

<b>1. DATOS DE IDENTIFICACIÓN GENERAL DEL EVENTO.</b>					
<b>Nombre de evento</b>	Certificación en Evaluación del Estado de Salud y Composición Corporal en población general y Atletas Fitness (3ra Generación).				
<b>2. DESCRIPCIÓN GENERAL DE APRENDIZAJE POR COMPETENCIAS</b>					
<b>Módulos   Horas</b>	Asíncrono. 7 módulos que totalizan 12 horas con 27 minutos.				
<b>Perfil de ingreso</b>	Nutriólogos, Entrenadores, Instructores y Médicos que estén o deseen especializarse en la Reconstrucción Corporal, de igual manera, alumnos de dichas carreras. También, atletas que quieran aprender y/o profundizar sobre los procesos que llevan a cabo. Y, por último, población general que quiera dedicarse a esta temática, a pesar de no contar con las carreras universitarias anteriormente mencionadas.				
<b>Objetivo general</b>	Al finalizar el Curso, los alumnos participantes serán capaces de identificar y aplicar de manera efectiva, las técnicas y herramientas necesarias, para realizar una completa revisión general del paciente y/o asesorado, además evaluar el estado de salud y composición corporal de los mismos.				
<b>Metodología general</b>	<p>Modalidad y estructura: El curso se desarrollará a través de la plataforma educativa institucional, combinando actividades sincrónicas y asincrónicas. El alumno deberá visualizar las video clases grabadas y participar en las sesiones en vivo, en las que podrá interactuar con el profesor y resolver dudas sobre los contenidos revisados. Sesiones en vivo, todos los miércoles a las 7:30 pm (hora del centro de México) con duración aproximada de entre 1 hora a 1.5 horas.</p> <p>Actividades formativas: Análisis y discusión de casos de estudio, Ejercicios prácticos y tareas aplicadas y Debates o foros dentro de la plataforma.</p> <p>El alumno contará con material complementario descargable, que incluirá: Presentaciones utilizadas en las clases, Lecturas complementarias y E-book con los contenidos esenciales del curso. Estos recursos estarán disponibles en la plataforma para su consulta y estudio posterior.</p> <p>Evaluación: Al finalizar el curso, el alumno deberá realizar una evaluación final en línea, compuesta por reactivos de opción múltiple y verdadero o falso.</p> <p>Características de la evaluación: Modalidad asíncrona con Retroalimentación: automática y Calificación mínima aprobatoria de 80%.</p> <p>Para obtener la constancia o certificación correspondiente, el alumno deberá: Completar todas las actividades y materiales del curso, y alcanzar la calificación mínima aprobatoria en la evaluación final.</p>				
<b>Competencias Generales</b>	Al finalizar la Certificación en Evaluación del Estado de Salud y Composición Corporal, el participante aplica de manera integral herramientas de entrevista, determina nivel de entrenamiento, realiza medición antropométrica, interpretación de resultados de laboratorio, educación nutricional y análisis del somatotipo, con el fin de realizar diagnósticos completos, confiables; basados en evidencia científica sobre el estado de salud y la composición corporal de diferentes poblaciones, contribuyendo así a la práctica profesional responsable en el ámbito de la nutrición, el entrenamiento y la reconstrucción corporal.				
<b>El alumno es competente cuando presenta los siguientes:</b>	<table border="1"> <thead> <tr> <th><b>Componente</b></th> <th><b>Descripción</b></th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td><b>Conocimientos</b></td> <td>Domina los fundamentos técnicos y científicos de la entrevista profesional, la fisiología del ejercicio, la nutrición aplicada a la composición corporal, los principios de la antropometría, los métodos de determinación del nivel de entrenamiento, la clasificación somatotípica y la interpretación clínica de exámenes de laboratorio, con el fin de realizar evaluaciones integrales, precisas y basadas en evidencia.</td> </tr> </tbody> </table>	<b>Componente</b>	<b>Descripción</b>	<b>Conocimientos</b>	Domina los fundamentos técnicos y científicos de la entrevista profesional, la fisiología del ejercicio, la nutrición aplicada a la composición corporal, los principios de la antropometría, los métodos de determinación del nivel de entrenamiento, la clasificación somatotípica y la interpretación clínica de exámenes de laboratorio, con el fin de realizar evaluaciones integrales, precisas y basadas en evidencia.
	<b>Componente</b>	<b>Descripción</b>			
<b>Conocimientos</b>	Domina los fundamentos técnicos y científicos de la entrevista profesional, la fisiología del ejercicio, la nutrición aplicada a la composición corporal, los principios de la antropometría, los métodos de determinación del nivel de entrenamiento, la clasificación somatotípica y la interpretación clínica de exámenes de laboratorio, con el fin de realizar evaluaciones integrales, precisas y basadas en evidencia.				

	<b>Actitud / Hábitos/ Valores</b>	Actúa con ética profesional, responsabilidad, objetividad y compromiso con la confidencialidad de la información; mantiene una postura crítica frente a prácticas no fundamentadas, demuestra sensibilidad hacia las necesidades del evaluado, respeta los límites de su competencia, y prioriza la mejora continua y el rigor científico en su práctica
	<b>Desempeños</b>	Integra información obtenida mediante entrevistas, mediciones antropométricas, pruebas de condición física, análisis del somatotipo y revisión de exámenes de laboratorio para elaborar diagnósticos del estado de salud y la composición corporal que sean completos, coherentes, funcionales y útiles para la toma de decisiones en nutrición deportiva y entrenamiento.
	<b>Productos</b>	Entrega reportes estructurados de evaluación del estado de salud y composición corporal, que incluyen interpretación profesional de datos clínicos, resultados antropométricos, nivel de entrenamiento, clasificación somatotípica y conclusiones aplicables, redactados de manera clara, justificable y alineada a estándares técnicos y de evidencia científica.

