

**INSTITUTO TECNOLÓGICO NACIONAL DE CIENCIAS
DEPORTIVAS Y TERAPÉUTICAS**

**TEMARIO DEL DIPLOMADO EN
AYUDAS ERGOGENICAS EN EL DEPORTE**

AYUDAS ERGOGENICAS EN EL DEPORTE



INTRODUCCIÓN

Curso diseñado para el desarrollo integral del promotor de la salud para el abordaje y análisis de la farmacología y su aplicación en el deporte.

OBJETIVOS ACADÉMICOS

- Identificar y analizar los conceptos más importantes entorno al ámbito de las ayudas ergogénicas en el deporte.
- Identificar las necesidades de cada mercado y disciplina deportiva entorno a las ayudas ergogénicas en el deporte.

ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE

- Desarrollo de apuntes y esquemas durante cada sesión
- Uso de diapositivas y material bibliografía a lo largo de cada sesión.
- Periodos de tiempo asignados resolver dudas al término de cada tema o sesión.

EVALUACIÓN DE APRENDIZAJES

- Examen teórico al término del curso.....50%
- Examen práctico al término del curso.....50%

MODALIDA: Diplomado		NOMBRE: Ayudas ergogénicas en el Deporte		
No.	CONTENIDOS	CARGA HORARIA PRESENCIAL	CARGA HORARIA ON-LINE	
AED-1	Introducción a las Ayudas Ergogénicas en el Fisicoculturismo & Fitness			
AED-1.1	Historia de las Ayudas Ergogénicas en el Fisicoculturismo & Fitness			
AED-1.1.1	Uso de esteroides y anabólicos a lo largo de la historia a nivel mundial.			
AED-1.1.2	Influencia en la Primera y segunda Guerra mundial			
AED-1.1.3	Influencia en los Juegos Olímpicos			
AED-1.1.4	Uso de esteroides y anabólicos a lo largo de la historia en México.			
AED-1.2	Definiciones y conceptos.			
AED-1.2.1	Esteroides			
AED-1.2.2	Anabólicos hormonales y no-hormonales			
AED-1.2.3	Diferencias principales de suplementos, complementos alimenticios y fármacos esteroideos.			
AED-1.2.4	Influencia del marketing			
AED-1.2.5	¿Qué es el "Doping"?			
AED-1.2.6	Que es el natural-doping			
AED-1.2.7	Conflicto ético.			
AED-1.2.8	Diferencia entre sustancias ergogénicas esteroides-anabólicos			
AED-1.3	Farmacología y sus ramas			
AED-1.3.1	Posología			
AED-1.3.2	Farmacocinética	4.0	0.4	
AED-1.3.3	Farmacodinamia			
AED-1.4	Farmacología y sus conceptos			
AED-1.4.1	Droga			
AED-1.4.2	Fármaco			
AED-1.4.3	Medicamento			
AED-1.4.4	Mecanismo y sitio de acción.			
AED-1.4.5	Absorción			
AED-1.4.6	Distribución			
AED-1.4.7	Metabolismo de los fármacos.			
AED-1.4.8	Biodisponibilidad			
AED-1.4.9	Bioasimilación			
AED-1.4.10	Reacción adversa medicamentosa (RAM)			
AED-1.4.11	Efecto secundario			
AED-1.4.12	Antidoping.			
AED-1.4.13	Tipos de dosis (Terapéutica media, toxica y letal)			

