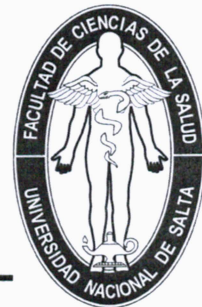




Universidad Nacional de Salta
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

AV. BOLIVIA 5150 – A4408FVY SALTA
REPUBLICA ARGENTINA
TELEF. (0387) 4255404/330/332
TELEF. FAX (0387) 4255456



RESOLUCION -CD- N°

574-19

Salta, **07 OCT 2019**
Expediente N° 12.407/19

VISTO: La nota presentada, por el Est. LÓPEZ, Nahuel David, solicitando la aprobación del Curso de Extensión Universitaria denominado “NUTRICIÓN Y DEPORTE”, organizada por la agrupación TODOS X SALUD; y,

CONSIDERANDO

Que tiene como objetivo desarrollar un encuentro para compartir con los estudiantes y graduados sobre la importancia de la nutrición en el deporte y la danza profesional.

Que está destinado a los estudiantes de la Licenciatura de Nutrición de la Universidad Nacional de Salta; de la Universidad Católica de Santiago del Estero; Sede Jujuy, estudiantes del Profesorado de Educación Física de Universidad Católica de Salta y otros Institutos superiores de Formación Profesional de la Provincia de Salta; y personas interesadas.

Que la Dirección General Económica, a fojas 17, eleva informe económico del curso.

Que la Secretaría de Postgrado y Extensión al Medio, a fojas 24, presenta informe sugiriendo su aprobación.

POR ELLO; en uso de las atribuciones que le son propias, y atento a lo aconsejado por la Comisión de Docencia, Investigación y Disciplina en despacho N° 289/19;

EL CONSEJO DIRECTIVO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

(En Sesión Ordinaria N° 13/19 del 03/09/19)

RESUELVE

ARTÍCULO 1º. Aprobar la realización del Curso de Extensión Universitaria denominado “NUTRICIÓN Y DEPORTE”, organizado por la agrupación TODOS X SALUD, que se realizará el día 26 de Octubre de 2.019.

ARTÍCULO 2º. Establecer que el mismo se realizará de acuerdo a los lineamientos que se detallan a continuación:



Universidad Nacional de Salta
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

AV. BOLIVIA 5150 – A4408FVY SALTA
REPUBLICA ARGENTINA
TELEF. (0387) 4255404/330/332
TELEF. FAX (0387) 4255456



RESOLUCION -CD- N°

574-19

07 OCT 2019
Salta,
Expediente N° 12.407/19

“Nutrición y deporte”

INTRODUCCIÓN

La salud depende, en gran medida, de los alimentos que se ingieren. La nutrición es un complejo sistema de mecanismos físicos y químicos integrados de forma interactiva con todas las demás funciones del organismo. Los seres vivos necesitan energía para realizar sus funciones y en el ser humano, la nutrición, es el modo más básico de lograrlo.

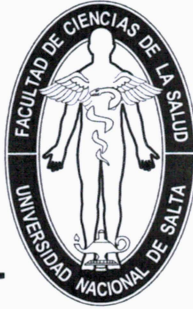
La nutrición deportiva es un área de estudio relativamente nueva, cuyo objetivo es la aplicación de los principios nutricionales como contribución al mantenimiento de la salud y la mejora del rendimiento. Como el resto de las áreas de esta ciencia, la nutrición deportiva se encuentra en un proceso de cambio y evolución constantes de acuerdo con los progresos en el rendimiento de los atletas y de la salud de la población. Logrando a través de los conocimientos de las diferentes disciplinas deportivas y la fisiología del ejercicio, optimizar el papel de la nutrición deportiva, asegurando a través de diversos estudios científicos la cantidad y el momento de indicarlos.

La dieta de una persona activa debe cubrir las demandas energéticas de la actividad realizada, para mantener un peso corporal adecuado. La ingesta de calorías de una persona sedentaria debe abarcar la cantidad suficiente de éstas, para poder realizar actividades diarias como son vestirse, peinarse, estudiar, trabajar, etc. Pero una persona que realiza actividad física necesita un a La alimentación debe ser adecuada tanto en calidad como en cantidad, porque debe reponer la energía gastada durante la actividad física, debe evitar la aparición de un estado posterior de cansancio o de agotamiento y aportar hidratos de



Universidad Nacional de Salta
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

AV. BOLIVIA 5150 – A4408FVY SALTA
REPUBLICA ARGENTINA
TELEF. (0387) 4255404/330/332
TELEF. FAX (0387) 4255456



RESOLUCION -CD- N°

574-19

07 OCT 2019

Salta,

Expediente N° 12.407/19

carbono, proteínas, grasas, minerales y vitaminas proporcionales a la actividad física que se realiza y a las características concretas de la persona. Aporte de calorías acorde a la frecuencia, a la intensidad y a la duración de la misma.