3.1 DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN 1 DE 6							
<b>Nombre del Módulo</b>	Elaboración de historia clínica en población general y Atletas Fitness (3ra						
<b>Fecha   horas</b>	Asíncrono. 1 hora con 48 minutos. 1 semana sugerida.						
<b>Responsable</b>	L.N. Luis Alberto Gómez Martín E.P.						
<b>Introducción</b>	En el presente modulo se enseñará al alumno que información preguntar e investigar de parte de sus pacientes/asesorados asi como a contextualizar dichos hallazgos en una visión integral y completa de la situación personal.						
<b>Objetivo específico</b>	Al finalizar el curso, los alumnos participantes serán capaces de comprender los conceptos clave necesarios para averiguar la información de los atletas y población general.						
<b>Metodología específica</b>	<p>Modalidad y estructura: El curso se desarrollará a través de la plataforma educativa institucional, combinando actividades sincrónicas y asincrónicas. El alumno deberá visualizar las video clases grabadas y participar en las sesiones en vivo, en las que podrá interactuar con el profesor y resolver dudas sobre los contenidos revisados. Sesiones en vivo, todos los miércoles a las 7:30 pm (hora del centro de México) con duración aproximada de entre 1 hora a 1.5 horas.</p> <p>Actividades formativas: Análisis y discusión de casos de estudio, Ejercicios prácticos y tareas aplicadas y Debates o foros dentro de la plataforma.</p> <p>El alumno contará con material complementario descargable, que incluirá: Presentaciones utilizadas en las clases, Lecturas complementarias y E-book con los contenidos esenciales del curso. Estos recursos estarán disponibles en la plataforma para su consulta y estudio posterior.</p> <p>Evaluación: Al finalizar el curso, el alumno deberá realizar una evaluación final en línea, compuesta por reactivos de opción múltiple y verdadero o falso.</p> <p>Características de la evaluación: Modalidad asíncrona con Retroalimentación: automática y Calificación mínima aprobatoria de 80%.</p> <p>Para obtener la constancia o certificación correspondiente, el alumno deberá: Completar todas las actividades y materiales del curso, y alcanzar la calificación mínima aprobatoria en la evaluación final.</p>						
<b>Competencias Específicas</b>	Al término del módulo el participante es capaz de recabar, organizar y analizar información clínica, deportiva, farmacológica y dietética relevante mediante una entrevista estructurada, con el fin de identificar antecedentes, riesgos y factores determinantes en el estado de salud y la composición corporal de cada individuo.						
<b>El alumno es competente cuando presenta los siguientes:</b>	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Componente</th> <th>Descripción</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td><b>Conocimientos</b></td> <td>Comprende los fundamentos de la entrevista clínica inicial, los principios de recopilación de datos personales relevantes para la evaluación de salud y composición corporal, los criterios de confidencialidad y manejo seguro de información, así como las bases conceptuales necesarias para identificar variables demográficas y contextuales que influyen en el estado de salud, la actividad física y la recomposición corporal.</td> </tr> <tr> <td><b>Actitud / Hábitos / Valores</b></td> <td>Muestra disposición abierta y profesional para la escucha activa, respeto absoluto a la privacidad y protección de datos personales, trato empático y libre de juicios, así como compromiso ético para obtener únicamente la información necesaria y emplearla de manera responsable dentro del proceso evaluativo.</td> </tr> </tbody> </table>	Componente	Descripción	<b>Conocimientos</b>	Comprende los fundamentos de la entrevista clínica inicial, los principios de recopilación de datos personales relevantes para la evaluación de salud y composición corporal, los criterios de confidencialidad y manejo seguro de información, así como las bases conceptuales necesarias para identificar variables demográficas y contextuales que influyen en el estado de salud, la actividad física y la recomposición corporal.	<b>Actitud / Hábitos / Valores</b>	Muestra disposición abierta y profesional para la escucha activa, respeto absoluto a la privacidad y protección de datos personales, trato empático y libre de juicios, así como compromiso ético para obtener únicamente la información necesaria y emplearla de manera responsable dentro del proceso evaluativo.
	Componente	Descripción					
<b>Conocimientos</b>	Comprende los fundamentos de la entrevista clínica inicial, los principios de recopilación de datos personales relevantes para la evaluación de salud y composición corporal, los criterios de confidencialidad y manejo seguro de información, así como las bases conceptuales necesarias para identificar variables demográficas y contextuales que influyen en el estado de salud, la actividad física y la recomposición corporal.						
<b>Actitud / Hábitos / Valores</b>	Muestra disposición abierta y profesional para la escucha activa, respeto absoluto a la privacidad y protección de datos personales, trato empático y libre de juicios, así como compromiso ético para obtener únicamente la información necesaria y emplearla de manera responsable dentro del proceso evaluativo.						

