



ANDARE®
CERTIFICACIONES

26 de Abril, 17, 24 y 14 de Mayo | 2025 CDMX

CERTIFICACIÓN INTERNACIONAL EN

ENFERMEDADES MULTISISTÉMICAS

MODALIDAD HÍBRIDA



CRISTHOFER BRUNO



/ ANDARE CERTIFICACIONES



/ 449 137 2050

| CONTENIDO

Online

Plataforma Zoom (Teoría) sincrónico (Quedará grabado)

Duración de 6 horas

Sábado 26 de Abril y Sábados 3, 17 de Mayo

Horario: TBD.

Presencial

Sede: Hotel fiesta Inn Insurgentes Sur CDMX

24 y 25 de Mayo presencial

Horario: TBD.





OBJETIVOS



CONTENIDOS

Capacitar a los fisioterapeutas en el análisis de la fisiopatología de las enfermedades multisistémicas asociadas al síndrome metabólico, permitiéndoles identificar y abordar de manera precisa las deficiencias metabólicas mediante estrategias de entrenamiento físico basadas en evidencia. El programa busca mejorar la capacidad funcional y la calidad de vida de los pacientes, optimizando su metabolismo y reduciendo factores de riesgo mediante un enfoque integral y personalizado.



TEMARIO

Online

1. Introducción de las enfermedades sistémicas.

- Hipertensión arterial sistémica y aterosclerosis
- Definición y criterios diagnósticos (NCEP-ATP III, IDF, OMS).
- Factores de riesgo y prevalencia.
- Fisiopatología de la hipertensión arterial.
- Impacto en la salud pública y costos asociados.

2. Resistencia a la insulina y diabetes tipo II

- Definición y criterios diagnósticos
- Factores de riesgo y prevalencia.
- Fisiopatología de la diabetes tipo II.
- Impacto en la salud pública y costos asociados.

3. Obesidad

- Definición y criterios diagnósticos (NCEP-ATP III, IDF, OMS).
- Factores de riesgo y prevalencia.
- Fisiopatología de la hipertensión arterial.
- Impacto en la salud pública y costos asociados

4. Evaluación Clínica y Funcional en Pacientes con Síndrome Metabólico

- Historia clínica y evaluación de comorbilidades.
- Pruebas de composición corporal (IMC, índice cintura-cadera, bioimpedancia).
- Evaluación de la capacidad aeróbica (prueba de caminata de 6 minutos, VO₂máx estimado).
- Pruebas de fuerza muscular (dinamometría).
- Evaluación de la flexibilidad y movilidad articular.
- Evaluación de la función pulmonar (espirometría).
- Evaluación metabólica (perfil lipídico, glucosa en sangre, HbA1c).



TEMARIO

Online

5. Prescripción de Ejercicio en Síndrome Metabólico

- Principios del entrenamiento físico basado en la evidencia.
- Guías de ejercicio según ACSM y ADA para síndrome metabólico.
- Entrenamiento aeróbico:
 - Modalidades (caminata, bicicleta, natación).
 - Intensidad (prescripción con base en la frecuencia cardíaca y la escala de Borg).
 - Beneficios cardiovasculares y metabólicos.
- Entrenamiento de resistencia:
 - Diseño de programas (frecuencia, intensidad, volumen).
 - Beneficios en el metabolismo muscular y control glucémico.
- Entrenamiento combinado (aeróbico + resistencia).
- Entrenamiento de flexibilidad y movilidad.
- Prescripción de ejercicio en pacientes con comorbilidades.

6. Abordaje Multidisciplinario y Estrategias de Tratamiento

- Importancia del trabajo interdisciplinario (médicos, nutricionistas, psicólogos).
- Modificación de hábitos de vida (nutrición, sueño, estrés).
- Educación del paciente en la autogestión de su condición.
- Motivación y adherencia al programa de ejercicio.

7. Rehabilitación y Prevención de Complicaciones

- Manejo de pacientes con riesgo cardiovascular.
- Precauciones y contraindicaciones del ejercicio en síndrome metabólico.
- Identificación de signos de alerta durante el entrenamiento.
- Adaptaciones del ejercicio en presencia de complicaciones (neuropatías, retinopatías).



| TEMARIO

Presencial

1. Prueba de caminata de 6 minutos,

- prueba course navette
- Prueba del Escalón de Harvard.