En el rendimiento de una persona activa influyen diversos factores, entre otros, el entrenamiento, la genética y la alimentación. Éste último es un factor muy importante a la hora de mejorar el éxito en un deporte, hasta tal punto que el tiempo de entrenamiento y de preparación puede verse afectados por una incorrecta alimentación.

El deportista espera de la intervención del nutricionista la optimización de su estado de salud, el compromiso en la búsqueda del mayor rendimiento deportivo con una recuperación rápida, una planificación realista de los objetivos, la individualización de las pautas a asignar, calidez en la atención, respeto y contemplación de las situaciones puntuales planteadas, educación alimentaria nutricional, explicación concreta sobre las ayudas ergogénicas y actualización permanente; para ello es importante la observación del contexto socioeconómico del deportista, la evaluación de la influencia de factores ambientales sobre el rendimiento y el análisis de las características cine antropométricas en relación con la alimentación y la disciplina deportiva son algunos de los requisitos esenciales de los profesionales que trabajan en el área de la nutrición en el deporte.

Ante la creciente actualización de la disciplina y la gran demanda de conocimiento de la misma, es que deseamos acercar la información científica a la comunidad universitaria a través de disertantes expertos en el área, que no sólo teorizan, sino que investigan y ponen en práctica lo aprendido.

COMISIÓN ORGANIZADORA



Universidad Nacional de Salta
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

AV. BOLIVIA 5150 – A4408FVY SALTA
REPUBLICA ARGENTINA
TELEF. (0387) 4255404/330/332
TELEF. FAX (0387) 4255456



RESOLUCION -CD- N°

574-19

07 OCT 2019

Salta,
Expediente N° 12.407/19

Entidad organizadora: Agrupación Estudiantil "TODOS X SALUD"

Coordinadores:

Est. LOPEZ Nahuel David (DNI: 37.303.370)

Est. MORENO VASQUEZ Héctor Benito Arnaldo (DNI:37.775.999)

Colaboradores:

Est. CARRIZO Elena Noemí (DNI:32.170.478)

Est. CALAPEÑA Teresita María del Valle (DNI:36.480.736)

Est. BUSTAMANTE María Verónica (DNI: 34.910.674)

Est. MENDEZ Ana Cristina (DNI: 42.269.332)

Est. PONCE Casandra Daiana (DNI:36.419.657)

Est. SALVATIERRA Camila (DNI: 38211068)

Est. TORINA María Florencia (DNI:39.782.143)

OBJETIVOS

General:

Desarrollar un encuentro para compartir con los estudiantes y graduados sobre la importancia de la nutrición en el deporte y la danza profesional.

Específicos:

- Reconocer la importancia de una alimentación correcta sobre el rendimiento físico-deportivo y la salud del deportista.



Universidad Nacional de Salta FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

AV. BOLIVIA 5150 – A4408FVY SALTA
REPUBLICA ARGENTINA
TELEF. (0387) 4255404/330/332
TELEF. FAX (0387) 4255456



RESOLUCION -CD- Nº

574-19

Salta, 07 OCT 2019
Expediente Nº 12.407/19

- Conocer el estilo de vida del deportista: relacionado con la elección de los alimentos, hábitos y uso de alimentos y complementos nutricionales.
- Reconocer estilos alimenticios vegetarianos y veganos que pueden satisfacer adecuadamente las necesidades alimenticias de los atletas, y pueden soportar satisfactoriamente programas de entrenamiento intenso.
- Conocer, comprender y entender el contexto sociológico y psicológico de los deportistas y bailarines, para una adecuada intervención dietético-nutricional.

