



**INTERNATIONAL SOCIETY FOR THE ADVANCEMENT OF THE  
KINANTHROPOMETRY**

**CERTIFICACIÓN ISAK NIVEL – 1**

**(PUEBLA, PUEBLA)**

**CÓDIGO:2405.01.MAACM**



**17, 18 y 19 DE MAYO DE 2024**

**(VIERNES, SÁBADO Y DOMINGO)**

**CITY EXPRESS CENTRO BY MARRIOTT**

**Calle 10 Norte No. 1406, Col. El Alto Puebla de Zaragoza, Puebla 72000**

## **HORARIO:**

**10:00 A 19:00 hrs**

**DESCANSO 14:00 – 15:00 hrs**

## **IMPARTEN:**

### **M.N.D. MARIO ACEVEDO MORA**

**-MÁSTER EN ENTRENAMIENTO Y**

**NUTRICIÓN DEPORTIVA**

**UNIVERSIDAD EUROPEA**

**ESCUELA DEL REAL MADRID.**

**-LICENCIADO EN NUTRICIÓN**

**-LICENCIADO EN ADMINISTRACIÓN y FINANZAS**

**-INSTRUCTOR ISAK NIVEL 3**

**-CO-AUTOR DE INVESTIGACIONES CIENTÍFICAS**

**-DIRECTOR ACADÉMICO FUNDACIÓN UROLÓGICA DE MÉXICO A.C.**

**-DIRECTOR GENERAL DE IAEPPS S.C. (2 años)**



## **PERFIL DE INGRESO:**

ESTUDIANTES, EGRESADOS DE LICENCIATURA Y POSGRADO EN:

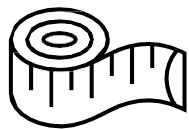
- NUTRICIÓN
- MEDICINA, MEDICINA DEL DEPORTE y ENFERMERÍA
- FISIOTERAPIA
- ENTRENAMIENTO DEPORTIVO, ACONDICIONAMIENTO FÍSICO Y RECREACIÓN
- BIOLOGÍA, BIOQUÍMICA
- ANTROPOLOGÍA
- ENTRENADORES DE FUERZA CON PESAS y PREPARADORES FÍSICOS

## **PERFIL DE EGRESO:**

ANTROPOMETRISTA MIEMBRO DE LA ISAK NIVEL 1 DEL PERFIL RESTRINGIDO  
CON 4 AÑOS DE VIGENCIA INTERNACIONAL EN MATERIA DE  
TÉCNICA ANTROPOMÉTRICA ESTADARIZADA A NIVEL INTERNACIONAL.



# APRENDERÁS:



**TÉCNICA PROFESIONAL DE ANTROPOMETRÍA  
CON ESTÁNDAR INTERNACIONAL APLICADO A ATLETAS CAMPEONES  
OLÍMPICOS**



**ÍNDICES ANTROPOMÉTRICOS DE  
TAMIZAJE EN NUTRICIÓN CLÍNICA**

**OBTENER PORCENTAJE DE MASA GRASA  
EN GENERAL  
Y POR SEGMENTOS (BRAZOS, TÓRAX, MUSLOS Y PIERNAS)**



**OBTENER PORCENTAJES DE MASA MUSCULO ESQUELÉTICA  
EN GENERAL  
Y POR SEGMENTOS (BRAZOS, TÓRAX, MUSLOS Y PIERNAS)**

**REFERENCIAS ACTUALIZADAS DEL PORCENTAJE DE MASA GRASA  
(ACSM, 2021)**



**CÁLCULO DEL SOMATOTIPO, UBICACIÓN EN LA SOMATOCARTA,  
NOMENCLATURA DEL SOMATOTIPO**

**USOS Y CÁLCULO DEL ERROR TÉCNICO DE MEDICIÓN  
INTRA E INTEREVALUADOR (absoluto y relativo)**

**INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS DE ARTÍCULOS CIENTÍFICOS  
MODELO DE 4 COMPONENTES (3 PROPUESTAS)**