2. Pruebas de función pulmonar.

- Evaluación de PEmax, PImax,

3. Espirometría. *buscar equipo*

4. Pruebas de esfuerzo convencional

5. prueba de flexibilidad equilibrio (batería corta de desempeño físico SPPB

- VALORACIÓN, INTERPRETACIÓN.

6. Tipos de entrenamiento

- interválico y continuo
- HIIT
- Entrenamiento basado en velocidad
- Protocolo de entrenamiento con restricción de flujo sanguíneo

7. Entrenamiento músculos inspiratorios

- dispositivos de presión threshold IMT PEP

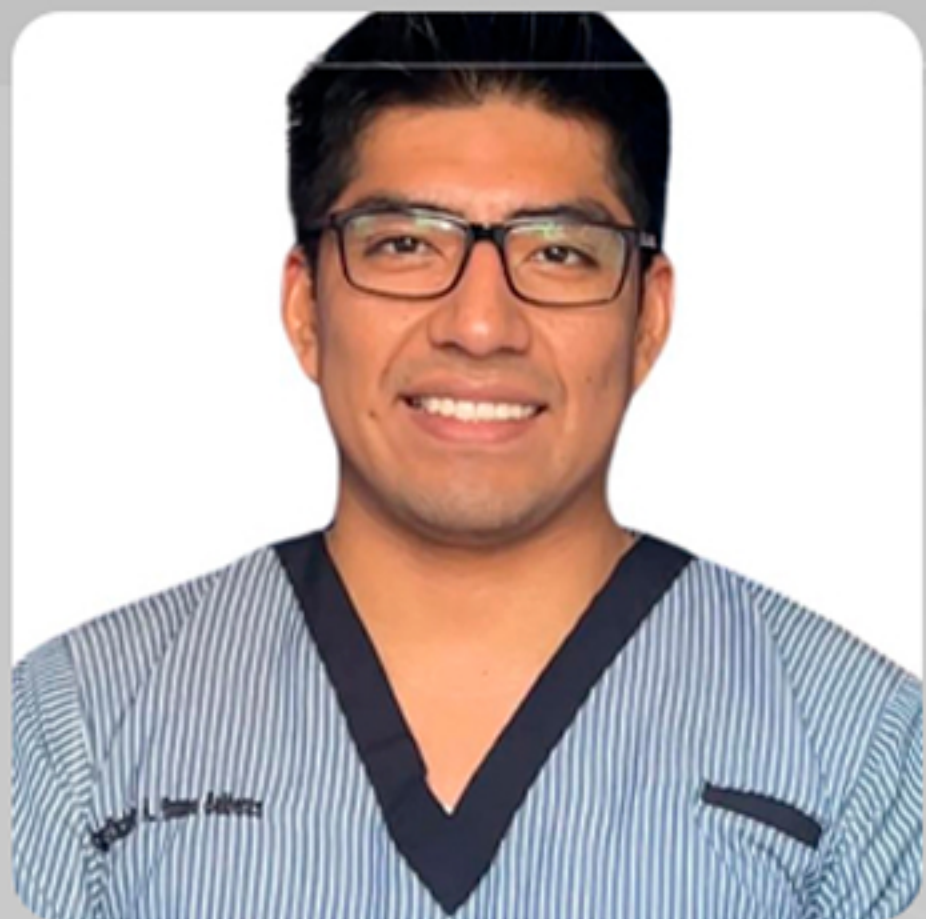
8. Antropometría.

- Talla, peso, composición corporal.

9. Técnicas de reeducación respiratoria: Reeducación del patrón ventilatorio, Autocontrol de la hiperventilación y la disnea.



