



POSGRADOS UDG
UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA

CIENCIAS DE LA SALUD



*Obtener **BECA**: Según la disponibilidad y requisitos que marca el CONACyT.



Maestría en Actividad Física y Estilo de Vida

Tipo: Profesionalizante.

Modalidad: Escolarizada.

Beca CONACyT: Sí.

Líneas de generación y aplicación del conocimiento.

- Actividad física en la salud, en la enfermedad y rendimiento físico.
- Estilo de vida en la línea de vida, salud y enfermedad.

Objetivo.

Formar recursos humanos del más alto nivel, capacitados en la intervención a nivel individual y comunitario, a través de la actividad física y establecimiento de estilos de vida saludable, para conservar la salud y delimitar el daño de la enfermedad mediante el trabajo disciplinario.

Objetivos específicos.

- Reconocer las determinantes relacionadas con la salud, actividad física y los estilos de vida en los distintos contextos poblacionales.
- Aplicar los métodos de divulgación orientados a la promoción de la práctica regular de actividad física.
- Utilizar las técnicas y métodos que permiten diagnosticar los niveles de condición física y modificación de actitudes respecto de la actividad física y la salud en las distintas poblaciones.
- Diseñar programas educativos de intervención específicos, para promover la actividad física como elementos de salud, de inserción, cohesión y socialización.
- Aplicar los diferentes métodos de evaluación y prescripción del ejercicio, para mejorar los componentes de la condición física saludable.
- Reflexionar sobre los aspectos básicos de relación de la actividad física sobre anatomía funcional, biomecánica, bioenergética y nutrición humana.
- Conocer las consecuencias de cada enfermedad no transmisible (ENT) en las respuestas fisiológicas agudas al ejercicio y las adaptaciones crónicas.
- Desarrollar la capacidad, para orientar con pertinencia a los pacientes en el manejo de su enfermedad, especialmente en lo relacionado con la práctica de la actividad física.
- Conocer los métodos de análisis cuantitativos y cualitativos, para evaluar las implicaciones e impacto de la actividad física y de los estilos de vida en el individuo o poblaciones.

Perfil de ingreso.

- Haber obtenido el grado de licenciatura.
- Tener claridad sobre la importancia de la actividad física y su impacto en la salud.
- Disposición, para el trabajo en equipo, interdisciplinario, propositivo y colaborativo.
- Tener disposición, para la investigación y/o programas de intervención.
- Demostrar interés por innovar en forma permanente la práctica profesional de la actividad física.

Perfil del egresado.

- Profesionista experto de vanguardia a corto, mediano y largo plazo.
- Poseedor de capacidades, para resolver los problemas propios de la actividad física y participar en los procesos de gestión y promoción e intervención en su ámbito disciplinar y de la actividad física y estilo de vida.

***Obtener BECA:** Según la disponibilidad y requisitos que marca el CONACyT.



- En general, el egresado deberá poseer las capacidades de investigación y diseminación.
- Asimismo, de diseño, intervención y evaluación de programas en actividad física y estilo de vida con liderazgo.
- Con visión sociocultural que puedan desempeñarse tanto en centro de investigación y docencia como en organizaciones gubernamentales y no gubernamentales relacionadas con el área de actividad física y/o sus determinantes.

Competencias profesionales.

Competencias técnico-instrumentales.

- Promover y prescribir la actividad física y/o rehabilitar los problemas propios de los individuos con ausencia de actividad física.
- Posee los saberes teóricos prácticos y formativos, para la toma de decisiones oportunas y pertinentes del individuo en prevenir enfermedades, modificar la actividad física, los estilos de vida en la línea de vida y los diferentes entornos.
- Detecta factores de riesgo, para la inactividad física, sedentarismo y producción de discapacidad por estas e implementa acciones de prevención, a través de la actividad física en sus espacios de práctica profesional con trascendencia individual, familiar y colectiva.
- Cuenta con competencias profesionales integradas, para promover prescribir la actividad física y/o rehabilitar los problemas propios de los individuos con ausencia de actividad física;
- Promueve, gestiona, aplica y evalúa programas de intervención en los diferentes grupos poblacionales, para un estilo de vida saludable mediante la actividad física.
- Detecta las repercusiones funcionales y psicosociales que produce la inactividad física, el sedentarismo, la discapacidad e interactúa con otros profesionales, para ofrecer al individuo sano o enfermo una atención integral, holística y esperanzador mediante la actividad física.

Competencias socioculturales.

- Comprende y aplica los métodos y técnicas, para la prescripción de la actividad física, la atención a individuos enfermos con afecciones del sistema E, NME, CV y R.
- Favorecer la recuperación e integración a su núcleo social con mejor calidad de vida.
- Es un experto en la elaboración de expedientes como base imprescindible en el manejo pertinente de la actividad física del individuo.
- Participa y se involucra con responsabilidad en los procesos educativos formales e informales en el campo de la actividad física y estilo de vida del individuo, familia y comunidad, así como en la diseminación de la información en el entorno profesional.

