

## CUERPO ACADÉMICO

Mg. Richar Cárcamo Regla  
Profesor de Educación Física  
Centro de Vida Saludable, Universidad de Concepción

Mg. Fernanda Carrasco Marín  
Nutricionista  
Centro de Vida Saludable, Universidad de Concepción

Dr. Igor Cigarroa Cuevas  
Kinesiólogo  
Escuela de Kinesiología, Facultad de Salud, Universidad Santo Tomás

Mg. Liliana Cuadra Montoya  
Profesora de Educación Física  
Facultad de Educación, Universidad de Concepción

Mg. Constanza Márquez Urrizola  
Nutricionista  
Sala Cuna y Jardín Infantil, Ministerio de Vivienda y Urbanismo.  
Providencia, Santiago.

Dra. Lilian Narvaez Prosser  
Educatora de Párvulos  
Facultad de Educación, Universidad de Concepción

Dra. Gabriela Nazar Carter  
Psicóloga  
Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de Concepción

Marcia Stuardo Álvarez  
Psicóloga  
Centro de Vida Saludable, Universidad de Concepción

Dra. Natalia Ulloa Muñoz  
Bioquímico  
Centro de Vida Saludable, Universidad de Concepción

Marta Werner Canales  
Médico Cirujano  
Facultad de Medicina, Universidad de Concepción

Dr. Rafael Zapata Lamana  
Profesor de Educación Física  
Escuela de Educación, Campus Los Ángeles, Universidad de Concepción



Visita la página escaneando el código



@diplomadovidasaludableudec



@DiplomadoVidaSaludableUdeC



vidasaludable.udec.cl



### INFORMACIONES

Centro de Vida Saludable (CVS), Universidad de Concepción  
Victoria 580, Concepción  
Rafael Zapata Lamana  
Director del Programa  
rafaelzapata@udec.cl  
Greta Carrasco  
Secretaria  
gretacarrasco@udec.cl  
Centro de Vida Saludable  
+56 412661628 / +56 412661629  
vidasaludable@udec.cl



## Diplomado en Hábitos de Vida Saludable en la Infancia y Adolescencia



## Diplomado en Hábitos de Vida Saludable en la Infancia y Adolescencia

### El programa otorga Postítulo: Diplomado en Hábitos de Vida Saludable en la Infancia y Adolescencia



formacionpermanente.udec.cl  
 formacionpermanente@udec.cl  
 +56412661387  
 +56412661230  
 +56412661187  
 Barrio Universitario s/n. a un Costado del  
 Foro UdeC, Concepción.

El Diplomado en “Hábitos de Vida Saludable en la Infancia y Adolescencia”, es un programa formativo orientado a profesionales de la educación, la salud, el deporte u otras afines, que deseen adquirir habilidades y competencias en el campo hábitos de vida saludable, específicamente en las etapas de infancia y adolescencia.

A partir de su desarrollo, se busca fortalecer competencias profesionales en la promoción de hábitos de vida saludable en la infancia y adolescencia a través del dominio teórico y práctico de módulos combinados de ejercicio físico saludable, recreación, nutrición, psicoafectividad, ocio, sueño y descanso, salud y cognición. Este diplomado busca contribuir desde la formación continua en la mejora del bienestar y de la calidad de vida de niños y adolescentes a quienes se les eduque en la adopción de un estilo de vida saludable desde una perspectiva holística y participativa.

**Duración: 152 horas pedagógicas presenciales distribuidas en 7 asignaturas.**  
**Modalidad: Clases los días sábados de 9:00 a 16:30 horas.**

#### OBJETIVO GENERAL

- Desarrollar en los participantes las competencias necesarias para fortalecer competencias profesionales en la promoción de hábitos de vida saludable en la infancia y adolescencia a través del dominio teórico y práctico de programas combinados de ejercicio físico saludable, nutrición, psicoafectividad, ocio, sueño y descanso, salud y cognición con un programa holístico y participativo.

#### DIRIGIDO A

- Profesionales de la educación, la salud, el deporte u otras afines

#### FECHA DE INICIO

- Marzo 2020

#### LUGAR

- Centro de Vida Saludable (CVS) de la Universidad de Concepción

#### REQUISITOS DE ADMISIÓN

Para participar del Diplomado se realizará una selección de los interesados, bajo los siguientes criterios:

- Título Profesional, Grado Académico o su equivalente (legalizado ante notario) en las áreas de educación, salud, deporte y otras afines.
- Indicar a través de una carta de postulación, la vinculación existente entre su interés por cursar el diplomado, y su quehacer profesional, indicando claramente el sector en el cual se desempeña (salud, educación, deporte u otra disciplina relacionada).
- Mostrar experiencia mínima de 1 año en el ejercicio de su profesión.
- Presentar Curriculum Vitae.
- No tener deuda pendiente con la Universidad de Concepción.