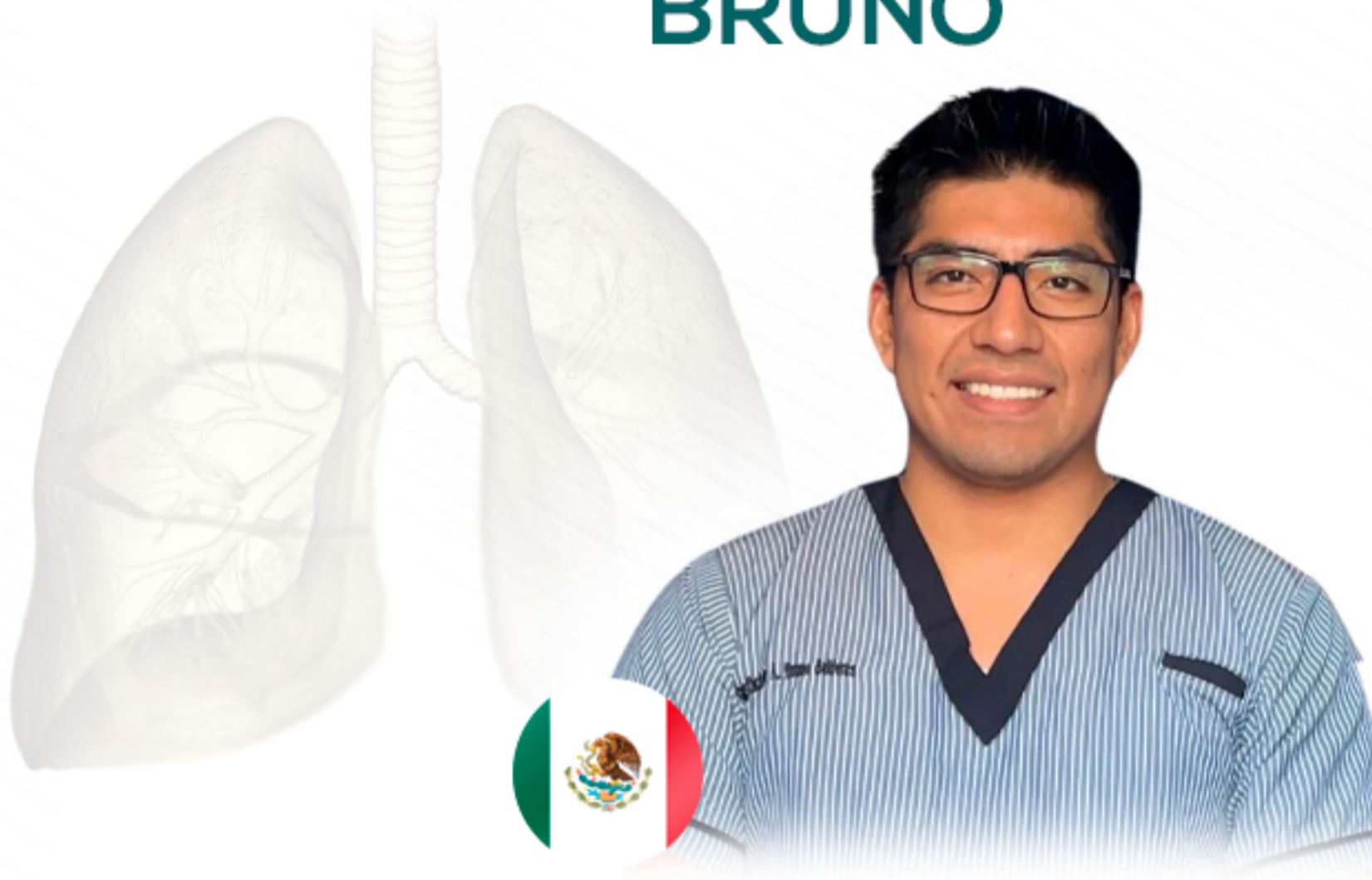
PONENTE



| PONENTE

CRISTHOFER

BRUNO



EXPERIENCIA:

