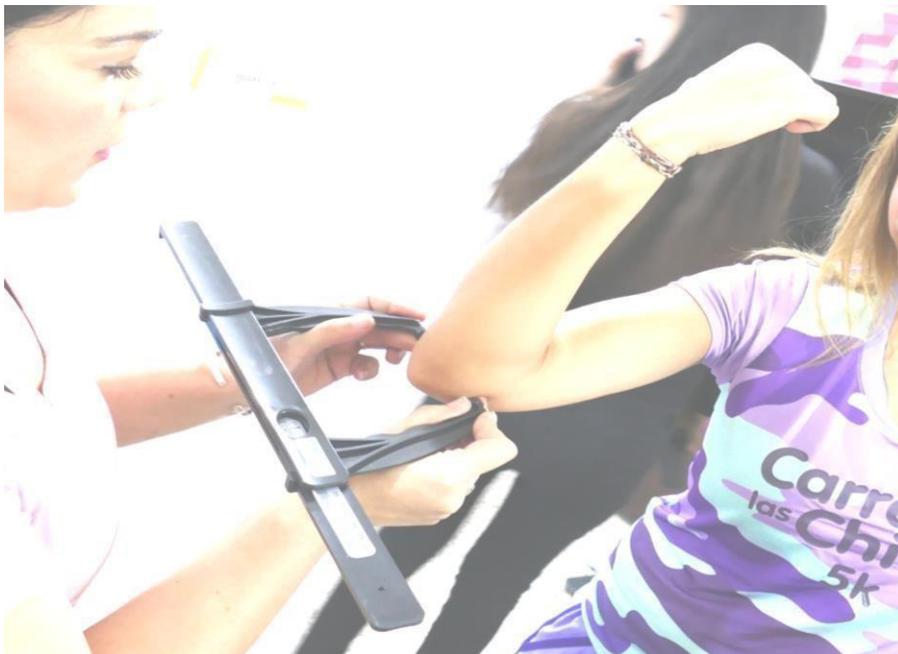




CURSO DE CERTIFICACIÓN INTERNACIONAL EN CINEANTROPOMETRIA ISAK NIVEL 1

(International Society for the Advancement of Kinanthropometry)



PARAGUAY

ASUNCIÓN 19-21 NOVIEMBRE



INTRODUCCIÓN

La ISAK (Sociedad Internacional para el Avance de la Cineantropometría) es el ente que establece a Nivel Mundial El Protocolo de Medición de Todas las variables corporales; Peso, Talla, Perímetros musculares, Pliegues cutáneos, Diámetros óseos, Longitudes y Alturas óseas.

Todos los Profesionales del área de la Salud y del área del Deporte deberían manejar dicho Protocolo para estar a la par de colegas de todo el mundo y manejar el mismo código.

Todo esto permite que los Profesionales de todo el mundo puedan comunicarse, intercambiar experiencias y datos confiables, permitiendo la comparación de diferentes poblaciones (normales y deportistas) bajo el mismo protocolo.

La ISAK establece un Sistema Internacional de Acreditación en Cineantropometría que va por niveles de Especificidad, siendo el Primer Nivel el “ISAK Nivel 1” aprendiendo a medir correctamente bajo protocolos internacionales 21 variables corporales que, a través de carga de estos datos en los software antropométricos, nos permite hallar la Composición Corporal de un Individuo y de Poblaciones (Masa Grasa, Masa Magra, Somatotipo, entre otros índices y valores).

Luego vienen los Niveles más superiores en donde ya se miden alrededor de 47 variables corporales y se divide al cuerpo en forma mucho más específica, usado para el alto rendimiento deportivo, detección de talentos deportivos, análisis de crecimiento y desarrollo en población pediátrica, entre otros cientos de usos.

JUSTIFICACIÓN

La técnica antropométrica usada internacionalmente y valoración de la composición corporal (masa grasa, muscular, ósea y residual), es de importancia para el profesional la nutrición, salud, actividad física y deporte, como parte de la evaluación y seguimiento de los pacientes.