	<b>Desempeños</b>	Realiza entrevistas iniciales estructuradas, formula preguntas claras y pertinentes, registra información personal de forma precisa y organizada, verifica la coherencia de los datos proporcionados, contextualiza la información dentro del perfil clínico-deportivo del participante y establece bases sólidas para la evaluación posterior.
	<b>Productos</b>	Genera un expediente inicial que contiene la información personal básica completa, registrada de manera clara, ordenada y verificable, constituyendo un documento esencial para la continuidad del proceso de evaluación del estado de salud, la composición corporal y las recomendaciones posteriores.
<b>Contenidos</b>	<b>Descripción</b>	
<b>Temas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Información básica personal.</li> <li>• Patologías heredofamiliares.</li> <li>• Historial de lesiones y cirugías.</li> <li>• Historial deportivo y de actividad física.</li> <li>• Historial farmacológico y de sustancias bioactivas.</li> <li>• Historial dietético y suplementario.</li> </ul>	
<b>Actividades didácticas</b>	Video clases pre grabadas en la plataforma.	
<b>Evaluación parcial</b>	Examen con reactivos de opción múltiple y verdadero falso, el cual se encuentra en la misma plataforma, dicho examen se realiza de forma asíncrona y con evaluación automática instantánea al momento de terminar, con calificación aprobatoria mínima de 80%.	
<b>Link Bibliografía</b>	Biografía colocada al final de las diapositivas, dicho material descargable en; <a href="https://www.wellogi.com/cursos/curso/entrevista-inicial/">https://www.wellogi.com/cursos/curso/entrevista-inicial/</a>	
<b>Link de Material</b>	Descargable en; <a href="https://www.wellogi.com/cursos/curso/entrevista-inicial/">https://www.wellogi.com/cursos/curso/entrevista-inicial/</a>	
<b>Observaciones:</b>	El presente Curso forma parte de un Diplomado con 7 Cursos en total, que dicho Diplomado totaliza 160 horas de Valor Curricular.	

### 3.1 DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN 2 DE 6

<b>Nombre del Módulo</b>	Determinación del nivel de Entrenamiento en población general y Atletas Fitness (3ra Generación).	
<b>Fecha   horas</b>	Asíncrono. 1 hora con 35 minutos. 1 semana sugerida.	
<b>Responsable</b>	L.N. Luis Alberto Gómez Martín E.P.	
<b>Introducción</b>	En el presente modulo se enseñará al alumno como poder identificar y definir el nivel de entrenamiento, fuerza y composición corporal de la población general, y así poder elegir la meta en específico dentro de la recomposición corporal.	
<b>Objetivo específico</b>	Al finalizar el curso, los alumnos participantes serán capaces de identificar los conceptos clave teóricos para diagnosticar el nivel de los atletas y población general.	
<b>Metodología específica</b>	<p>Modalidad y estructura: El curso se desarrollará a través de la plataforma educativa institucional, combinando actividades sincrónicas y asincrónicas. El alumno deberá visualizar las video clases grabadas y participar en las sesiones en vivo, en las que podrá interactuar con el profesor y resolver dudas sobre los contenidos revisados. Sesiones en vivo, todos los miércoles a las 7:30 pm (hora del centro de México) con duración aproximada de entre 1 hora a 1.5 horas.</p> <p>Actividades formativas: Análisis y discusión de casos de estudio, Ejercicios prácticos y tareas aplicadas y Debates o foros dentro de la plataforma. El alumno contará con material complementario descargable, que incluirá: Presentaciones utilizadas en las clases, Lecturas complementarias y E-book con los contenidos esenciales del curso. Estos recursos estarán disponibles en la plataforma para su consulta y estudio posterior.</p> <p>Evaluación: Al finalizar el curso, el alumno deberá realizar una evaluación final en línea, compuesta por reactivos de opción múltiple y verdadero o falso. Características de la evaluación: Modalidad asíncrona con Retroalimentación: automática y Calificación mínima aprobatoria de 80%. Para obtener la constancia o certificación correspondiente, el alumno deberá: Completar todas las actividades y materiales del curso, y alcanzar la calificación mínima aprobatoria en la evaluación final.</p>	
<b>Competencias Específicas</b>	Al término del módulo el participante es capaz de evaluar el nivel de condición física y entrenamiento de un individuo mediante la aplicación de pruebas de fuerza, resistencia, flexibilidad y análisis de masa muscular, ósea y grasa corporal, para establecer un diagnóstico inicial que permita planear programas de ejercicio acordes a sus características y objetivos.	
<b>El alumno es competente cuando presenta los siguientes:</b>	<b>Componente</b>	<b>Descripción</b>
	<b>Conocimientos</b>	Al término del módulo, el participante domina los principios de evaluación de la fuerza, resistencia, flexibilidad y composición corporal, así como los indicadores clave de nivel de entrenamiento, incluyendo masa muscular, masa ósea, grasa corporal, Índice Músculo Óseo y tiempo entrenando.
	<b>Actitud / Hábitos / Valores</b>	Al término del módulo, el participante demuestra ética profesional, objetividad en la valoración física, respeto por la integridad del paciente o atleta, atención al detalle y actitud crítica frente a interpretaciones no fundamentadas o sesgadas de los resultados.