AED-2	Clasificaciones de los fármacos utilizados en la práctica deportiva, dosis y aplicación		
AED-2.1	De origen farmacéutico.		
AED-2.2	De diseño o marca comercial deportiva.		
AED-2.3	De uso veterinario.		
AED-2.4	Tipos de Andrógenos más usados.		
AED-2.4.1	Derivados de la Testosterona		
<u>AED-2.4.1.1</u>	<i>Propionato</i>		
<u>AED-2.4.1.2</u>	<i>Enantato</i>		
<u>AED-2.4.1.3</u>	<i>Decanato</i>		
<u>AED-2.4.1.4</u>	<i>Cipionato</i>		
<u>AED-2.4.1.5</u>	<i>Decaproato</i>		
<u>AED-2.4.1.6</u>	<i>Fenil Propionato</i>		
<u>AED-2.4.1.7</u>	<i>Ciclo Pentil Propionato (sten)</i>		
<u>AED-2.4.1.8</u>	<i>Undecilano (boldenona)</i>		
AED-2.4.2	Dehidrotestosteronas		
<u>AED-2.4.2.1</u>	<i>Oximetolona</i>		
<u>AED-2.4.2.2</u>	<i>Oxandrolona</i>		
<u>AED-2.4.2.3</u>	<i>Fluoximesterona</i>	4.0	0.4
<u>AED-2.4.2.4</u>	<i>Dianabol</i>		
<u>AED-2.4.2.5</u>	<i>Sostenon</i>		
<u>AED-2.4.2.6</u>	<i>Omnadren</i>		
<u>AED-2.4.2.7</u>	<i>Testoviron</i>		
AED-2.4.3	De bajo nivel Androgénico alto nivel anabólico		
<u>AED-2.4.3.1</u>	<i>Trenbolona</i>		
<u>AED-2.4.3.2</u>	<i>Laurabolín</i>		
<u>AED-2.4.3.3</u>	<i>Decaato de nandrolona</i>		
<u>AED-2.4.3.4</u>	<i>Dronstalonona</i>		
<u>AED-2.4.3.5</u>	<i>Metelonona</i>		
<u>AED-2.4.3.6</u>	<i>Estanozonol</i>		
<u>AED-2.4.3.7</u>	<i>Nandrolona</i>		
AED-2.5	Hormona de Crecimiento (GH)		
AED-2.6	Insulina e IGF-1		
AED-2.7	Clembuterol		
AED-2.8	Kynoselén		
AED-2.9	Uso de analgésicos en la práctica deportiva.		
AED-2.10	Uso de des inflamatorios en la práctica deportiva.		
AED-2.11	Tipos de protectores y desintoxicado res Hepáticos		
AED-3	Reglas y recomendación para la aplicación de fármacos "Métodos de infiltración"		
AED-3.1	Asepsia		
AED-3.2	Utensilios		
AED-3.3	Limpieza del paciente		
AED-3.4	Limpieza propia		
AED-3.5	Entrevista y preguntas al paciente (Alergias)		
AED-3.6	Ergonomía de las jeringas		
<u>AED-3.6.1</u>	<i>Capacidad de las jeringas</i>		
<u>AED-3.6.2</u>	<i>Medidas de las agujas</i>		
AED-3.7	Técnica de infiltración intramuscular		
<u>AED-3.7.1</u>	<i>Infiltración intramuscular en Deltoides</i>	2.0	0.4
<u>AED-3.7.2</u>	<i>Infiltración intramuscular en Glúteos</i>		
<u>AED-3.7.3</u>			

AED-3.8	<i>Infiltración intramuscular en Dorsales</i> Shock anafiláctico y protocolos de manejo		
AED-4 AED-4.1 AED-4.2 AED-4.3 AED-4.4 AED-4.5 AED-4.6 AED-4.6.1 AED-4.6.2 AED-4.6.3 AED-4.6.4 AED-4.6.5 AED-4.6.6	Diseño y estructura de ciclos I (Pautas) Indicaciones generales. ¿Cómo determinar que alguien es candidato? Principales condiciones a cumplir Precauciones, generalidades y patologías específicas. Historial clínico Exámenes Médicos ¿Cómo y que leer de una Química sanguínea? ¿Cómo y que leer de una Biometría Hemática? ¿Cómo y que leer de un Perfil Hepático? ¿Cómo y que leer de los exámenes ginecológicos (Mastografía y Papanicolaou)? ¿Cómo y que leer del perfil Tiroideo? ¿Cómo y que leer de un examen de próstata?	3.0	0.4
AED-5 AED-5.1 AED-5.2 AED-5.3 AED-5.4 AED-5.5 AED-5.6 AED-5.7 AED-5.8 AED-5.9	Diseño y estructura de ciclos II Diseño de ciclos Inducción a la fase anabólica ¿Que se considera un "Fuera de temporada"? ¿Que se considera una fase precompetitiva y la relación con los ciclos? Definición muscular por medio del ciclo Uso de ciclos para el aumento del rendimiento y/o la fuerza (Deportes de conjunto) Puntos estratégicos a considerar en la preparación antes de la competencia Periodo competitivo Depletación y cargas	3.0	0.4
Total de Horas		16.0	8.0