Según el Informe Técnico de la OMS (1995) “La antropometría provee la técnica más portátil, de aplicación universal, de bajo costo y no-invasiva para evaluar el tamaño, proporciones, y composición del cuerpo humano. Refleja tanto la salud como el estado nutricional y predice el rendimiento, salud, y supervivencia. Como tal, es una herramienta valiosa, pero corrientemente poco utilizada, para guiar las políticas de salud pública y las decisiones clínicas.”

A lo largo del curso se desarrolla de forma específica el conocimiento sobre el morfotipo humano mediante la toma de mediciones comparativas del cuerpo en sus diferentes partes y sus proporciones; así como la adhesión a un protocolo de reglas de medición determinado por los organismos normativos nacionales e internacionales en las que se obtienen el peso, talla, pliegues cutáneos, diámetros, longitudes, alturas y perímetros, para la estimación de la composición corporal su somatotipo y su proporcionalidad, tan importante en la práctica clínica diaria y en la organización y planificación del entrenamiento deportivo, como en la expansión de nuestros datos en forma de publicaciones de índole nacional e internacional donde es exigido. Por ello se plantea la realización de este curso de acreditación internacional en cineantropometría basado en los consensos internacionales de la Internacional Society for the Avancement of Kinanthropometry (ISAK).

OBJETIVOS

1. Aprendizaje y perfeccionamiento de la técnica de medición antropométrica y realización de mediciones exactas, validas, confiables y objetivas.
2. Capacitar para el desarrollo de una investigación y valoración en esta área científica colaborando con otros profesionales de ciencias de la salud y el deporte.
3. Aprendizaje correcto de la técnica antropométrica según el perfil restringido y Completo, para evitar el error técnico de medida aumentando la precisión en la toma de las mismas y la confiabilidad.
4. Formar y Certificar Expertos Antropometristas.

DESTINADO A:

Estudiantes y profesionales de las ciencias de la salud, nutrición humana y dietética, y ciencias de la actividad física y el deporte.

METODOLOGÍA

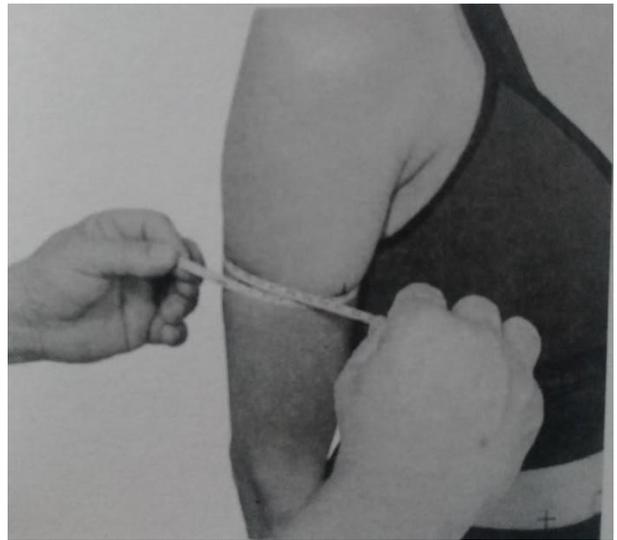
Para obtener la acreditación internacional por el ISAK de nivel 1, el alumno debe asistir al 80% de las clases teórico-prácticas y pasar la evaluación final. Dicha evaluación consistirá en superar un examen práctico (medición de un número de variables antropométricas de 3 modelos en duplicado). Una vez finalizado el curso los candidatos deben completarlo con la medición de 20 perfiles restringidos por duplicado realizados a 20 personas diferentes, y enviar los resultados al docente del curso antes de los siguientes 4 meses a partir de la fecha del examen, una vez aprobado este curso.