✓ SE OBSEQUIARÁ DE REGALO UNA HOJA DE CÁLCULO EXCEL  
 PARA QUE EN AUTOMÁTICO APAREZCAN LOS TODOS LOS RESULTADOS DE:

- ÍNDICES DE TAMIZAJE EN SALUD
- COMPOSICIÓN CORPORAL
- SOMATOTIPO Y SOMATOCARTA
- PROPORCIONANLIDAD

Estimaciones Antropométricas	
<b>PORCENTAJE DE GRASA A ESCOGER</b> 14.6 <input type="text"/> Coloca el % de masa grasa que consideres. Muy Magro	
<b>PORCENTAJE DE GRASA Sedentarios (Durnin y Womersley)</b> 29.0 %	
<b>Deportistas (Faulkner)</b> 17.0 %	
<b>Alto Rendimiento Nacional (Carter)</b> 17.8 %	
<b>Alto Rendimiento Olimpico (Yuhasz)</b> 17.6 %	
<b>Deportistas (Jackson y Pollok)</b> 16.4 % Utiliza pliegue del abdomen izquierdo Pectoral solamente a utilizar en hombres.	
<b>Niños y Adolescentes</b> 6.5 %	
<b>Sobrepeso y Obesidad</b> 39.6 %	
<b>Sumatoria de 6 Pliegues</b> 92 mm	
<b>Porcentaje de Masa Muscular</b> Nivel 2 43.8 Ross y Kerr Nivel 1 45.9 Matiegka	
<b>Índice Msculo-óseo</b> 2.5	

Datos Antropométricos	
Nombre del Paciente	
Edad	29
Género	1
Mujer = 1    Hombre = 2	
Fecha de Evaluación	
Medidas Básicas	
Peso (Kg)	63
Talla (cm)	172
Talla Sentado (cm)	89.1
Envergadura (cm)	178.4
Circunferencias (cm)	
Cabeza	55.6
Brazo Relajado	34.6
Brazo Contraído	27.5
Antebrazo	24.2
Muñeca	15.4
Tórax	97.5
Cintura	81
Cadera	89.5
Muslo medio	44.2
Pierna	30.5
Pliegues (mm)	
Subescapular	20
Tricipital	10
Bicipital	5.5
Pectoral	
Ileocostal	24

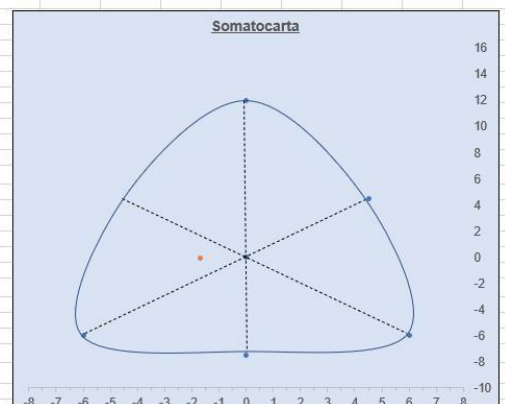
MODELO DE 4 COMPONENTES (DRINKWATER MODIFICACIÓN DE MATTIEU)	
Masa muscular,	23, 23%
Masa ósea,	29%
Masa residual,	21, 21%
Masa adiposa,	27, 27%

MODELO DE 5 COMPONENTES	
% Masa Residual	13%
% Masa de	5%
% Masa Muscular	

Abdominal	24
Muslo Medio	11.5
Pierna	9
Diámetros (cm)	
Humeral (codo)	6.3
Biestiloideo (muñeca)	5.3
Femoral (rodilla)	9
I.S.A.K. Nivel - 2	
Alturas (cm)	
Acromiolarial	33.7
Radial Estiloideo	25.1
Estiloideo dactilar	19.2
Ileoespinal	99.2
Diámetros anchos (cm)	
Biacromial	40.9
Bilíeocrestal	28.2
A-P del Tórax	23
Transverso del Tórax	29.7
Porcentaje de grasa a escoger	
El que se encuentre cercano a este valor Mantener la referencia obtenida	
I.S.A.K. Nivel - 1	
	16.7 %