CONTENIDOS

- ¿Están los deportistas vegetarianos en desventaja deportiva?
- Comunicación nutrición deportiva: el desafío de ser serios
- Hidratación en deporte de alto rendimiento
- Educación emocional, nutrición y deporte
- Suplementación deportiva

METODOLOGÍA

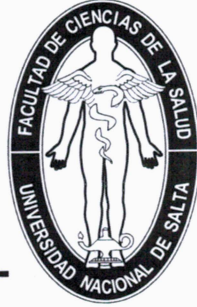
La transferencia de conocimientos es una herramienta poderosa y necesaria, pero para que esto conocimientos sean efectivos deben vincularse a implementaciones prácticas llevadas a cabo por los docentes y alumnos en la que predominará el diálogo, la participación y que pueda también existir intercambio de opiniones desarrollando competencias que favorezcan y brinden herramientas a los participantes de la Jornada para poder trabajar en equipo y

X
Juan



Universidad Nacional de Salta
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

AV. BOLIVIA 5150 – A4408FVY SALTA
REPUBLICA ARGENTINA
TELEF. (0387) 4255404/330/332
TELEF. FAX (0387) 4255456



RESOLUCION -CD- N°

574-19

Salta, **07 OCT 2019**
Expediente N° 12.407/19

desenvolverse autónomamente en diferente contextos sociales y laborales respetando y defendiendo los derechos humanos.

A los fines de lograr el objetivo planteado, la modalidad que se implementará en esta capacitación será la presencial, en donde se expondrán los temas a tratar presentados por expertos en el área; cada disertación trabajará lo contenidos propuestos en este proyecto mediante exposición oral. Se utilizarán diversos recursos de apoyo educativo como power point, proyección de videos, análisis de noticias y videos de casos reales.

PROGRAMA

HORA	ACTIVIDAD	RESPONSABLE
12:00 - 12:45	Acreditación	Estudiantes colaboradores
12:50 - 13:10	Apertura	Comisión organizadora
13:15 - 14:05	Educación emocional, nutrición y deporte	Lic. Claudio Sánchez
14:10 - 15:05	Suplementación deportiva	Lic. Luciano Spena
15:10 - 15:25	Breve intermedio	
15:30 - 16:25	¿Están los deportistas vegetarianos en desventaja deportiva?	Lic. Federico Cilio
16:30 - 16:55	Break	Comisión organizadora
17:00 - 17:55	Comunicación nutrición deportiva: el desafío de ser serios	Lic. Claudio Sánchez
18:00 - 18:50	Hidratación en deporte de alto rendimiento	Lic. Luciano Spena
18:55 - 19:00	Cierre	Estudiantes colaboradores



Universidad Nacional de Salta
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

AV. BOLIVIA 5150 – A4408FVY SALTA
REPUBLICA ARGENTINA
TELEF. (0387) 4255404/330/332
TELEF. FAX (0387) 4255456



RESOLUCION -CD- N°

574-19

07 OCT 2019

Salta,
Expediente N° 12.407/19

DISERTANTES

- Lic. en Nutrición Luciano Spena
- Lic. en Nutrición Claudio Sánchez
- Lic. en Nutrición Federico Cilio

IDENTIFICACIÓN

Destinatarios: estudiantes de la Licenciatura de Nutrición de la Universidad Nacional de Salta y de la Universidad Católica de Santiago del Estero Sede Jujuy, estudiantes del Profesorado de Educación Física de la Universidad Católica de Salta y otros Institutos Superior de Formación Profesional de la Provincia de Salta y personas interesadas.

Fecha, hora y lugar: sábado 26/10/2019, de 12:00 a 19:00, en el anfiteatro G-400.

Cupo:

Mínimo: 200 asistentes.

Máximo: 400 asistentes

Inscripción-acreditación: se realizará a través de un formulario proporcionado por la Comisión Organizadora; este deberá ser presentado en el Dirección de Postgrado y Carreras Docentes (1° piso – Fac. Salud – UNSa) previo pago del arancel correspondiente en Dirección Administrativa-Económica (1° piso – Fac. Salud – UNSa).

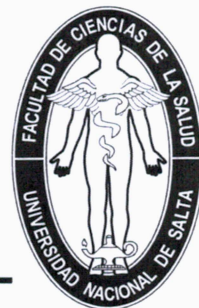
Arancel:

- Estudiantes de Nutrición, y estudiantes interesados de otras carreras, de la UNSa:



Universidad Nacional de Salta
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

AV. BOLIVIA 5150 – A4408FVY SALTA
REPUBLICA ARGENTINA
TELEF. (0387) 4255404/330/332
TELEF. FAX (0387) 4255456



RESOLUCION -CD- N°

574-19

07 OCT 2019

Salta,
Expediente N° 12.407/19

\$ 200

- Estudiantes del Profesorado de Educación Física y de la Licenciatura en Nutrición U.C.S.E. Jujuy: \$ 300
- Graduados de la Licenciatura en Nutrición y del Profesorado en Educación Física y otros interesados: \$400

Carga horaria: un total de 7 horas reloj.

