



PROYECTO CURSOS DE POSTÍTULO

Tipo de Curso:	Curso de Actualización
Nombre del Curso:	Ejercicio en población con disfunciones metabólicas.
Director del Curso:	Klgo. Edgardo Opazo D.
Coordinadora del Curso:	Klgo. Karen Rouliez
Académicos Responsables:	Klgo. Edgardo Opazo D y Klgo. Karen Rouliez.
Unidad Académica que respalda el Curso:	Departamento de Kinesiología
Versión N°:	1
Modalidad:	Online
Horas Totales:	27 (1 crédito)
Días y Horarios:	No aplica

Lugar:	Plataforma Web U-Cursos. Facultad de Medicina, Universidad de Chile
Destinatarios:	Profesionales universitarios que se desenvuelvan en el ámbito de la actividad física.
Cupo Alumnos:	Mínimo 3 y máximo 40 estudiantes.
Requisitos:	Título profesional universitario grado de licenciado. Recursos necesarios que debe tener el estudiante para el desarrollo del diploma: – Computador personal con cámara y micrófono. (Procesador Intel Celeron serie N4000/N5000 de cuatro núcleos / Procesador Intel i3 de 7.ª generación / Procesador Intel i5 de 6.ª generación / AMD Ryzen 3 3300U / 4 GB de memoria) – Sistema operativo para computador compatible. (Apple MacOS / Microsoft Windows) – Internet con capacidad y estabilidad para poder utilizar soporte web (Red domiciliaria se sugiere mayor a 1 Mb y/o móvil 3G o superior). – Banda o equipo de medición de frecuencia cardíaca



	– Smartphone para registrar actividades prácticas y complementar uso de computador personal. <i>(Smartphone con un máximo de 2 años de antigüedad, con sistema operativo Android 6.0 o superior / iOS 12.0 o superior).</i> – Manejo medio de idioma español.
Aranceles:	\$ 200.000 (doscientos mil pesos) (250 USD)
Descuentos:	– 15% de descuento a exalumnos de la Escuela de Kinesiología (1 cupo) – 50% de descuento a profesionales de la Facultad de Medicina y Hospital Clínico de la Universidad de Chile (1 cupo). – 25% de descuento a profesionales de la salud del sector público (2 cupos) – 25% de descuento a profesionales de otras facultades de la Universidad de Chile (1 cupo). – 25% de descuento a profesionales de zonas extremas <i>*La asignación de estos cupos será por orden de inscripción.</i>
Fecha de Inicio y término:	Inicio 27 de octubre 2025 Finalización 23 de Noviembre 2025
Informaciones e Inscripciones:	cursoskinesiologia@med.uchile.cl – krouliez@uchile.cl Secretaria Srta. Adriana Lizana, Fono: 229786513

FIRMA Y TIMBRE
DIRECTOR
UNIDAD ACADÉMICA



1.- Fundamentos, antecedentes que justifican la necesidad de dictar el programa.

La obesidad y la diabetes mellitus tipo 2 constituyen problemas prioritarios de salud pública a nivel global y particularmente en América Latina. Según la Organización Panamericana de la Salud, más del 60% de la población adulta en la región presenta exceso de peso, lo que incrementa significativamente la carga de enfermedades crónicas no transmisibles y los costos en los sistemas sanitarios. En este contexto, el ejercicio físico se reconoce como una de las estrategias terapéuticas más costo-efectivas para mejorar el control metabólico, reducir el riesgo cardiovascular y favorecer la calidad de vida de las personas afectadas.

En Chile, la situación es aún más crítica: la Encuesta Nacional de Salud (ENS 2016-2017) reportó una prevalencia de obesidad de 34,4% en adultos y de diabetes mellitus de 12,3%, cifras que han mostrado una tendencia sostenida al alza. Estas condiciones se asocian a un elevado número de hospitalizaciones, complicaciones crónicas y mortalidad prematura, afectando especialmente a los grupos socioeconómicos más vulnerables. Frente a este escenario, la implementación de programas de actualización en ejercicio clínico se vuelve esencial para fortalecer las competencias de los profesionales de la salud que participan en la prevención y tratamiento de estas patologías.

S Si bien existen iniciativas de educación continua en áreas afines, todavía es escasa la oferta formativa en la región que aborde de manera específica y práctica la prescripción de ejercicio en población con disfunciones metabólicas. Este programa responde a dicha necesidad, entregando herramientas basadas en evidencia científica y adaptadas al contexto epidemiológico nacional y regional, lo que permitirá optimizar la calidad de la atención y contribuir a la disminución de la carga de enfermedad asociada a la obesidad y la diabetes tipo II.