EN EL ISAK NIVEL 1

Se aprenden en Total 21 medidas corporales, entre las cuales están las medidas básicas como el Peso, Estatura, Talla Sentada y Envergadura de brazos. Así como también los diferentes pliegues cutáneos, perímetros musculares y diámetros óseos.



Diámetro Humeral.



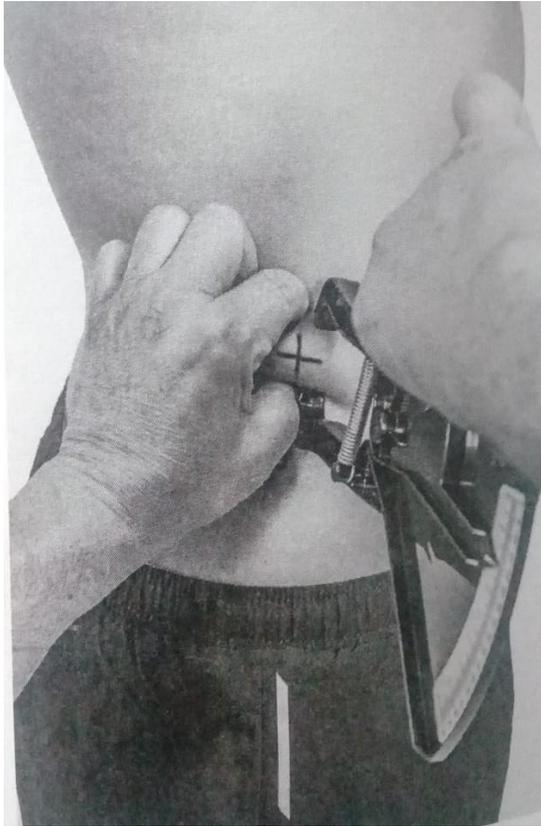
Perímetro de Brazo Relajado.



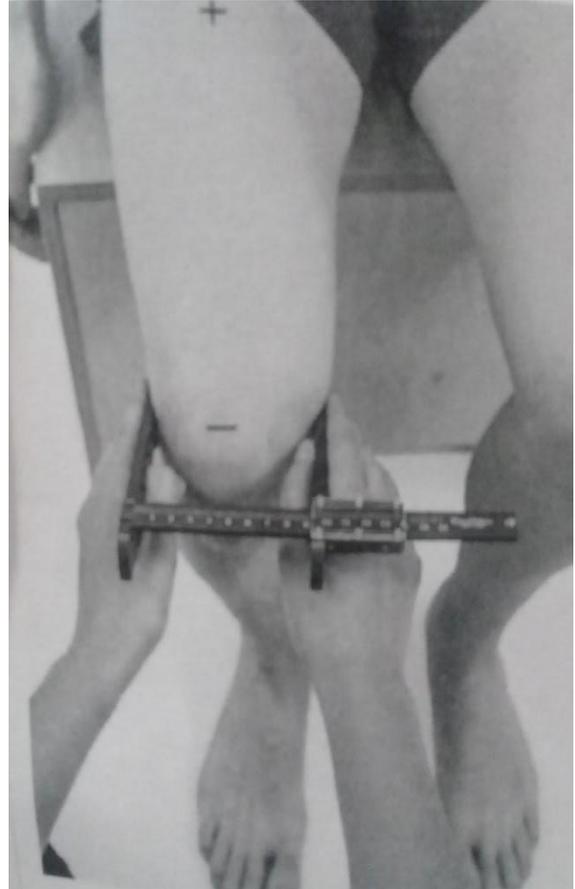
Perímetro de Brazo Tensionado y en flexión.



