

**I CONGRESO INTERNACIONAL DE CIENCIAS DEL DEPORTE, RECREACIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA
IX SEMINARIO INTERNACIONAL DE ACTIVIDAD FÍSICA PARA LA SALUD**

6 AL 8 DE SEPTIEMBRE DE 2023

PROGRAMACIÓN

MIÉRCOLES 6 DE SEPTIEMBRE			
HORA	ACTIVIDAD	PONENTE / RESPONSABLE	LUGAR
8:30 a.m.	Registro de asistencia	Comité Logístico	Entrada Auditorio Mayor Edificio Dr. Angélico
9:00 a.m.	Protocolo de apertura	Himno de Colombia Himno de la Universidad Santo Tomás Intervención Directivos Universidad Santo Tomás	Auditorio Mayor Edificio Dr. Angélico
9:15 a.m.	Ingesta y control de macronutrientes para el rendimiento físico y la recomposición corporal	Roberto Espinoza. <i>México</i>	
9:30 a.m.	La evaluación de la carga alostática en el deporte	Diego Bonilla. <i>Colombia</i>	
9:45 a.m.	Métodos del VBT para prescribir el máximo número de repeticiones hasta el fallo muscular	Sergio Miras. <i>España (PMT)</i>	
10:00 a.m.	Entrenamiento Concurrente y HIIT: implicaciones sobre la fuerza y la hipertrofia	Guilherme Rosa. <i>Brasil</i>	
10:15 a.m.	Hipertrofia muscular y su actualización fisiológica	Andrés Trejos. <i>Costa Rica</i>	
10:30 a.m.	Conversatorio: Obesidad y mujer. Retos del siglo XXI	Adriana Campos y Luz Marina Moncada. <i>Colombia</i>	
11:00 a.m.	Panel de expertos: Prescripción del ejercicio en personas con sobrepeso y obesidad	Ponentes: Adriana Campos. <i>Colombia</i> Henry León. <i>Colombia</i> Jhon Fredy Ramírez. <i>Colombia (PMT)</i> Cecilia Guzmán. <i>México</i> Andrés Trejos. <i>Costa Rica</i> Modera: Isabel Sánchez. <i>Colombia</i>	

12:00 m.	Receso		
2:00 p.m.	Exposición de póster		Hall Auditorio Mayor Edificio Dr. Angélico
2:30 p.m.	“Sentados y en silencio” De como la escuela favorece la elevada exposición a tiempo sentado en escolares.	Manuel Riveros. <i>Colombia</i>	Auditorio Mayor Edificio Dr. Angélico
2:45 p.m.	Experiencia formativa en gamificación para la promoción de la salud social, emocional y hábitos de vida saludable con mujeres cuidadoras y madres comunitarias	Lady Ruiz y Viviana Sierra. <i>Colombia</i>	
3:00 p.m.	Salud percibida en gestantes, posterior a la participación en un programa de motricidad acuática	Yehimy Aguilera. <i>Colombia</i>	
3:15 p.m.	Identificación de factores de riesgo cardiovascular en jóvenes universitarios. Revisión documental	Yisel Estrada. <i>Colombia</i>	
3:30 p.m.	Exposición de póster		Hall Auditorio Mayor Edificio Dr. Angélico

JUEVES 7 DE SEPTIEMBRE			
HORA	ACTIVIDAD	PONENTE / RESPONSABLE	LUGAR
8:30 a.m.	Registro de asistencia	Comité Logístico	Entrada Auditorio Mayor Edificio Dr. Angélico
9:00 a.m.	Estrategia Nacional para la Promoción de Hábitos y Estilos de Vida Saludable	Nubia Ruiz Gómez. <i>Colombia</i>	Auditorio Mayor Edificio Dr. Angélico
9:30 a.m.	Entornos Laborales Saludables: una experiencia desde el sector público	Lorena Fonseca. <i>Colombia</i>	
9:45 a.m.	Uso de la tecnología en el entrenamiento deportivo	Daniel Rojas. <i>Costa Rica</i>	
10:00 a.m.	Formación en nuevas tendencias: los video juegos como estrategia didáctica en la programación del ejercicio físico	Jorge Aburto. <i>México</i>	
10:15 a.m.	La Recreación desde una perspectiva de derechos. Una discusión acerca del activismo entretenedor y las didácticas "recreativas"	Marcos Griffa. <i>Argentina</i> (PMT)	
10:30 a.m.	Gestión de eventos deportivos: una importante fuente de ingresos al alcance de todos	Juan José Calleja. <i>México</i>	
11:00 a.m.	Panel de expertos: Gestión y mercadeo del deporte, recreación y actividad física	Ponentes: Jessica Sánchez. <i>México</i> Juan José Calleja. <i>México</i> Miguel García. <i>España</i> (PMT) Guillermo González. <i>Colombia</i> . Modera: Gonzalo Florián. <i>Colombia</i>	

