UST
UNIVERSIDAD SANTO TOMÁS

DIPLOMADOS

PARA PROFESIONALES

SIN LÍMITES

Puedes más

ALCANZA UN NUEVO NIVEL

ADMISIÓN

POSTGRADOS 2026

DIPLOMADO UNIVERSITARIO EN EVALUACIÓN Y PREPARACIÓN FÍSICA

FACULTAD DE **SALUD**

MODALIDAD SEMI PRESENCIAL

UNIVERSIDAD SANTO TOMÁS
ACREDITADA NIVEL AVANZADO

DOCENCIA Y RESULTADOS DEL PROCESO DE FORMACIÓN
GESTIÓN ESTRATÉGICA Y RECURSOS INSTITUCIONALES
ASEGURAMIENTO DE LA CALIDAD
VINCULACIÓN CON EL MEDIO
HASTA 10 DE DICIEMBRE DE 2030

CNA Comisión Nacional de Acreditación Chile

INFÓRMATE MÁS EN
POSTGRADOUST.CL

La necesidad creciente de mejorar la evaluación y la preparación en el ámbito de la condición física es un aspecto clave para el desarrollo de los atletas y equipos de rendimiento deportivo, así como para personas que lo requieren por diferentes motivos. Esto desafía a los profesionales y técnicos que se desempeñan en esta área, a requerir de educación continua, dentro de una temática que ha aumentado su apoyo desde la ciencia del deporte y que se ha tecnologizado constantemente.

La Facultad de Ciencias del Deporte de la Universidad de Poitiers (Francia) y el Instituto de Ciencias del Deporte de la Universidad Santo Tomás en Santiago (Chile), mantienen estrechas relaciones desde hace varios años en los ámbitos de la formación y extensión. La oferta de formación de la Universidad de Poitiers, desarrolla desde hace más de 25 años, un Diplomado Universitario en Evaluación y Preparación Física (DUEPP), destinado a estudiantes en formación inicial o a profesionales del deporte, en formación continua. Esta formación, que se apoya en una red de científicos y de preparadores físicos procedentes de todo Europa, comprende 140 horas cronológicas de clases. Considerando los objetivos de este Diploma y las necesidades en formación en este ámbito en nuestro país, ambas universidades han acordado impartir este programa en Chile. Es así como, la Universidad de Poitiers acepta transferir la ingeniería del DUEPP, a la Universidad Santo Tomás, en el marco del diploma de universidad del mismo nombre (Diplomado Universitario en Evaluación y Preparación Física). Se confía la gestión pedagógica de este nuevo diploma al Instituto de Ciencias del Deporte de la Universidad Santo Tomás.

DIPLOMADO UNIVERSITARIO EN EVALUACIÓN Y PREPARACIÓN FÍSICA

FACULTAD DE **SALUD**



PERFIL DE EGRESO

El egresado del Programa del Diplomado Universitario en evaluación y Preparación Física será un profesional actualizado en el ámbito del conocimiento científico, metodológico y práctico, para la evaluación y el desarrollo de las cualidades físicas del atleta principiante o avanzado. El programa dentro de su quehacer prepara a los candidatos para la gestión, dirección, control y seguimiento de la preparación físico-deportiva, tanto en disciplinas colectivas, como individuales.

DIRIGIDO A

El programa se encuentra dirigido a profesionales de las siguientes carreras; Licenciados en ciencias del Deporte y Actividad Física, Profesores de Educación Física, Preparadores Físicos, Fisioterapeutas, Kinesiólogos, Médicos con especialidad en Deporte, así como a Entrenadores con experiencia en preparación física de atletas y equipos.

ELEMENTOS DIFERENCIADORES

1. El programa se dicta en colaboración con la Universidad de Poitiers, a partir de un convenio con la Facultad de Ciencias del Deporte de la Universidad de Poitiers, además del apoyo del Comité Olímpico de Chile.
2. Su estructura y contenidos se basan en el Diplome D'universite Evaluation et Preparation Physique. (DUEPP) de la Universidad de Poitiers, programa con 25 años de historia y prestigio en Europa.
3. Cuerpo docente compuesto por profesores del programa original en Francia, al que se unen docentes nacionales con amplia experiencia en las temáticas a desarrollar.
4. Los estudiantes podrán obtener el diploma oficial europeo, como un opcional, pagando el impuesto de emisión en Francia.
5. El programa se dicta en Francia, Bélgica, Argentina, Baréin y desde el 2026, en Chile.



ACADÉMICOS DEL PROGRAMA

RODRIGO ALVARADO STRANGE
DIRECTOR ADMINISTRATIVO

Director Escuela de Kinesiología UST Santiago. Doctor en Ciencias de la Actividad Física y Salud, Universidad Pablo de Olavide, de Sevilla. Magíster en Fisiología Clínica del Ejercicio (U Mayor), kinesiólogo y profesor de Educación Física.

LAURENT BOSQUET (UNIVERSIDAD DE POITIERS)
DIRECTOR ACADÉMICO

Doctorat en sciences de l'activité physique (Université de Montréal, 2000). Doctorat en sciences (Université de Poitiers, 2000).

NICOLAS BERRYMAN (UNIVERSIDAD DE POITIERS UNIVERSIDAD DE QUEBEC)

Doctorat en sciences de l'activité physique (Université de Montréal, 2014) Doctorat en sciences (Université de Poitiers, 2014).

ALEJANDRO BUSTAMANTE (PLANTA – UST)

Magíster en Entrenamiento Deportivo. Universidad Mayor, Chile (2013) Doctorando © en Ciencias de la Saluda en la Universidad Pública de Navarra, España. 2020.

