

## BOLETÍN DE INSCRIPCIÓN

### MATRÍCULA

Nombre:.....  
Apellidos:.....  
Dirección:.....  
Localidad:..... C.P.:.....  
Teléfono:..... e-mail:.....  
Título curso:.....

Pago: Tránsito bancaria o ingreso en efectivo en la cuenta  
Caja España- Caja Duero: 2096-0338-78-2067526104

\* Indicando en ella claramente el curso en que se matricula y debe -en todo caso- presentar justificante de su realización al matricularse.

Firma

Fecha.....



Nombre:.....  
Apellidos:.....  
Dirección:.....  
Localidad:..... C.P.:.....  
Teléfono:..... e-mail:.....  
Título curso:.....

Pago: Tránsito bancaria o ingreso en efectivo en la cuenta  
Caja España- Caja Duero: 2096-0338-78-2067526104

\* Indicando en ella claramente el curso en que se matricula y debe -en todo caso- presentar justificante de su realización al matricularse.

Firma

Fecha.....

### MATRÍCULA

**ORDINARIA:** El importe es de 35 €.

**REDUCIDA:** El importe es de 25 €. Tendrán derecho a esta reducción en el importe de la matrícula ordinaria los estudiantes de la UNED. Este curso tiene una parte presencial reflejada en el programa y otra en la que los alumnos desarrollarán un breve trabajo para completar las horas acreditadas.

Se entregará a cada alumno materiales didácticos y las clases impartidas en un pendrive.

#### FORMALIZACIÓN DE LA MATRÍCULA:

Para formalizar la matrícula deberá cumplimentarse el boletín de inscripción acompañado de fotocopia de DNI, resguardo del abono de la matrícula, resguardo acreditativo de la condición de matrícula reducida y enviarlo o presentarlo en la siguiente dirección:

Centro Regional de la UNED  
C/ La Puebla, 6 - 34002 Palencia

#### PAGO DE MATRÍCULA:

Se realizará mediante transferencia bancaria o ingreso en efectivo en la siguiente entidad y nº de cuenta:  
Centro Regional de la UNED

Caja España-Caja Duero:  
2096-0338-78-2067526104

En el justificante de abono se harán constar los datos personales del alumno y el curso en el que se matricula.

### CRÉDITOS

Reconocimiento de 1 Crédito ECTS por la UNED (en trámite) y la Universidad de Valladolid.

#### DIRECCIÓN

D. Juan de Dios Casquero Ruiz. DIRECTOR DEL CENTRO ASOCIADO UNED PALENCIA

#### SECRETARÍA E INFORMACIÓN

Centro Regional de la UNED  
C/ La Puebla, 6 - 34002 Palencia  
Tf.: 979 720662 / Fax: 979 710697  
e-mail: info@palencia.uned.es



## CURSO DE EXTENSIÓN UNIVERSITARIA

# ACTIVIDAD FÍSICA Y ALIMENTACIÓN COMO EJE FUNDAMENTAL EN LOS ESTILOS DE VIDA SALUDABLE



PALENCIA  
25 Y 26 DE ABRIL DE 2014



# P R O G R A M A

**VIERNES 25 DE ABRIL DE 2014**

---

9.00-10.00 HORAS

**Pirámide del estilo de vida saludable.**

Coral Calvo Bruzos. Profesora Facultad de Ciencias. UNED.

10.00 -11.00 HORAS

**Estilo de vida actual en los diferentes grupos de edad: nutrición y actividad física.**

Consuelo López Nomdedeu. Profesora Escuela Nacional de Sanidad. Instituto de Salud Carlos III.

11.30- 12.30 HORAS

**Actividad física y prevención de la enfermedad.**

Coral Calvo Bruzos. Profesora Facultad de Ciencias. UNED.

12.30- 14.00 HORAS

**Estrategias de intervención en la promoción de la actividad física.**

Consuelo López Nomdedeu. Profesora Escuela Nacional de Sanidad. Instituto de Salud Carlos III.

15.30-17.00 HORAS

**Las enfermedades crónicas no transmisibles son la epidemia de nuestros tiempos: la enfermedad cardiovascular y el cáncer y su relación con el estilo de vida.**

Carmen Gómez Candela Jefe de Nutrición Clínica y Dietética. Hospital Universitario La Paz. Madrid .

17.00- 19.00 HORAS

**Valoración nutricional y recomendaciones nutricionales antes de iniciar un programa de promoción de actividad física.**

Carmen Gómez Candela Jefe de Nutrición Clínica y Dietética. Hospital Universitario La Paz. Madrid .

19.30-21.30 HORAS

**Regular la actividad física en la escuela infantil y primaria.**

Marcelino Vaca Escribano. Profesor titular de la Escuela Universitaria de Educación de Palencia, Universidad de Valladolid.

**SÁBADO 26 DE ABRIL DE 2014**

---

9.00-11.00 HORAS

**Nuevo concepto de balance energético, y su efecto sobre patologías crónicas como la obesidad.**

Pedro J. Benito Peinado Profesor Titular. Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (INEF-Madrid), Departamento de Salud y Rendimiento Humano. Universidad Politécnica de Madrid.

11.30- 14.00 HORAS

**Taller práctico de intervención en sobrepeso y obesidad.**

Pedro J. Benito Peinado Profesor Titular. Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (INEF-Madrid), Departamento de Salud y Rendimiento Humano. Universidad Politécnica de Madrid.

15.30-16.30 HORAS

**Valoración de la actividad física en mujeres adultas en Valladolid.**

M<sup>a</sup> José Cao Torija. Profesora Titular de Universidad en el Departamento de Enfermería. Universidad de Valladolid.

16.30- 18.30 HORAS

**Nuevos trastornos del comportamiento alimentario asociados al ejercicio físico y al deporte : Vigorexia.**

M<sup>a</sup> José Castro Alija. Profesora Nutrición y Dietética. Especialista en Nutrición. Universidad de Valladolid

19.30 -21.00 HORAS

**Tríada en la mujer deportista.**

M<sup>a</sup> José Castro Alija. Profesora Nutrición y Dietética. Especialista en Nutrición. Universidad de Valladolid.

Clausura y entrega de Certificados.