	<b>Desempeños</b>	Al término del módulo, el participante aplica protocolos de evaluación estandarizados para medir fuerza, resistencia y flexibilidad, integra los resultados con indicadores de composición corporal y nivel de entrenamiento, y genera diagnósticos precisos que guían la planificación de programas de recomposición corporal.
	<b>Productos</b>	Al término del módulo, el participante elabora reportes claros y estructurados que documentan el nivel de entrenamiento, capacidad física y composición corporal de manera que sirvan como base objetiva para la toma de decisiones en entrenamiento y nutrición deportiva.
<b>Contenidos</b>	<b>Descripción</b>	
<b>Temas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nivel de entrenamiento acorde al desarrollo de la masa muscular.</li> <li>• Determinación de la masa ósea y residual.</li> <li>• Nivel de resultados acorde a la cantidad de grasa corporal.</li> <li>• Nivel de entrenamiento acorde al Índice Músculo Óseo.</li> <li>• Nivel de entrenamiento acorde al tiempo entrenando.</li> <li>• Diagnóstico de fuerza/resistencia del tren superior.</li> <li>• Diagnóstico de fuerza/resistencia del tren inferior.</li> <li>• Diagnóstico de flexibilidad del Core.</li> <li>• Diagnóstico de resistencia del Core.</li> </ul>	
<b>Actividades didácticas</b>	Video clases pre grabadas en la plataforma.	
<b>Evaluación parcial</b>	Examen con reactivos de opción múltiple y verdadero o falso, el cual se encuentra en la misma plataforma, dicho examen se realiza de forma asíncrona y con evaluación automática instantánea al momento de terminar, con calificación aprobatoria mínima de 80%.	
<b>Link Bibliografía</b>	Biografía colocada al final de las diapositivas, dicho material descargable en; <a href="https://www.wellogi.com/cursos/curso/nivel-de-entrenamiento/">https://www.wellogi.com/cursos/curso/nivel-de-entrenamiento/</a>	
<b>Link de Material didáctico</b>	Descargable en; <a href="https://www.wellogi.com/cursos/curso/nivel-de-entrenamiento/">https://www.wellogi.com/cursos/curso/nivel-de-entrenamiento/</a>	
<b>Observaciones:</b>	El presente Curso forma parte de un Diplomado con 7 Cursos en total, que dicho Diplomado totaliza 160 horas de Valor Curricular.	

### 3.1 DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN 3 DE 6

<b>Nombre del Módulo</b>	Educación Nutricional en el cambio de hábitos saludables en población general y Atletas Fitness (3ra Generación).	
<b>Fecha   horas</b>	Asíncrono. 2 horas con 31 minutos. 1 semana sugerida.	
<b>Responsable</b>	L.N. Luis Alberto Gómez Martín E.P.	
<b>Introducción</b>	En el presente modulo se enseñará al alumno los puntos clave que como profesional de la nutrición y el entrenamiento debemos de explicar con mayor detalle a la población general, con el objetivo de que los pacientes se involucren en la toma de decisiones acorde a su proceso de recomposición corporal.	
<b>Objetivo específico</b>	Al finalizar el curso, los alumnos participantes serán capaces de comprender los conceptos teórico prácticos indispensables para educar en cambio de hábitos saludables a los atletas y población general.	
<b>Metodología específica</b>	<p>Modalidad y estructura: El curso se desarrollará a través de la plataforma educativa institucional, combinando actividades sincrónicas y asincrónicas. El alumno deberá visualizar las video clases grabadas y participar en las sesiones en vivo, en las que podrá interactuar con el profesor y resolver dudas sobre los contenidos revisados. Sesiones en vivo, todos los miércoles a las 7:30 pm (hora del centro de México) con duración aproximada de entre 1 hora a 1.5 horas.</p> <p>Actividades formativas: Análisis y discusión de casos de estudio, Ejercicios prácticos y tareas aplicadas y Debates o foros dentro de la plataforma.</p> <p>El alumno contará con material complementario descargable, que incluirá: Presentaciones utilizadas en las clases, Lecturas complementarias y E-book con los contenidos esenciales del curso. Estos recursos estarán disponibles en la plataforma para su consulta y estudio posterior.</p> <p>Evaluación: Al finalizar el curso, el alumno deberá realizar una evaluación final en línea, compuesta por reactivos de opción múltiple y verdadero o falso.</p> <p>Características de la evaluación: Modalidad asíncrona con Retroalimentación: automática y Calificación mínima aprobatoria de 80%.</p> <p>Para obtener la constancia o certificación correspondiente, el alumno deberá: Completar todas las actividades y materiales del curso, y alcanzar la calificación mínima aprobatoria en la evaluación final.</p>	
<b>Competencias Específicas</b>	Al término del módulo el participante es capaz de diseñar e implementar estrategias de educación nutricional enfocadas en el balance energético, la conducta alimentaria y la selección adecuada de alimentos, con el fin de fomentar hábitos de autocontrol, prevenir riesgos de charlatanería nutricional y mejorar la adherencia a planes de recomposición corporal.	
<b>El alumno es competente cuando presenta los siguientes:</b>	<b>Componente</b>	<b>Descripción</b>
	<b>Conocimientos</b>	Al término del módulo, el participante comprende el balance energético, la composición corporal, la conducta alimentaria, principios de densidad energética y calórica, macronutrientes y micronutrientes críticos, guías nutricionales oficiales, etiquetas nutricionales y fundamentos de la nutrición deportiva, incluyendo estrategias para identificar información no confiable o pseudocientífica.

