



**ESCUELA DE GRADUADOS
ASOCIACIÓN MEDICA ARGENTINA**

(54-11) 5276-1040 Int. 212/213/214

egama@ama-med.org.ar

Av. Santa Fe 1171 - C1059ABF - Buenos Aires Argentina

www.ama-med.org.ar





ESCUELA DE GRADUADOS
ASOCIACIÓN MÉDICA ARGENTINA



Programa de Curso

Lo esencial en Fisiología del ejercicio

Online 2026

Director

Dr. Osvaldo Jarast

Cuerpo docente

Coordinación: Lic. Magali Montes Barnettson

Dr. Osvaldo Jarast, Dr. Walter Dzurovcin, Lic. Magali Montes Barnettson

Calendario

Fecha de inicio: 9/03/2026

Fecha de fin: 30/06/2026

El curso se dicta en modalidad online.

Espacios sincrónicos de encuentro: Jueves 19hs

Carga horaria: 40 hs

Destinatarios

Profesionales de todas las áreas de la Salud. Lic. en Nutrición, Lic. en Actividad Física y Deporte, Médicos, Estudiantes de dichas carreras, Entrenadores, Profesores de Educación Física, Instructores, Kinesiólogos, Programadores Deportivos, Profesionales de la Salud y el Deporte en general.



Presentación e interés del curso

La fisiología del ejercicio es crucial en la formación deportiva porque permite optimizar el rendimiento, prevenir lesiones y personalizar entrenamientos, al explicar cómo el cuerpo responde al esfuerzo (sistemas cardiovasculares, musculares, metabólicos) y se adapta con la práctica, lo que lleva a mejoras en la fuerza, resistencia y eficiencia energética, asegurando programas más seguros y efectivos para cada atleta.

Objetivos

- Comprender Bioquímica Nutricional de la energía
- Conocer Adaptaciones fisiológicas al ejercicio
- Analizar Factores que influyen en la utilización de los sustratos
- Determinar Bases de la actividad física

Acerca del curso

A lo largo del siguiente curso, aprenderás como la práctica regular y sistemática de actividad física, genera adaptaciones fisiológicas en el organismo, siendo este un factor determinante no solo en el gesto deportivo sino también en la mejora de la calidad de vida y la prosperidad. De esta manera, entender cómo las adaptaciones que ocurren a nivel de la utilización de la energía, las adaptaciones musculares, cardiovasculares, enzimáticas, mitocondriales, a nivel de la composición corporal entre otras; nos permite enfocar un programa de entrenamiento específico para tales propósitos.

PLAN DE ESTUDIOS

Contenidos

MÓDULO 1 : Bioquímica Nutricional de la energía

- Sistemas energéticos
- Capacidad aeróbica
- Cociente respiratorio. Consumo máximo de oxígeno
- Recuperación

MÓDULO 2: Adaptaciones fisiológicas al ejercicio

- Adaptaciones musculares
- Cambios en las enzimas oxidativas
- Cambios en la sensibilidad hormonal
- Modificaciones mitocondriales y de la tasa de mioglobina
- Adaptaciones cardiovasculares a la carga del ejercicio



Programa de Curso

MÓDULO 3: Factores que influyen en la utilización de los sustratos

- Concepto de Intensidad, duración, tipo de ejercicio, alimentación, nivel de entrenamiento, enfermedades coexistentes, variables genéticas, factores ambientales.
- Concepto ligado a la carga del entrenamiento

MÓDULO 4: Bases de la actividad física

- Capacidades físicas y entrenamiento de dichas capacidades
- Conceptos básicos de actividad física
- Tipos de capacidades físicas
- Componentes de la carga de trabajo
- Entrenamiento deportivo de las capacidades físicas y su metodología
- Síndrome de adaptación general

Cronograma

<https://docs.google.com/document/d/1muVvWICffE-KtC8tnR2WkxIWGchjnfqTWpmWhI-uJ2g/edit?usp=sharing>

Requisitos

Profesionales: Título terciario o universitario y Doc. de Identidad

Estudiantes: Constancia de Alumno Regular y Doc. de Identidad.

Condiciones de aprobación

60%

Aranceles

Inversión total \$400000.-

1. 4 cuotas mensuales sin interés de \$100000 c/u.-*
2. Podrá pagar la totalidad del curso en un pago de \$300000- obteniendo un -25% de descuento para socios AMA antes del inicio del curso.



Programa de Curso

3. Podrá pagar la totalidad del curso en un pago de \$340000.- obteniendo un -15% de descuento antes del inicio del curso.
4. Ventana de descuento 30% en un pago hasta el 21/02/2026: \$ 280000
5. Total del curso a partir del 9/03/2026: \$400000.-

Canales de pago

- A través de la intranet del socio de forma online con Tarjeta de Crédito o Débito o generando un cuponera para pagofacil o rapipago
www.ama-med.org.ar/login
- Pagomiscuentas a través de homebanking

Consultas

magamontesbarnetson@gmail.com



**ESCUELA DE GRADUADOS
ASOCIACIÓN MÉDICA ARGENTINA**



Programa de Curso

CERTIFICACIÓN

Escuela de Graduados de la Asociación Médica Argentina

“Inscripta con el N° 1 en el Registro Público de Centros de Investigación e Instituciones de Formación Profesional Superior del Ministerio de Educación, Ciencia y Tecnología de la Nación (Resol. 389)”

