mayo de 2005, Impartido por: Universidad Guadalajara Lamar.

Participación en programa comunitario de SEDESOL de agosto a noviembre del 2004.

20 Congreso Nacional AMMFEN “La nutrición y actividad física como estilo de vida saludable”, Los días 10 al 13 de abril del 2005 Impartido por: AMMFEN.

“Taller de nutrición e insuficiencia renal crónica” los días 16 al 18 de marzo de 2005, Impartido por: IMSS.

1ra Asamblea Jalisciense de Nutrición “Enfermedades del México actual un reto para el nutriólogo” los días 22 y 23 de febrero Impartido por: Universidad de Guadalajara.

Actualización del circuito internacional de fitness y certificación nacional de instructor de fisicocunstructivismo y fitness Impartido por: FMFF.

Tercera Jornada de Investigación en Nutrición los días 8 y 9 de julio de 2004, Impartido por: IMSS HGRO 110 Departamento de nutrición

Ponente del Curso de Higiene y Preparación de Alimentos los días 1 al 23 de mayo de 2004, Impartido en: SSA HGO Zoquipan

Jornadas de Investigación en Nutrición los días 12 y 13 de julio de 2003, Impartido por: IMSS HGRO 110 Departamento de Nutrición

Semana Académica de Nutrición los días 27 al 30 de noviembre del 2002, Impartido por: Universidad Lamar Licenciatura en Nutrición