	<b>Actitud / Hábitos / Valores</b>	Al término del módulo, el participante demuestra ética profesional, respeto hacia la individualidad del paciente, actitud crítica frente a información no fundamentada, compromiso con la educación nutricional basada en evidencia y hábitos de autocontrol personal que refuerzan la coherencia entre recomendaciones y estilo de vida.
	<b>Desempeños</b>	Al término del módulo, el participante aplica técnicas de evaluación dietética y de conducta alimentaria, interpreta datos nutricionales y de composición corporal, orienta en la selección, compra, almacenamiento, preparación y consumo de alimentos, y adapta estrategias educativas y de autocontrol a las necesidades específicas de cada paciente o atleta.
	<b>Productos</b>	Al término del módulo, el participante genera planes de alimentación personalizados, guías educativas y reportes claros sobre hábitos alimentarios, balance energético y estrategias nutricionales, asegurando que sean comprensibles, prácticos y aplicables para la recomposición corporal y el rendimiento deportivo.
<b>Contenidos</b>	<b>Descripción</b>	
<b>Temas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Balance energético.</li> <li>• Composición corporal.</li> <li>• Conducta alimentaria.</li> <li>• Terapia cognitivo-conductual y Estimulo-respuesta.</li> <li>• Consejos para el autocontrol.</li> <li>• Sugerencias al momento de comprar alimentos.</li> <li>• Sugerencias al momento de almacenar alimentos.</li> <li>• Sugerencias al momento de preparar los alimentos.</li> <li>• Sugerencias al momento de comer fuera de casa.</li> <li>• Macronutrientes a disminuir en la dieta.</li> <li>• Guías nutricionales oficiales.</li> <li>• Densidad energética y densidad calórica.</li> <li>• Etiquetas nutricionales.</li> <li>• Generalidades de la nutrición deportiva.</li> <li>• Charlatanería nutricional.</li> </ul>	
<b>Actividades didácticas</b>	Video clases pre grabadas en la plataforma.	
<b>Evaluación parcial</b>	Examen con reactivos de opción múltiple y verdadero o falso, el cual se encuentra en la misma plataforma, dicho examen se realiza de forma asíncrona y con evaluación automática instantánea al momento de terminar, con calificación aprobatoria mínima de 80%.	
<b>Link Bibliografía</b>	Biografía colocada al final de las diapositivas, dicho material descargable en; <a href="https://www.wellogi.com/cursos/curso/educacion-nutricional/">https://www.wellogi.com/cursos/curso/educacion-nutricional/</a>	
<b>Link de Material didáctico</b>	Descargable en; <a href="https://www.wellogi.com/cursos/curso/educacion-nutricional/">https://www.wellogi.com/cursos/curso/educacion-nutricional/</a>	
<b>Observaciones:</b>	El presente Curso forma parte de un Diplomado con 7 Cursos en total, que dicho Diplomado totaliza 160 horas de Valor Curricular.	

<b>3.1 DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN 4 DE 6</b>					
<b>Nombre del Módulo</b>	Antropometría y Composición Corporal en población general y Atletas Fitness (3ra Generación).				
<b>Fecha   horas</b>	Asíncrono. 1 hora con 44 minutos. 2 semana sugerida.				
<b>Responsable</b>	L.N. Luis Alberto Gómez Martín E.P.				
<b>Introducción</b>	En el presente modulo se explicará y mostrará como se debe de realizar la toma de las mediciones antropométricas necesarias para obtener de forma práctica precisa los 4 componentes de la composición corporal; musculo, grasa hueso y órganos.				
<b>Objetivo específico</b>	Al finalizar el curso, los alumnos participantes serán capaces de aplicar las técnicas de evaluación cineantropometrica necesarias para descubrir la composición corporal de los atletas y población general.				
<b>Metodología específica</b>	<p>Modalidad y estructura: El curso se desarrollará a través de la plataforma educativa institucional, combinando actividades sincrónicas y asincrónicas. El alumno deberá visualizar las video clases grabadas y participar en las sesiones en vivo, en las que podrá interactuar con el profesor y resolver dudas sobre los contenidos revisados. Sesiones en vivo, todos los miércoles a las 7:30 pm (hora del centro de México) con duración aproximada de entre 1 hora a 1.5 horas.</p> <p>Actividades formativas: Análisis y discusión de casos de estudio, Ejercicios prácticos y tareas aplicadas y Debates o foros dentro de la plataforma.</p> <p>El alumno contará con material complementario descargable, que incluirá: Presentaciones utilizadas en las clases, Lecturas complementarias y E-book con los contenidos esenciales del curso. Estos recursos estarán disponibles en la plataforma para su consulta y estudio posterior.</p> <p>Evaluación: Al finalizar el curso, el alumno deberá realizar una evaluación final en línea, compuesta por reactivos de opción múltiple y verdadero o falso.</p> <p>Características de la evaluación: Modalidad asíncrona con Retroalimentación: automática y Calificación mínima aprobatoria de 80%.</p> <p>Para obtener la constancia o certificación correspondiente, el alumno deberá: Completar todas las actividades y materiales del curso, y alcanzar la calificación mínima aprobatoria en la evaluación final.</p>				
<b>Competencias Específicas</b>	Al término del módulo el participante es capaz de aplicar técnicas de medición antropométrica bajo estándares internacionales (ISAK), utilizando el equipo y protocolos adecuados, para determinar de forma válida y confiable los compartimentos corporales (grasa, masa muscular, masa ósea y masa residual) y calcular el Índice Músculo-Óseo.				
<b>El alumno es competente cuando presenta los siguientes:</b>	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Componente</th> <th>Descripción</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td> </td> <td> </td> </tr> </tbody> </table>	Componente	Descripción		
Componente	Descripción				