2.- Resultados de aprendizaje.

Al finalizar este programa, los estudiantes serán capaces de:

1. Describir las principales disfunciones metabólicas (obesidad y diabetes mellitus II).
2. Analizar las diferentes valoraciones físicas tanto primarias como a nivel terciario de salud.
3. Prescribir ejercicio en disfunciones metabólicas.
4. Prescribir ejercicio en disfunciones metabólicas en base a un caso clínico.

3.- Destinatarios (Características y Perfil de los destinatarios potenciales del curso).

Curso de actualización orientado especialmente a profesionales con el grado de licenciatura, vinculados a la actividad física y la salud (profesores de educación física, kinesiólogos, médicos, enfermeras, matronas, nutricionistas y otros profesionales vinculados a la actividad física).

4.-Métodos de selección de los participantes



Los postulantes al curso de actualización deberán presentar fotocopia simple del título profesional y/o del grado académico en el caso de haber sido entregada por una universidad nacional. En el caso de que el título profesional haya sido obtenido en una universidad extranjera, la fotocopia deberá estar legalizada ante notario

Los postulantes que no se vinculen a las profesiones mencionadas en el punto 3 deberán solicitar entrevista con el encargado o los coordinadores del curso para discutir interés por cursar el curso.

5.-Metodología.

Este programa está orientado para que el participante al finalizar pueda diseñar programas de entrenamiento de fuerza avanzados, basados en métodos con sólidos fundamentos científicos y fisiológicos. El trayecto de aprendizaje se ha dividido en tres unidades:

Unidad 1. Fundamentos fisiopatológicos de obesidad y diabetes mellitus tipo 2

La metodología a distancia por medio de clases virtuales sincrónicas a través de la plataforma Zoom™. Se incluirá la entrega de material complementario en U-Cursos, orientado a guiar una lectura dirigida de artículos científicos con un cuestionario de apoyo. Esta actividad permitirá a los participantes comprender los principales mecanismos fisiopatológicos de la obesidad y la diabetes mellitus tipo 2, junto con su impacto epidemiológico a nivel nacional y regional.

Unidad 2. Evaluación de la condición física y metabólica

La metodología a distancia por medio de clases virtuales sincrónicas a través de la plataforma Zoom™. En U-Cursos se habilitará un foro de discusión, en el cual los participantes deberán participar analizando experiencias y casos vinculados a la evaluación clínica y funcional de personas con obesidad y diabetes mellitus tipo 2. Esta actividad busca fomentar la reflexión crítica y el intercambio de perspectivas sobre los procedimientos y herramientas de valoración funcional y metabólica.

Unidad 3. Prescripción del ejercicio: entrenamiento aeróbico, de fuerza y concurrente

La metodología será a distancia por medio de clases virtuales sincrónicas a través de la plataforma



Zoom™. Se utilizará la plataforma U-Cursos para la entrega de material complementario, que incluirá un análisis crítico de guías clínicas nacionales e internacionales (ej. ADA, OMS, MINSAL). Los participantes deberán elaborar un cuadro comparativo que resuma las principales recomendaciones para la práctica del ejercicio en personas con obesidad y diabetes mellitus tipo 2, identificando similitudes, diferencias y aplicabilidad al contexto local.

Unidad 4. Caso clínico integrador

Esta unidad se enfocará en la resolución de un caso clínico integrador, donde los participantes deberán diseñar un programa de ejercicio seguro y efectivo para un paciente con obesidad y diabetes mellitus tipo 2. La entrega se realizará a través de U-Cursos, con una instancia de discusión final en línea destinada a compartir los resultados y entregar retroalimentación.

Las sesiones asincrónicas serán grabadas y cargadas en la nube para que puedan ser revisadas posteriormente.

6.- Forma de evaluación, ponderaciones, requisitos de aprobación y asistencia mínima.