Competencias profesionales integradas, para participar en los procesos de gestión, investigación, promoción y educación en actividad física y estilo de vida:

- Comprende y aplica los conocimientos de la actividad física y se coordina con diferentes disciplinas especializantes, grupos de investigación y trabajo (inter-multi y transdisciplinarios, para la atención del individuo sano o enfermo o diferentes grupos poblacionales.
- Comprende y aplica la metodología de investigación científica en el campo de la actividad física mejorando sus conocimientos, destrezas y capacidades en la realización de proyectos de investigación con sentido de responsabilidad y honestidad en beneficio de la sociedad y de forma colaborativa.
- Comprende y aplica los saberes teórico-prácticos de la administración de las instituciones de salud y/o educativas respetando los principios ético-normativos y procesales.

***Obtener BECA:** Según la disponibilidad y requisitos que marca el CONACyT.



Requisitos de ingreso.

- Contar con título de licenciatura expedido por la Universidad de Guadalajara o por universidad de reconocido prestigio en los campos de la salud económico sociales relacionados con estilo de vida.
- Haber acreditado la licenciatura con un promedio mínimo de ochenta con certificado original o documento que sea equiparable a los estudios precedentes, según sea el caso.
- Presentar examen nacional de ingreso de posgrado (EXANI III).
- Constancia de lecto-comprensión del inglés nivel B1 acorde al marco común europeo (MRCE).
- Presentar curriculum vitae y dos cartas de recomendación.
- Presentar carta de exposición de motivos, para cursar el programa.
- Entrevista con el Coordinador (a) o con un miembro de la Junta académica del programa educativo.
- Aprobar el curso propedéutico.
- Los extranjeros cuya lengua materna no sea el español, deberán demostrar un conocimiento suficiente del español, presentando una constancia expedida por el centro de enseñanza, para extranjeros o por una institución reconocida.
- Contar con la aceptación de un profesor del programa educativo, acreditado como tutor que se responsabilice de su supervisión académica.
- Comprometerse a dedicar el tiempo establecimiento, para su formación.
- Realizar el registro en SIIAU y cubrir los aranceles correspondientes.
- Aquellos adicionales que se establezcan en la convocatoria.

Plan de estudios

Área de formación básica común obligatoria.

- Estadística básica.
- Estadística multivariada.
- Bioética y normatividad en investigación.
- Metodología de la investigación en actividad física.
- Composición textual y redacción científica.

Área de formación básico particular obligatoria.

- Cambios de comportamiento hacia estilos de vida saludables.
- Diseño, implementación y evaluación de programas de actividad física y ejercicio físico.
- Rendimiento físico deportivo.
- Actividad física ejercicios en enfermedades crónicas.
- Estilo de vida en la salud y la enfermedad.
- Tecnologías de la comunicación y mercadotecnia en actividad física.
- Métodos para evaluar la actividad física.
- Seminarios de integración I. Diseño de proyectos de investigación. Pre-propuesta.
- Seminarios de integración II. Implementación del proyecto.
- Seminarios de integración III. Resultados y análisis de datos.
- Seminarios de integración IV. Discusión y conclusiones.
- Prácticas supervisadas en actividad física y estilo de vida I.
- Prácticas supervisadas en actividad física y estilo de vida II.

* **Obtener BECA:** Según la disponibilidad y requisitos que marca el CONACyT.



Área de formación optativa abierta.

- Tópico selecto I.
- Tópico selecto II.
- Tópico selecto III.
- Tópico selecto IV.

Duración del programa: El plan de estudios de la Maestría en actividad física y estilo de vida, tendrá una duración de 4 (cuatro) ciclos escolares, los cuales serán contados a partir del momento de la inscripción.

Costos y apertura: Consultar en la coordinación del programa.

Informes

Teléfono: (33) 36199708 y 36190452.

Correo electrónico: mestriaenactividadfisica.ev@academicos.udg.mx

Dirección: Av. Revolución #1500, Guadalajara Jalisco, México.

Página web: <http://www.cucs.udg.mx/maf>

Nota:

Ingreso bienal en calendario B –Iniciando en mes de Agosto. (Podría estar sujeto a cambio por disposición de la Junta académica pero ya tiene un historial sin cambios).

Matrícula semestral: 3 (Tres) Unidades de medida y actualización (UMA) mensuales.

Matrícula semestral Extranjeros: Conforme al arancel de la UdeG, autorizado por el H. Consejo General Universitario.

Tabla de control de cambios		
Tipo de cambio	Calendario	Núm. de dictamen
Nueva	2019 A	I/2019/123

***Obtener BECA:** Según la disponibilidad y requisitos que marca el CONACyT.