	<b>Conocimientos</b>	El participante comprende los principios del reglamento ISAK, planos corporales, marcación anatómica, tipos de mediciones (pliegues cutáneos, perímetros óseos y corporales), métodos para determinar grasa corporal, masa muscular, masa ósea y masa residual, así como el cálculo e interpretación del Índice Músculo-Óseo, con fundamentos en fisiología, anatomía y nutrición aplicada.
	<b>Actitud / Hábitos / Valores</b>	Demuestra ética profesional, precisión y responsabilidad en la toma de mediciones, respeto a la privacidad del paciente, compromiso con la estandarización de procedimientos y mejora continua, y actitud crítica frente a errores metodológicos o información no confiable.
	<b>Desempeños</b>	Aplica correctamente las técnicas de medición antropométrica, identifica sitios de marcación anatómica, selecciona y utiliza adecuadamente el equipo, registra y analiza los datos obtenidos, calcula índices corporales y genera diagnósticos objetivos y fundamentados que orienten la intervención nutricional o de entrenamiento.
	<b>Productos</b>	Entrega reportes claros y estructurados sobre composición corporal, incluyendo análisis de grasa corporal, masa muscular, masa ósea y residual, gráficos y valores de referencia, que permitan la toma de decisiones informadas y el seguimiento efectivo del progreso del paciente o atleta.
<b>Contenidos</b>	<b>Descripción</b>	
<b>Temas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ISAK y su reglamento.</li> <li>• Planos corporales.</li> <li>• Equipo antropométrico necesario.</li> <li>• Mediciones básicas.</li> <li>• Sitio de marcación anatómica.</li> <li>• Pliegues cutáneos.</li> <li>• Toma del panículo adiposo.</li> <li>• Perímetros óseos.</li> <li>• Perímetros corporales.</li> <li>• Determinación de grasa corporal.</li> <li>• Determinación de la masa muscular.</li> <li>• Determinación de masa ósea.</li> <li>• Determinación de masa residual.</li> <li>• Índice Músculo Óseo.</li> </ul>	
<b>Actividades didácticas</b>	Video clases pre grabadas en la plataforma.	
<b>Evaluación parcial</b>	Examen con reactivos de opción múltiple y verdadero o falso, el cual se encuentra en la misma plataforma, dicho examen se realiza de forma asincrónica y con evaluación automática instantánea al momento de terminar, con calificación aprobatoria mínima de 80%.	
<b>Link Bibliografía</b>	Biografía colocada al final de las diapositivas, dicho material descargable en; <a href="https://www.wellogi.com/cursos/curso/antropometria/">https://www.wellogi.com/cursos/curso/antropometria/</a>	
<b>Link de Material</b>	Descargable en; <a href="https://www.wellogi.com/cursos/curso/antropometria/">https://www.wellogi.com/cursos/curso/antropometria/</a>	



**Razón Social:** FITWELLTECH S.A.P.I. de C.V.  
**RFC:** FIL191210SQ5  
**Registro Público de Comercio. NCI:** 201900304825  
**Registro Público de Comercio. FME:** N-2019100690  
**Dirección operativa:** calle Pedro Moreno #81A,  
Colonia: Centro, CP: 47700. Capilla de Guadalupe, Jalisco, México.  
[www.wellogi.com](http://www.wellogi.com)

<b>Observaciones:</b>	El presente Curso forma parte de un Diplomado con 7 Cursos en total, que dicho Diplomado totaliza 160 horas de Valor Curricular.
-----------------------	--



<b>3.1 DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN 5 DE 6</b>		
<b>Nombre del Módulo</b>	Somatotipo y Somatocarta en población general y Atletas Fitness (3ra Generación).	
<b>Fecha   horas</b>	Asíncrono. 1 hora con 4 minutos. 1 semana sugerida.	
<b>Responsable</b>	L.N. Luis Alberto Gómez Martín E.P.	
<b>Introducción</b>	En el presente modulo se enseñará a calcular el somatotipo de la población general, a definir las características específicas de cada tipo de cuerpo, a graficarlo y compararlo con otros estándares o con el mismo paciente a lo largo del tiempo.	
<b>Objetivo específico</b>	Al finalizar el curso, los alumnos participantes serán capaces de aplicar las técnicas de evaluación cineantropometrica necesarias para descubrir el somatotipo específicos de los atletas y población general.	
<b>Metodología específica</b>	<p>Modalidad y estructura: El curso se desarrollará a través de la plataforma educativa institucional, combinando actividades sincrónicas y asincrónicas. El alumno deberá visualizar las video clases grabadas y participar en las sesiones en vivo, en las que podrá interactuar con el profesor y resolver dudas sobre los contenidos revisados. Sesiones en vivo, todos los miércoles a las 7:30 pm (hora del centro de México) con duración aproximada de entre 1 hora a 1.5 horas.</p> <p>Actividades formativas: Análisis y discusión de casos de estudio, Ejercicios prácticos y tareas aplicadas y Debates o foros dentro de la plataforma.</p> <p>El alumno contará con material complementario descargable, que incluirá: Presentaciones utilizadas en las clases, Lecturas complementarias y E-book con los contenidos esenciales del curso. Estos recursos estarán disponibles en la plataforma para su consulta y estudio posterior.</p> <p>Evaluación: Al finalizar el curso, el alumno deberá realizar una evaluación final en línea, compuesta por reactivos de opción múltiple y verdadero o falso.</p> <p>Características de la evaluación: Modalidad asíncrona con Retroalimentación: automática y Calificación mínima aprobatoria de 80%.</p> <p>Para obtener la constancia o certificación correspondiente, el alumno deberá: Completar todas las actividades y materiales del curso, y alcanzar la calificación mínima aprobatoria en la evaluación final.</p>	
<b>Competencias Especificas</b>	Al término del módulo el participante es capaz de identificar y clasificar los diferentes somatotipos corporales (endomorfismo, mesomorfismo y ectomorfismo), así como interpretar la somatocarta, con el fin de caracterizar la morfología individual y orientar estrategias de entrenamiento y nutrición personalizadas.	
<b>El alumno es competente cuando presenta los siguientes:</b>	<b>Componente</b>	<b>Descripción</b>
	<b>Conocimientos</b>	Comprende la teoría del somatotipo, los criterios de clasificación del Endomorfismo, Mesomorfismo y Ectomorfismo, la metodología de obtención de la somatocarta y su interpretación, así como la relación entre somatotipo, composición corporal, desempeño físico y necesidades nutricionales.
	<b>Actitud / Hábitos / Valores</b>	Demuestra ética profesional y respeto a la confidencialidad de los datos, precisión y cuidado en la toma de mediciones, compromiso con la mejora continua y actitud crítica frente a interpretaciones subjetivas o métodos no estandarizados.