Licenciatura en Fisioterapia
Universidad del Valle de Puebla
2015 - 2019

Maestría en Rehabilitación
Centro de Estudios Superiores
FISICOL
2022 - 2024

- Certificación en masaje deportivo | Ciudad de México. 2021.
- Certificación en electro punción I. | Ciudad de Mexico. marzo 2021.
- Certificación en electro punción II. | Ciudad de Mexico. julio 2021.
- Diplomado internacional en tratamiento conservador e invasivo del síndrome de dolor miofacial. | Bogota, Colombia. MARZO 2022.
- Certificación en neuro modulación I, II | Ciudad de Mexico. diciembre 2022.
- Certificación en técnica EPI | Madrid, España. julio 2022.
- Certificación en rehabilitación cardiopulmonar | Tehuacan, Puebla. Septiembre 2022.
- Certificación en Entrenamiento Interválico y sus Intensidades | Puebla, Puebla. Marzo 2023.
- Experto en ejercicio y cáncer | Puebla, Puebla. Octubre del 2023.
- Certificación en ecografía musculoesquelética | Monterrey, Nuevo León. Mayo 2024.
- Monitorización del paciente crítico. | Puebla, Puebla. Mayo del 2024
- Certificación en ecografía cardiaca y pulmonar. | Puebla, Puebla. septiembre del 2024.

| CLÁUSULAS

- Una vez abonada la inscripción, si el alumno no puede asistir al curso, no se le reembolsará el dinero de la inscripción.
- SI LA EMPRESA CANCELA EL EVENTO, se garantiza el reembolso del 100% de la inscripción en caso que el alumno así lo decida, o bien puede ser utilizada para otra formación de Andare Certificaciones.
- El costo de la formación NO incluye viáticos (hospedaje, comidas ni transporte).
 - En caso de pedir factura, se cobrará el IVA.
- El alumno se compromete a actuar de forma ética y profesional y siempre con respeto y tolerancia hacia sus compañeros y profesor, generando un ambiente educativo, agradable para los asistentes.
- Cualquier alumno asistente a la formación deberá estar en un estado óptimo de salud, físico y mental, ya que Andare Certificaciones no se hará responsable ante cualquier incidente que pueda presentarse durante la formación.
 - Es necesario un mínimo de 25 inscritos para que se realice la certificación.
 - Andare Certificaciones se compromete a brindar el material necesario, para un buen desarrollo de la formación.