**Cupos: Mínimo 15 estudiantes**  
**Arancel: \$1.200.000.-**

## PLAN DE ESTUDIO

### Hábitos de Vida Saludable en la Infancia y Adolescencia

MÓDULO 1	MÓDULO 2	MÓDULO 3	MÓDULO 4	MÓDULO 5	MÓDULO 6	MÓDULO 7
Transición Epidemiológica Innovación y Estilos de Vida Saludable en Chile	Actividad Física, Recreación, Ejercicio y Estilos de Vida Saludable	Alimentación Saludable Como Estilos de Vida	Bienestar, Salud Mental y Estilos de Vida en Población Infantil	Prebullying: Detección de Conflictos Asociados a Estilos de Vida Poco Saludables	Cerebro, Cognición, Rendimiento Escolar y Estilos de Vida Saludable	Formulación de Proyecto Aplicado
3 Semanas	3 Semanas	3 Semanas	2 Semanas	2 Semanas	3 Semanas	3 Semanas
Dra. Marta Werner Dra. Natalia Ulloa	Dr. Rafael Zapata Mg. Richar Cárcamo Mg. Liliana Cuadra	Mg. Constanza Márquez Mg. Fernanda Carrasco	Dra. Gabriela Nazar Marcia Stuardo	Dra. Lilian Narváez	Dr. Igor Cigarroa	Dr. Rafael Zapata Dra. Natalia Ulloa Dr. Igor Cigarroa Dra. Gabriela Nazar

#### ACTIVIDADES

La modalidad de enseñanza-aprendizaje del diplomado será presencial de tipo teórico-práctica, con el objeto de favorecer la internalización y posterior transferencia de la información, según el siguiente detalle:

- Formación presencial: Desarrollo de actividades teórico-prácticas, con actividades que promuevan la adquisición de conocimientos y la adquisición de competencias, habilidades y destrezas en la transferencia del conocimiento, hacia el desarrollo y adherencia de estilos de vida saludable en la infancia y adolescencia.

Las actividades presenciales corresponderán a:

- Clases teóricas, prácticas, participativas y vivenciales guiadas por docentes especialistas.
- Sesiones de reflexión, discusión y análisis.
- Lectura y análisis crítico de literatura científica actualizada.
- Trabajos, tareas e informes.
- Construcción de modelos aplicativos al campo de desempeño

#### REQUISITOS DE OBTENCIÓN DEL DIPLOMADO

De acuerdo al Reglamento de los Programas de Diplomado de la Universidad de Concepción, para obtener el Diplomado en Hábitos de Vida Saludable en la Infancia y Adolescencia, el estudiante deberá:

- Haber aprobado en un 100% todas las actividades curriculares del Plan de Estudio.
- Haber asistido en un 80% como mínimo a las actividades presenciales.
- No contar con deudas u otras obligaciones pendientes con la Universidad de Concepción.
- Cumplir con las exigencias del Reglamento de Diplomado de la Universidad de Concepción.

El Programa de DIPLOMADO EN HÁBITOS DE VIDA SALUDABLE EN LA INFANCIA Y ADOLESCENCIA, se regirá por el Reglamento de los Programas de Diplomado de la Universidad de Concepción.

#### PERFIL DE EGRESO

El diplomado en Hábitos de Vida Saludable en la Infancia y Adolescencia, fortalecerá a los profesionales para asumir su responsabilidad en una importante problemática de salud nacional, y de esta forma, a partir de las competencias y habilidades adquiridas, podrá contribuir en el desarrollo de hábitos de vida saludable, principalmente en la población infanto-juvenil.

Al finalizar el programa con éxito los participantes serán capaces de:

- Identificar oportunidades para incorporar conductas de vida saludable en la infancia y adolescencia.
- Diseñar propuestas de innovación en el campo de los estilos de vida en el contexto de su rol profesional.
- Ejecutar acciones tendientes a la mejora del estilo de vida en la infancia y adolescencia.
- Evaluar procesos de intervención con visión de mejora continua, en su campo profesional.