	<b>Desempeños</b> Aplica correctamente los procedimientos para determinar somatotipos, clasifica adecuadamente los componentes corporales según estándares validados, genera la somatocarta de manera precisa y utiliza los resultados para guiar decisiones en nutrición, entrenamiento y seguimiento del rendimiento físico.
	<b>Productos</b> Entrega reportes claros y completos que incluyen el somatotipo, los valores de Endomorfismo, Mesomorfismo y Ectomorfismo, la somatocarta correspondiente y recomendaciones basadas en el perfil somático, útiles para la planificación de estrategias nutricionales y de entrenamiento.
<b>Contenidos</b>	<b>Descripción</b>
<b>Temas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Somatotipo.</li> <li>• Clasificación del Endomorfismo.</li> <li>• Clasificación del Mesomorfismo.</li> <li>• Clasificación del Ectomorfismo.</li> <li>• Somatocarta.</li> </ul>
<b>Actividades didácticas</b>	Video clases pre grabadas en la plataforma.
<b>Evaluación parcial</b>	Examen con reactivos de opción múltiple y verdadero o falso, el cual se encuentra en la misma plataforma, dicho examen se realiza de forma asíncrona y con evaluación automática instantánea al momento de terminar, con calificación aprobatoria mínima de 80%.
<b>Link Bibliografía</b>	Biografía colocada al final de las diapositivas, dicho material descargable en; <a href="https://www.wellogi.com/cursos/curso/somatotipo/">https://www.wellogi.com/cursos/curso/somatotipo/</a>
<b>Link de Material</b>	Descargable en; <a href="https://www.wellogi.com/cursos/curso/somatotipo/">https://www.wellogi.com/cursos/curso/somatotipo/</a>
<b>Observaciones:</b>	El presente Curso forma parte de un Diplomado con 7 Cursos en total, que dicho Diplomado totaliza 160 horas de Valor Curricular.

<b>3.1 DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN 6 DE 6</b>		
<b>Nombre del Módulo</b>	Interpretación de Exámenes de Laboratorio en población general y Atletas Fitness (3ra Generación).	
<b>Fecha   horas</b>	Asíncrono. 3 horas con 5 minutos. 2 semanas sugeridas.	
<b>Responsable</b>	L.N. Luis Alberto Gómez Martín E.P.	
<b>Introducción</b>	En el presente modulo se enseñará y explicará al alumno como analizar diversos y variados estudios de laboratorio, a interpretar los resultados dentro del espectro de salud o enfermedad, asi como a contextualizar dichos resultados en la situación integral de los pacientes.	
<b>Objetivo específico</b>	Al finalizar el curso, los alumnos participantes serán capaces de identificar los valores laboratoriales positivos y negativos de los atletas y población general.	
<b>Metodología específica</b>	<p>Modalidad y estructura: El curso se desarrollará a través de la plataforma educativa institucional, combinando actividades sincrónicas y asincrónicas. El alumno deberá visualizar las video clases grabadas y participar en las sesiones en vivo, en las que podrá interactuar con el profesor y resolver dudas sobre los contenidos revisados. Sesiones en vivo, todos los miércoles a las 7:30 pm (hora del centro de México) con duración aproximada de entre 1 hora a 1.5 horas.</p> <p>Actividades formativas: Análisis y discusión de casos de estudio, Ejercicios prácticos y tareas aplicadas y Debates o foros dentro de la plataforma.</p> <p>El alumno contará con material complementario descargable, que incluirá: Presentaciones utilizadas en las clases, Lecturas complementarias y E-book con los contenidos esenciales del curso. Estos recursos estarán disponibles en la plataforma para su consulta y estudio posterior.</p> <p>Evaluación: Al finalizar el curso, el alumno deberá realizar una evaluación final en línea, compuesta por reactivos de opción múltiple y verdadero o falso.</p> <p>Características de la evaluación: Modalidad asíncrona con Retroalimentación: automática y Calificación mínima aprobatoria de 80%.</p> <p>Para obtener la constancia o certificación correspondiente, el alumno deberá: Completar todas las actividades y materiales del curso, y alcanzar la calificación mínima aprobatoria en la evaluación final.</p>	
<b>Competencias Específicas</b>	Al término del módulo el participante es capaz de analizar e interpretar los principales perfiles de laboratorio (renal, hepático, endocrino, lipídico, hematológico, inmunológico, entre otros), con el objetivo de integrar dichos resultados en la valoración del estado de salud y sustentar decisiones en nutrición y entrenamiento de manera ética y profesional.	
<b>El alumno es competente cuando presenta los siguientes:</b>	<b>Componente</b>	<b>Descripción</b>
	<b>Conocimientos</b>	Comprende los fundamentos fisiológicos y bioquímicos de los diferentes perfiles clínicos (renal, electrolítico, proteico, hepático, tiroideo, glucémico, endocrino, gonadal, lipídico, anémico, inmunológico, plaquetario, gastroenterológico y vitamínico), así como la interpretación de gasometrías y sus implicaciones en el estado nutricional y de salud de la población general y atletas.
	<b>Actitud / Hábitos / Valores</b>	Demuestra responsabilidad profesional, ética en el manejo de la información confidencial, rigor científico en la interpretación de resultados, actitud crítica frente a diagnósticos automatizados y compromiso con la mejora continua del conocimiento clínico.