Somatotipo	
Endo	4.7
Meso	3.9
Ecto	3.1
Si sale "Falso", colocar "1"	
Coordenadas de Somatocarta	
X	-1.7
Y	-0.1
PROPORCIONALIDAD (Nivel 2)	
Índice esquelético (Manouvrier)	
	93.0
Macroesquelético (Extremidades inferiores largas)	
Índice crómico (Tronco)	
	51.8
Hombre	Metricrómico (Tronco medio)
Mujer	Metricrómico (Tronco medio)
Envergadura relativa	
	103.7
Longitud relativa de la extremidad superior	
	45.3
Mesobraquial (Extremidades superiores medias)	
Índice acromio iliaco	
	68.9
Tronco troncoartrial (Hombros anchos)	



## **OBJETIVO GENERAL:**

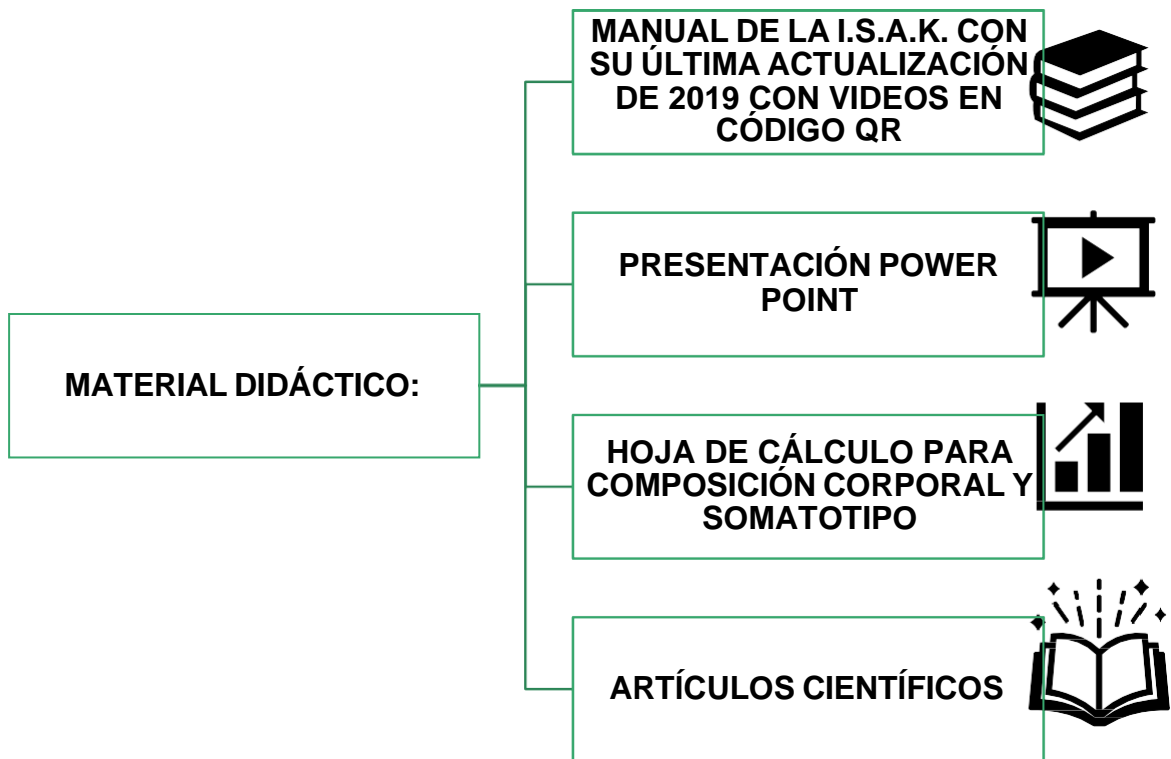
**AL TÉRMINO DEL CURSO, EL ALUMNO IDENTIFICARÁ EL PROCESO DE MEDICIÓN ESTANDARIZADO DEL PERFIL RESTRINGIDO DEL PROTOCOLO INTERNACIONAL ISAK, POR MEDIO DE LA CONSTANTE PRÁCTICA, A MODO DE PODER APLICARLO COMO CORRECTA ANTROPOMETRIA DEL CUERPO HUMANO.**