| AVÁL

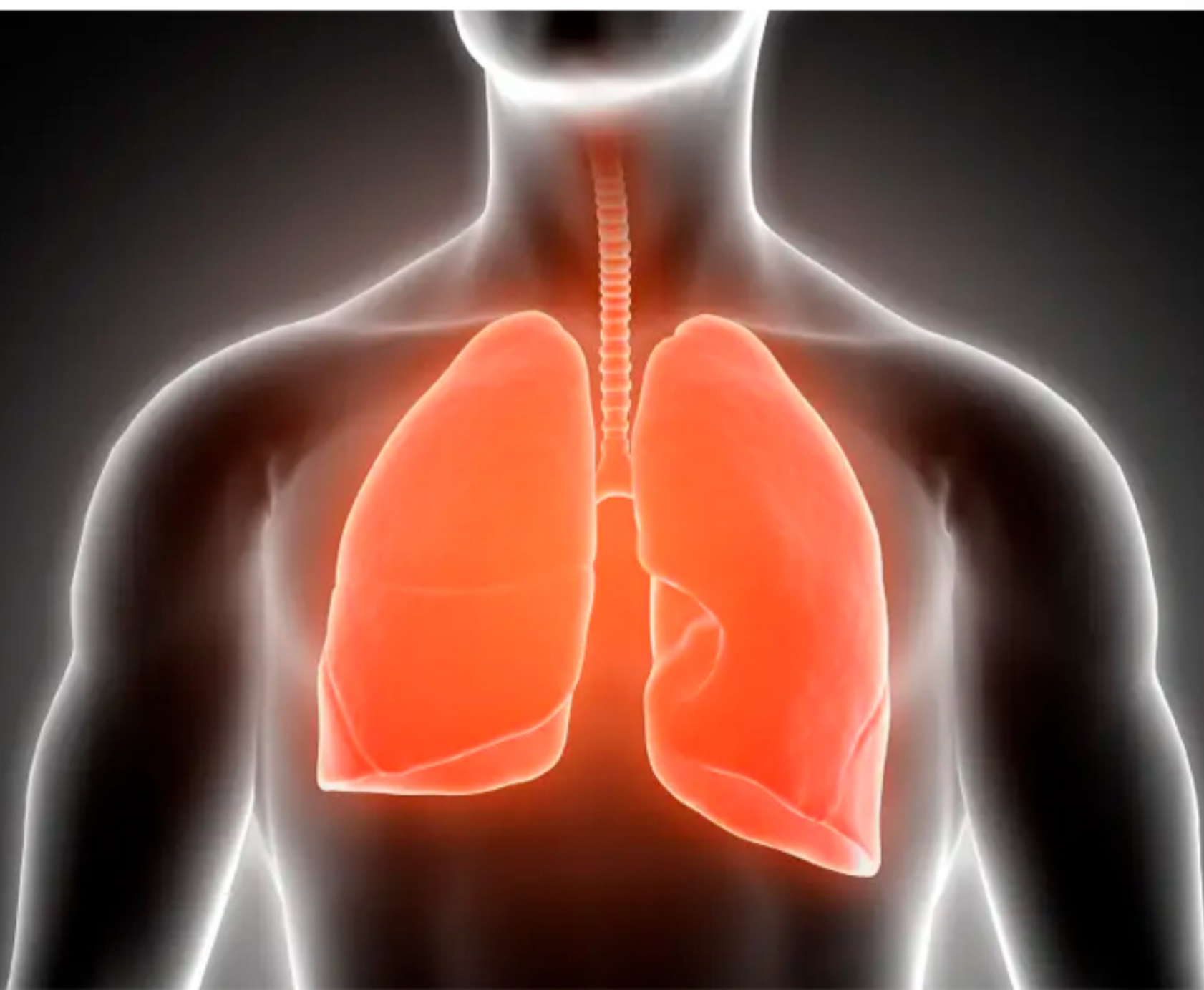
GLOBAL UNIVERSITY

RVOE SEP 20221025

Andare Certificaciones

Empresa legalmente constituida, facultada para llevar a cabo la realización de formaciones enfocadas en (fisioterapia)

* Escritura No.12396 Vol. 247



| AVISO DE PRIVACIDAD

ANDARE CERTIFICACIONES, mejor conocido como Andare Fisioterapia S.A. de C.V., con domicilio en: Calle José María Elizalde #702, Colonia Olivares Santana, Ciudad Aguascalientes, Municipio o delegación Aguascalientes, CP: 20010, en la entidad de Aguascalientes, México, y portal de internet:

[https:// andarecertificaciones.com](https://andarecertificaciones.com), es el responsable del uso y protección de sus datos personales.

Para cualquier duda o aclaración/ mayor información favor de mandar whatsapp al 449 137 2050.

Con gusto le atenderemos.


ANDARE®
CERTIFICACIONES

INVERSIÓN



INVERSIÓN

Aparta con \$2,500

* El resto se liquida dos días antes del día del curso,

COSTO TOTAL DE LA CERTIFICACIÓN:

\$10,500

COSTO RED FISIOS ANDARE:

\$9,000

Al liquidar el curso en efectivo **RECIBE UN 10% de descuento** del total de la certificación.
(NO APLICA PARA GRUPOS)

Aplican términos y condiciones.

**** DIRIGIDO SOLAMENTE A FISIOTERAPEUTAS, KINESIÓLOGOS, TERAPEUTAS FÍSICOS, QUE CUENTEN CON CÉDULA PROFESIONAL.**

FORMAS DE PAGO

Pago tiendas de autoservicio (Oxxo):
5579 0890 0045 9167 - BANCO SANTANDER

Número de cuenta:
65-50713763-2 (DEPÓSITO BANCO SANTANDER)

CLABE:
014010655071376327 (TRANSFERENCIAS)

A NOMBRE DE: ANDARE FISIOTERAPIA SA DE CV

DESPUÉS DE REALIZAR EL DEPÓSITO:

- Favor de enviar foto de tu comprobante de pago al vía whatsapp al 449 137 20 50
- Enviar foto de tu comprobante de estudios/ carta pasante / cédula profesional (en caso de ser egresado)
- Enviar nombre tal cual deseas que aparezca en tu certificado del curso.


**ACEPTAMOS PAGO CON TARJETA DE CRÉDITO, A 3 Y 6 MESES SIN INTERESES
TARJETAS PARTICIPANTES:**



| CONTACTO

CEO ANDARE CERTIFICACIONES
LTF. JORGE GTZ. CHARLES

  / ANDARE CERTIFICACIONES

 / 449137 2050