	<b>Desempeños</b>	Analiza y correlaciona los resultados de los exámenes de laboratorio con la información antropométrica, dietética y de entrenamiento, identificando posibles alteraciones nutricionales, metabólicas o fisiológicas, y proponiendo estrategias de intervención basadas en evidencia.
	<b>Productos</b>	Elabora reportes clínicos claros, estructurados y funcionales, que integren los hallazgos de los distintos perfiles de laboratorio, facilitando la toma de decisiones para el diseño de planes nutricionales, de entrenamiento y de seguimiento de la salud en pacientes y atletas.
<b>Contenidos</b>	<b>Descripción</b>	
<b>Temas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Perfil renal</li> <li>• Perfil electrolítico</li> <li>• Perfil proteico</li> <li>• Perfil hepático</li> <li>• Perfil tiroideo</li> <li>• Perfil glucémico</li> <li>• Perfil endocrino</li> <li>• Perfil gonadal</li> <li>• Perfil lipídico</li> <li>• Perfil anémico</li> <li>• Perfil inmunológico</li> <li>• Perfil plaquetario</li> <li>• Perfil gastroenterológico</li> </ul>	
<b>Actividades didácticas</b>	Video clases pre grabadas en la plataforma.	
<b>Evaluación parcial</b>	Examen con reactivos de opción múltiple y verdadero o falso, el cual se encuentra en la misma plataforma, dicho examen se realiza de forma asíncrona y con evaluación automática instantánea al momento de terminar, con calificación aprobatoria mínima de 80%.	
<b>Link Bibliografía</b>	Biografía colocada al final de las diapositivas, dicho material descargable en; <a href="https://www.wellogi.com/cursos/curso/interpretacion-de-examenes-de-laboratorio/">https://www.wellogi.com/cursos/curso/interpretacion-de-examenes-de-laboratorio/</a>	
<b>Link de Material didáctico</b>	Descargable en; <a href="https://www.wellogi.com/cursos/curso/interpretacion-de-examenes-de-laboratorio/">https://www.wellogi.com/cursos/curso/interpretacion-de-examenes-de-laboratorio/</a>	
<b>Observaciones:</b>	El presente Curso forma parte de un Diplomado con 7 Cursos en total, que dicho Diplomado totaliza 160 horas de Valor Curricular.	

4. DESCRIPCIÓN DE CIERRE	
<b>Link de encuesta de satisfacción</b>	Encuesta disponible al finalizar todos los Exámenes y el Trabajo final, esta está en la plataforma; <a href="https://www.wellogi.com/cursos/curso/certificacion-en-evaluacion-del-estado-de-salud-y-composicion-corporal/">https://www.wellogi.com/cursos/curso/certificacion-en-evaluacion-del-estado-de-salud-y-composicion-corporal/</a>
<b>Clausura</b>	Al ser un evento académico asincrónico, no tiene ninguna clausura.



**Razón Social:** FITWELLTECH S.A.P.I. de C.V.  
**RFC:** FIL191210SQ5  
**Registro Público de Comercio. NCI:** 201900304825  
**Registro Público de Comercio. FME:** N-2019100690  
**Dirección operativa:** calle Pedro Moreno #81A,  
Colonia: Centro, CP: 47700. Capilla de Guadalupe, Jalisco, México.  
[www.wellogi.com](http://www.wellogi.com)

#### 5. POST-EVENTO

**Link a encuesta de satisfacción**

Se accede a la Encuesta de Satisfacción al terminar los Exámenes finales y el Trabajo final, y dicha encuesta se debe de completar para que el alumno pueda obtener automáticamente su Certificado final.

#### ATENTAMENTE

Capilla de Guadalupe, Jalisco, México. Lunes, 2-3-2026.

  


**L. L.N. Luis Alberto Gómez Martín E.P.**

**Cedula Profesional Federal:** 11084284. **Cedula Profesional de Jalisco:** PEJ368344.

**Constancia de Situación Profesional:** 000290189.

**Registro como entrenador:** 21MSU1222S/EMP/2016-10 y 21MSU1228/NEF/08/2016

**Afiliación a la Federación Mexicana de Nutrición Deportiva:** S-01-2016-000180

**Estándares de Competencia SEP-CONOCER:** EC0366, EC0050 y EC0336.

**Agente Capacitador Externo (ACE) ante la Secretaría del Trabajo y Previsión Social (STPS):** GOML-910814-KU3-0005.

**Teléfono de contacto:** (+52) 3781130544. **Correo electrónico:** ceoluis@wellogi.com

**Director Ejecutivo (CEO) & Founder:** FitWellTech S.A.P.I. de C.V. / Wellogi ®.

**CURP:** GOML910814HJCMRS07 y **RFC:** GOML910814KU3