Unidad 1:

- 1 clases sincrónicas y lectura dirigida
- Informe de artículo revisado. (15% nota final)

Unidad 2:

- 1 clase sincrónica y foro de discusión
- Evaluación: Participación foro de discusión a través de U-Cursos (15% nota final)

Unidad 3:

- 1 clase sincrónica y revisión de literatura.
- Evaluación: Informe de comparación guías clínicas (30% nota final)

Unidad 4:

- Construcción caso clínico
- Evaluación final: Informe de caso clínico (40% nota final)

Nota Final del curso:

La nota final del curso será la nota obtenida según la siguiente ponderación:

- Nota unidad 1: 15%
- Nota unidad 2: 15%
- Nota unidad 3: 30%
- Nota unidad 4: 40%



Evaluación del curso por parte de los participantes:

Encuesta de satisfacción.

Requisitos de aprobación:

La nota mínima de aprobación es de 4,0 (escala de 1,0 a 7,0)

Requisito Asistencia:

La asistencia a las clases sincrónicas es libre.



7.- Objetivos específicos, contenidos, docentes, horas y créditos por módulos.

Módulos	Resultados de Aprendizaje	Contenidos	Docente Responsable	Horas Directas (clases sincrónicas, asincrónicas, foros, actividades presenciales)	Horas Indirectas (estudio personal)	Horas totales
Unidad 1: Fundamentos fisiopatológicos de obesidad y diabetes mellitus tipo 2 -	Analiza los principales mecanismos fisiopatológicos de la obesidad y la diabetes mellitus tipo 2 en relación con la respuesta al ejercicio.	- Mecanismos fisiopatológicos de obesidad y DM2 - Panorama epidemiológico en Chile y la región - Impacto del ejercicio sobre la resistencia a la insulina	Klgo. Edgardo Opazo	1,5	2	3,5
Unidad 2: Evaluación de la condición física y metabólica	Aplica herramientas de evaluación funcional y metabólica para orientar la prescripción del ejercicio.	- Pruebas funcionales en obesidad y DM2 - Consideraciones de seguridad - Valoración metabólica	UNIVERSIDAD DE CHILE FACULTAD DE MEDICINA ESCUELA DE POSTGRADO Klgo. Edgardo Opazo	2	4	6
Unidad 3: Prescripción del ejercicio: entrenamiento aeróbico, de fuerza y concurrente	Diseña programas de ejercicio seguros, efectivos y adaptados a distintos perfiles clínicos.	- Ejercicio aeróbico (MICT vs HIIT) - Entrenamiento de fuerza - Entrenamiento concurrente	Klgo. Edgardo Opazo	2	5	7
Unidad 4. Caso clínico integrador	Integra conocimientos para proponer un programa de ejercicio en un caso clínico.	- Resolución de un caso clínico de paciente con obesidad y DM2 - Diseño y entrega de programa de	Klgo. Edgardo Opazo	0	10	10



UNIVERSIDAD DE CHILE
FACULTAD DE MEDICINA

		ejercicio				
--	--	-----------	--	--	--	--

UNIVERSIDAD DE CHILE
FACULTAD DE MEDICINA
ESCUELA DE POSTGRADO



UNIVERSIDAD DE CHILE
FACULTAD DE MEDICINA

R.U.T. APELLIDO PATERNO, APELLIDO MATERNO Y NOMBRES

1	3	6	3	6	2	0	5	-	4		Opazo Díaz Edgardo Andrés
NACIONALIDAD											Chileno

FECHA DE NACIMIENTO

PROFESIÓN

25	11	1979	KINESIOLOGO
----	----	------	-------------

8.2. EXPERIENCIA LABORAL

Empresa (s)	Cargo(s)	Desde	Hasta
Pontificia Universidad Católica de Chile	Kinesiólogo	2004	2008
Facultad de Medicina Universidad de Chile	Académico – Profesor Asistente	2009	A la fecha

8.3. EXPERIENCIA DOCENTE

Institución(es) / Empresa(s)	Cursos impartidos relacionados con el tema	Desde	Hasta
Universidad de Chile	Gimnasia Médica	2009	2012
Universidad de Chile	Efectos de la Actividad Física en la Salud	2011	A la fecha
Universidad de Chile	Evaluación de la Condición Física	2010	a la fecha

8.4. PERFECCIONAMIENTO LABORAL Y DOCENTE

Institución	Curso	Desde	Hasta
Universidad de Chile	Diplomado en docencia basado en competencias	2011	2011
Universidad de Chile	Magister en Ciencias Biomédicas mención Fisiología	2010	2016
Clínica Las Condes centro AHA	Curso Instructor BLS	2016	2016
Universidad de Cádiz, España	Doctorado © en Ciencias de la Salud	2019	2025

FIRMA RELATOR