## **OBJETIVO ESPECÍFICO:**

**AL FINALIZAR EL CURSO, EL ESTUDIANTE DESEMPEÑARÁ LA CORRECTA ORIENTACIÓN EN SALUD DE LOS PACIENTES, A TRAVÉS DEL CORRECTO USO DE DIVERSOS INDICADORES DEL ESTADO NUTRICIO, CON EL FIN DE PODER HACER BUENOS TAMIZAJES Y DIAGNÓSTICOS MÉCIO NUTRICIONALES**

## **OBJETIVO ESPECÍFICO:**

**AL CONCLUIR CON LA PRIMERA PARTE DE LA CERTIFICACIÓN, EL ALUMNO RECONOCERÁ LAS ECUACIONES PARA DETERMINAR LA COMPOSICIÓN CORPORAL Y SOMATOTIPO DE LOS PACIENTES, A MODO DE PODER EMPLEARLAS DE MANERA ADECUADA**



#### **MATERIAL ANTROPOMÉTRICO:**

- NO ES NECESARIO LLEVAR EQUIPO, YA QUE SE PRESTARÁ PARA EL CURSO.

#### **REQUISITOS DE APROBACIÓN:**

- ✓ ASISTENCIA AL CURSO DEL 100%.
- ✓ APROBAR LOS EXÁMENES TEÓRICO Y PRÁCTICO.
- ✓ REALIZAR LAS 20 MEDICIONES POST CURSO EN UN LAPSO DE 4 MESES.

#### **CERTIFICADO DE APROBACIÓN:**

- AL APROBAR LA CERTIFICACIÓN, SE ENVIARÁ EL CERTIFICADO INTERNACIONAL COMO ANTROPOMETRISTA ISAK NIVEL 1 CON VIGENCIA DE 4 AÑOS, Y QUE FIGURA EN EL SITIO WEB OFICIAL DE LA ISAK

## **REQUISITOS DE ASISTENCIA:**



**MUJERES PORTAR MUDA DE ROPA DE SHORTS CORTOS Y PEGADOS O LICRAS, TOP DE TIRANTES Y CALCETAS.**



**HOMBRES PORTAR MUDA DE ROPA DE SHORTS CORTOS Y PEGADOS O LICRAS, Y CALCETAS.**



**TANTO MUJERES COMO HOMBRES:**



**UÑAS BIEN CORTAS**



**NO SE PERMITE EL INGRESO CON UÑAS LARGAS**



**NO DEBERÁN USAR CREMA CORPORAL.**



**DEBERÁN ASISTIR BIEN ASEADOS.**



## AULA DE CLASES:

- Estacionamiento
- Múltiples baños limpios
- Espacio amplio
- Terraza para alimentos











