

NASM WEIGHT LOSS SPECIALIZATION [NASM-WLS]

NOMBRE EN ESPAÑOL:

ESPECIALIDAD INTERNACIONAL EN PÉRDIDA DE PESO

INTRODUCCIÓN: Esta especialidad esta creada a partir del abordaje realista de dos de los principales objetivos de clientes cuando se acercan a un profesional del fitness y la nutrición; el verse y sentirse mejor. Gracias a la integralidad de esta especialidad aprenderás de ejercicio, nutrición y comportamiento.

DURACIÓN: 200 horas (aproximadamente 4 meses)

DESCRIPCIÓN: Nuestro programa proporciona la información más científicamente más precisa y eficiente, todo entregado en nuestra nueva y revolucionaria plataforma de aprendizaje digital. Brinda una aplicación real de ejercicios específicos, ejemplos de preparación, desarrollo de estrategias nutricionales efectivas y abordaje psicológico de forma eficiente para el cambio comportamental.

El profesional especializado en pérdida de peso se prepara para ayudarte a verte y sentirte mejor.

SECCIONES:

1. Fisiología de la obesidad
2. Aspectos psicosociales de la obesidad
3. Metabolismo y bioenergetica
4. Nutrición y suplementación
5. Impacto del ejercicio en la pérdida de peso
6. Proceso de admisión y evaluación integral del cliente
7. Estrategias de asesoramiento nutricional para bajar de peso
8. Estrategias de entrenamiento físico para bajar de peso
9. Mantenimiento y sostenibilidad



¿QUÉ INCLUYE?

- 15 capítulos de aprendizaje progresivo
- +9 videoconferencias, demostraciones y animaciones de alta calidad
- +30 recursos descargables con infografías personalizadas