JORGE PEREZ (PLANTA – UST)

Magíster en Educación en Salud y Bienestar Humano, UMCE, Chile. (2021) Doctorando © en Investigación Aplicada a las Ciencias Sanitarias, Universidad de las Palmas de Gran Canaria, España.

SEBASTIÁN ALISTE (PLANTA – UST)

Magíster en Entrenamiento Deportivo. Universidad Mayor, Chile (2013), Doctorando © en Biomedicina-Actividad Física y Deporte, Universidad de Granada (ESP).

PLAN DE ESTUDIOS

DURACIÓN: 140 HORAS CRONOLÓGICAS

MÓDULO I
CUALIDADES NEUROMUSCULARES

Bases Neurofisiológicas
- Mecanismos detrás de la contracción muscular, la fuerza y la producción de energía.
- Factores centrales y periféricos
- Principales adaptaciones al entrenamiento.

Evaluación de las cualidades de fuerza
- Pruebas para la evaluación de la fuerza máxima, fuerza-velocidad, fuerza de resistencia, fuerza reactiva, fuerza explosiva
- Pruebas más adecuadas según las necesidades de los atletas y las limitaciones del entorno

Desarrollo de cualidades de fuerza y potencia
- Métodos para desarrollar fuerza y potencia, según las necesidades del atleta
- Métodos de prescripción de acuerdo con las necesidades del atleta

Características especiales en mujeres y niños
- Especificidades de las mujeres y los niños en el contexto de la evaluación y el entrenamiento de las cualidades neuromusculares

MÓDULO II
CUALIDADES METABÓLICAS Y CARDIOVASCULARES

Bases metabólicas y cardiovasculares
- Principales determinantes fisiológicos que subyacen al rendimiento deportivo.
- Interacciones entre los sectores energéticos
- Importancia relativa de las Interacciones entre los sectores energéticos, según la disciplina.

Evaluación de las cualidades metabólicas y cardiovasculares
- Reconocimiento y aplicación de pruebas adecuadas de acuerdo con las necesidades de los atletas y las limitaciones del entorno: consumo máximo de oxígeno, costo energético de locomoción, resistencia.

Desarrollo de cualidades metabólicas y cardiovasculares
- Métodos para desarrollar la aptitud cardiovascular y metabólica.
- Variables a considerar para la elección de los métodos más apropiados

Características especiales en mujeres y niños
- Características específicas de las mujeres y los niños en el contexto de la evaluación y capacitación de los sectores energéticos.

MÓDULO III
PLANIFICACIÓN

Planificación del entrenamiento de las cualidades neuromusculares
- Planificación del entrenamiento neuromuscular en diferentes deportes

Planificación del entrenamiento de las cualidades metabólicas y cardiovasculares
- Planificación del entrenamiento cardiovascular y metabólico en diferentes deportes

Afinamiento
- Bases teóricas del Afinamiento (Carga Interna)

Desarrollo del Deporte de Alto Rendimiento
- Conceptos generales del Alto Rendimiento Deportivo (ARD)
- Modelos de desarrollo del ARD
- Evolución e organización del ARD a nivel Nacional e Internacional

PLAN DE ESTUDIOS

DURACIÓN: 140 HORAS CRONOLÓGICAS

MÓDULO IV
FATIGA Y RECUPERACIÓN

Control de la carga externa
- Diferentes herramientas para evaluar los niveles de fatiga
- Ventajas y desventajas de entrenar herramientas de control de carga
- Estrategias efectivas de control de carga para cada deporte.

Metodología de recuperación
- Determinantes de la fatiga y la recuperación.
- Métodos de recuperación acelerada.
- Variables por considerar para la elección de los métodos más apropiados

Sueño
- Bases teóricas del sueño en deportistas y recomendaciones para su recuperación

Macro nutrición
- Bases teóricas de la macro nutrición

Manejo de la fatiga psicológica
- Bases teóricas de la fatiga psicológica

MÓDULO V
TRAUMATOLOGÍA Y READIESTRAMIENTO

Efecto de la interrupción del entrenamiento sobre los factores de rendimiento
- Consecuencias del cese del entrenamiento en la aptitud neuromuscular, metabólica y cardiovascular.
- Métodos para prevenir el desentrenamiento.

Traumatología deportiva miembro superior
- Epidemiología de los traumatismos más frecuentes (miembro superior) en diferentes categorías de deporte. Presentación general de protocolos médicos y de fisioterapia.
- Presentación precisa de los protocolos de reintegro deportivo

Traumatología deportiva miembro inferior
- Epidemiología de los traumatismos más frecuentes (miembro inferior) en diferentes categorías de deporte. Presentación general de protocolos médicos y de fisioterapia.
- Presentación precisa de los protocolos de reintegro deportivo

UST
UNIVERSIDAD SANTO TOMÁS

DIRECCIÓN
GENERAL DE
POSTGRADO

VICERRECTORÍA **ACADÉMICA DE**
INVESTIGACIÓN Y POSTGRADO

facebook.com/PostgradosUST

postgradosust

CNA
Comisión Nacional de Acreditación Chile

UNIVERSIDAD SANTO TOMÁS
ACREDITADA NIVEL AVANZADO

DOCENCIA Y RESULTADOS DEL PROCESO DE FORMACIÓN
GESTIÓN ESTRATÉGICA Y RECURSOS INSTITUCIONALES
ASEGURAMIENTO DE LA CALIDAD
VINCULACIÓN CON EL MEDIO
HASTA 10 DE DICIEMBRE DE 2030

INFÓRMATE MÁS EN
POSTGRADOUST.CL