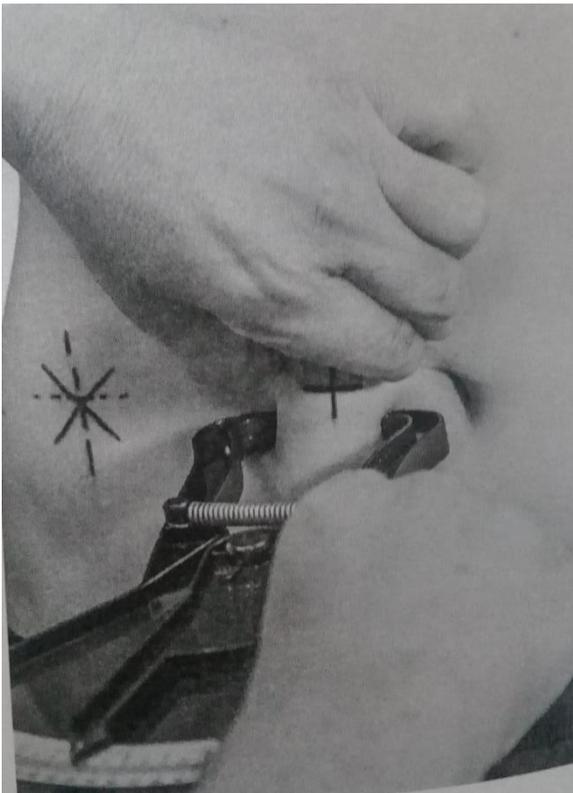
Perímetro de Cinturamínima.



Pliegue de la Cresta Iliaca.



Diámetro Femoral.



Pliegue Abdominal.

**Fotos sacadas del Manual ISAK 2019 "Protocolo Internacional para la Valoración Antropométrica".*



INVERSIÓN: 280 Dólares

INCLUYE:

- Manual ISAK Oficial
- Paquete digital completo del Curso.
- Materiales didácticos
- Softwares de cálculos Antropométricos
- Kit de Herramientas Antropométricas.
- Costo del examen de acreditación
- Costo del Certificado ISAK Nivel 1.
- Membresía ISAK por 4 años.
- Coffee break

INSTRUCTORA:

Prof. Lic. Adriana Roca (Py.)

Antropometrista Internacional ISAK Nivel 3 – Instructora Internacional. Lic. en Nutrición Humana.

Especialista en Nutrición Deportiva y Entrenamiento.

Personal Trainer.

Didáctica Superior Universitaria.

Docente de Grado y Posgrado.

Nutricionista de Formativas del Club de Fútbol Sportivo Luqueño de Paraguay.

Las Plazas Habilitadas son Limitadas!

Procedimiento de Inscripción:

-Por depósito o transferencia bancaria en Gs. o Presenciales en dólares. Una vez realizado el depósito, enviar el comprobante, completar el formulario de Inscripción y la plaza quedará reservada.

DATO IMPORTANTE:

LOS ALUMNOS DEBEN LLEVAR (EN UN BOLSO PARA CAMBIARSE) ROPA ADECUADA PARA LAS MEDICIONES, TALES COMO PANTALÓN CORTO, TOP, SHORT, CAMISILLA.

PROGRAMA CURSO ISAK NIVEL 1 2020 INSTRUCTORA: ADRIANA ROCA			
CAPACITACIÓN TEÓRICO-PRÁCTICA			
NIVEL 1			
Hora	1er DÍA	2do DÍA	3er DÍA
9:00	Introducción: La ISAK y la Cineantropometría	Práctica variables ISAK I. Perfil completo	Examen de certificación ISAK 1
10:00			
11:00	Manejo del instrumental y marcas	Error técnico de medición y calibración de instrumentos	
12:00			
13:00	ALMUERZO		
14:00	de referencia ISAK: Báscula, estadiómetro, plicómetro, cinta métrica y antropómetro. Aprendizaje de todas las medidas.	Simulacro de examen de certificación ISAK I	
15:00		Antropometría, Somatotipo y somatocarta. Aplicaciones y deporte.	
16:00			
17:00	Práctica de perfil completo	Uso de software de análisis corporal	
18:00			