PRESUPUESTO

Dada la importancia de la formación propuesta para los estudiantes, se efectúa el cobro de inscripción a los participantes para poder cubrir insumos de librería, break, hospedaje de disertantes, viáticos y honorarios de los disertantes.

En cuanto a los pasajes de avión desde el Decanato se autorizó la compra de pasajes para los disertantes la cual se solicitó mediante nota para poder cubrir los mismos.

El siguiente presupuesto se realiza en base al cupo mínimo, y de acuerdo a las inscripciones se irá adecuando los gastos necesarios: insumos break, artículos de librería, viáticos y honorarios.

INGRESOS	
Pago de inscripción en base a 100 estudiantes UNSa x \$ 200	\$ 20.000
Pago de inscripción en base a 85 estudiantes externos x\$ 300	\$ 25.500
Pago de inscripción en base a 10 graduados y otros interesados x\$ 400	\$ 4.000
Becas de inscripción en base a 05 estudiantes UNSa	-



Universidad Nacional de Salta
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

AV. BOLIVIA 5150 – A4408FVY SALTA
REPUBLICA ARGENTINA
TELEF. (0387) 4255404/330/332
TELEF. FAX (0387) 4255456



RESOLUCION -CD- N°

574-19

Salta, 07 OCT 2019
Expediente N° 12.407/19

EGRESOS	
Honorarios de disertante Lic. Luciano Spena	\$ 8.000
Honorarios de disertante Lic. Claudio Sanchez	\$ 5.000
Honorarios de disertante: Lic. Federico Cilio	\$ 5.000
Insumos break	\$ 10.000
Artículos de librería (folletería, impresión hojas, cronogramas, lapiceras y dos banner para difusión)	\$ 6.000
Viáticos (traslado de los disertantes: de aeropuerto a hospedaje, de hospedaje a UNSa, de UNSa a hospedaje, de hospedaje a aeropuerto; almuerzo y cena)	\$ 5.000
Hospedaje de los disertantes x 3 días	\$ 5.000
10% a la Facultad de Ciencias de la Salud - Res. C.S. N° 128/99	\$ 4.950

En el caso de existir un superávit solicitamos se reserve para una próxima actividad de la entidad organizadora.

EVALUACIÓN

Evaluar constituye un proceso sistemático, metódico y neutral que hace posible el conocimiento de los efectos de un programa o proyecto, relacionándolos con las metas propuestas y los recursos movilizados. Asimismo, se podría decir que la evaluación es un proceso que facilita la identificación, la recolección y la interpretación de información útil a los encargados de tomar decisiones y a los responsables de la ejecución y gestión de proyectos.

Teniendo en cuenta lo expuesto anteriormente se realizará una evaluación mixta a través de: *encuesta de opinión* de los colaboradores respecto a la campaña, registro de participación de donantes voluntarios, *observación continua* y *registro digital* de las actividades (vídeos y fotografías).

CERTIFICACIÓN

La *certificación* será emitida por la Secretaría de Postgrado, Investigación y Extensión al Medio.



Universidad Nacional de Salta
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

AV. BOLIVIA 5150 – A4408FVY SALTA
REPUBLICA ARGENTINA
TELEF. (0387) 4255404/330/332
TELEF. FAX (0387) 4255456



RESOLUCION -CD- N°

574-19

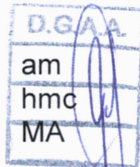
07 OCT 2019

Salta,
Expediente N° 12.407/19

Los certificados serán refrendados por el Decano o Vicedecano y el Secretario de Postgrado, Investigación y Extensión al Medio de la Facultad de Ciencias de la Salud y el Coordinador del evento.

En dicho diploma se detalla la condición según la participación que tuvo cada persona en el evento, además se especifica el “nombre del evento” y “numero de resolución aprobatoria”.

ARTÍCULO 3º. Hágase saber y remítase copia a: Est. LÓPEZ Nahuel David, Dirección Administrativa Económica, Secretaría de Postgrado, Investigación y Extensión al Medio de esta Facultad y siga a Dirección General Administrativa Académica – Dirección de Postgrado, a sus efectos.



Lic. ENZO GONZALEZ de OLIVEIRA
Secretaría de Postgrado, Investigación
y Extensión al medio
Facultad de Ciencias de la Salud - UNSa



Lic. CARLOS ENRIQUE PORTAL
Coordinador
Facultad de Ciencias de la Salud - UNSa