12:00 m.	Receso		
2:00 p.m.	Exposición de póster		Hall Auditorio Mayor Edificio Dr. Angélico
2:30 p.m.	Planificación y prescripción de las cargas de entrenamiento	Rodrigo Vargas. <i>Chile</i> (PMT)	Auditorio Mayor Edificio Dr. Angélico
2:45 p.m.	Prevalencia de polimorfismo y expresión posterior al entrenamiento de los genes ACTN3 (R/X) y ACE (I/D) en atletas de Crossfit	Aracely Enriquez. <i>México</i> (PMT)	
3:00 p.m.	Potenciación post activación inducida por entrenamiento en vertimax e inercial sobre la agilidad	Luis Cardozo. <i>Colombia</i>	
3:15 p.m.	Motricidad y pensamiento. Posibles razones para involucrar el movimiento como una función cognitiva	Felipe Garavito. <i>Colombia</i>	
3:30 p.m.	Exposición de póster		Hall Auditorio Mayor Edificio Dr. Angélico

VIERNES 8 DE SEPTIEMBRE

Ingreso a talleres hasta completar aforo

Taller: Habilidades y acondicionamiento físico en el agua, único taller con inscripción previa en:
<https://forms.office.com/r/DeLbZrnBjV>

HORA	ACTIVIDAD	PONENTE / RESPONSABLE	LUGAR
8:30 a.m.	Registro de asistencia	Comité Logístico	Hall Edificio Cultural Hall Coliseo Campus San Alberto Magno
9:00 a.m. a 10:45 a.m.	Panel de ponencias cortas	Modera: Yisel Estrada. <i>Colombia</i>	Auditorio Catalina de Siena
9:00 a.m. a 10:45 a.m.	Taller: Metodología del entrenamiento funcional	IDRD: Juan González. <i>Colombia</i>	Coliseo Campus San Alberto Magno
9:00 a.m. a 10:45 a.m.	Taller: Uso de la tecnología para el análisis de variables de carga interna y externa	Daniel Rojas. <i>Costa Rica</i>	Auditorio Francisco de Vitoria
9:00 a.m. a 10:45 a.m.	Taller: Fundamentos para la síntesis de evidencia en salud	José Meneses. <i>Colombia</i>	Auditorio Antonio de Montesinos
10:45 a.m.	Receso		
11:00 a.m. a 12:45 m.	Taller: Habilidades y acondicionamiento físico en el agua. Único taller con inscripción previa, cupos limitados: https://forms.office.com/r/DeLbZrnBjV	IDRD: Luis Guevara y Saúl Pérez. <i>Colombia</i>	Piscina Campus San Alberto Magno
11:00 a.m. a 12:45 m.	Taller: Cálculo de macronutrientes para el rendimiento físico y la recomposición corporal en distintas disciplinas deportivas	Roberto Espinoza. <i>México</i>	Auditorio Catalina de Siena
11:00 a.m. a 12:45 m.	Taller: Tendencias Fitness y nuevos métodos de entrenamiento	Cecilia Guzmán. <i>México</i>	Coliseo Campus San Alberto Magno
11:00 a.m. a 12:45 m.	Taller: Planeación: la clave de un evento deportivo exitoso	Jessica Sánchez. <i>México</i>	Auditorio Francisco de Vitoria

11:00 a.m. a 1:00 p.m.	Paradas deportivas: Baloncesto 3X3 mixto Voleibol mixto Fútbol tenis mixto Fútbol sala masculino Carrera atlética	Departamento de Promoción y Bienestar Institucional	Canchas de baloncesto Canchas de voleibol Canchas de minitenis Canchas fútbol sala Plazoleta Campus San Alberto Magno
1:00 p.m.	Punto Cultural	Departamento de Promoción y Bienestar Institucional	Plazoleta Campus San Alberto Magno
1:00 p.m.	Receso		
2:00 p.m. a 4:00 p.m.	PetCross	Viviana Sierra. <i>Colombia</i>	Plazoleta Campus San Alberto Magno
2:00 p.m. a 4:00 p.m.	Taller: Nuevas tendencias del entrenamiento de alta intensidad	Yuliana Salinas. <i>Colombia</i>	Gimnasio Campus San Alberto Magno
2:00 p.m. a 4:00 p.m.	Taller: Pilates mat contemporáneo	Paola Romero. <i>Colombia</i>	Coliseo Campus San Alberto Magno

Nota: Programación sujeta a cambios.