



## **CONTENIDO CURRICULAR DEL CURSO ENTRENAMIENTO PARA ENFERMEDADES METABÓLICAS: OBESIDAD – DIABETES – HIPERTENSIÓN ARTERIAL**

### **MÓDULO 1 – OBESIDAD**

- Conceptualización
- Estadísticas
- Fisiología
- Procesos Metabólicos
- Sistema Oxidativo
- Oxidación de las grasas
- Planificación del Entrenamiento
- Casos de Éxito

### **MÓDULO 2 – VALORACIÓN ANTROPOMÉTRICA**

- Calculadoras de adiposidad corporal
- Medir adiposidad corporal por pliegues cutáneos
- Medición de perímetros
- Índice de masa corporal

### **MÓDULO 3 – DIABETES**

- Conceptos
- Estadísticas
- Valores deseables
- Diabetes tipo 1
- Diabetes tipo 2
- Hiperglucemia
- Hiperinsulinemia
- Fisiología
- Dosificación de ejercicios

### **MÓDULO 4 – HIPERTENSIÓN ARTERIAL**

- Conceptos
- Estadísticas
- Fisiología
- Valores deseables
- Dosificación de ejercicios
- Ejercicios contraindicados
- Aterosclerosis y arterosclerosis
- Colesterol