## COSTOS E INSCRIPCIONES

**COSTO:** \$4,000.00 TODO EL CURSO

**APARTA TU LUGAR CON \$1,000.00**

**LIQUIDA EL DÍA DEL CURSO CON \$3,000.00**



**NOMBRE:** MARIO ACEVEDO MORA

**BANCO:** SANTANDER

**CONCEPTO:** IAEPPS ISAK

**NÚMERO DE TARJETA:** 5579 0900 4228 4175

**CLABE INTERBANCARIA:** 0141 8026 0196 4921 84

## PROCESO DE INSCRIPCIÓN

**TRANSEFERENCIA ELECTRÓNICA O DEPÓSITO EN OXXO, SEVEN ELEVEN O BANCO.**

**ENVÍA FICHA DE PAGO, NOMBRE COMPLETO Y NÚMERO DE TELÉFONO (MÓVIL)**

**AL**

**CORREO ELECTRÓNICO:** [iaeppsnutricion@gmail.com](mailto:iaeppsnutricion@gmail.com)

**O BIEN AL NÚMERO DE TELÉFONO 55 60 72 38 82 VIA WHATSAPP.**

**PAGO CON TARJETA DE CRÉDITO CON COBRO DEL 3.5% DE COMISIÓN VÍA STRIPE**

<https://www.iaepps.com/event-details/curso-certificacion-isak-nivel-1-en-puebla-02-2024>



**EMITIMOS FACTURA SAT SI SE REQUIERE,  
YA QUE EL COSTO INCLUYE EL IVA.**

**ENVIAMOS RECIBO DE PAGO.**

**RAZÓN SOCIAL: MARIO ACEVEDO MORA**

**RFC: AEMM911101QR9**

**RÉGIMEN FISCAL: PERSONA FÍSICA CON ACTIVIDAD EMPRESARIAL**

**USO DE CFDI: PAGOS POR ERVICIOS EDUCATIVOS (COLEGIATURA)**

**\*LOS DATOS PROPORCIONADOS POR LOS ALUMNOS, SE MANTENDRÁN BAJO CONFIDENCIALIDAD Y SOLAMENTE SE UTILIZARÁN PARA SU REGISTRO ANTE EL CURSO, EN CUMPLIMIENTO AL ARTÍCULO 6, FRACCIÓN II, DE LA CONSTITUCIÓN POLÍTICA DE MÉXICO.**

**\*EN CASO DE NO PODER ASISTIR AL CURSO, NO HABRÁ REMBOLSO DEL PAGO EFECTUADO. PERO SE RESPETA TU LUGAR PARA LA SIGUIENTE GENERACIÓN NÚMERO 8.**

**CUPO LIMITADO A 15 ALUMNOS**

**¡NO TE QUEDES FUERA!**

**¡AUMENTA TU VALOR CURRICULAR!**

**PROVERBIO**

**“QUISIERA VIVIR PARA ESTUDIAR Y NO ESTUDIAR PARA VIVIR”**

**(SIR. FRANCIS BACON, SIGLO XV)**



# CRONOGRAMA

## VIERNES

Horario (hrs)	Tema	Modalidad
9:50 – 10:00	Registro y BIENVENIDA	
10:00 – 10:20	Historia y evolución de la Cineantropometría	Teórico
10:20 – 10:40	Introducción a la Cineantropometría	Teórico
10:40 – 11:00	Proceso de antropometría	Teórico
11:00 – 12:30	Marcaje de puntos antropométricos	Práctico
12:30 – 13:00	Mediciones básicas	Práctico
13:00 – 13:20	Pliegues Cutáneos	Práctico
13:20 – 13:50	Perímetros	Práctico
13:50 – 14:00	Diámetros óseos pequeños	Práctico
14:00 – 15:00	Breve receso	
15:00 – 16:30	Medición Perfil Restringido por duplicado (1 modelos por alumno)	Práctico
16:30 – 17:10	Métodos para estimar la composición corporal	Teórico
17:10 - 17:30	Concepto, uso y cálculo del Error Técnico de Medición	Teórico
17:30 – 19:00	Medición Perfil Restringido por duplicado (1 modelos por alumno)	Práctico
19:01	SALIDA	

# CRONOGRAMA

## SÁBADO

Horario	Tema	Modalidad
10:00 – 11:00	Fórmulas para estimar la composición corporal (% masa grasa, masa musculo-esquelética).	Teórico
11:00 – 12:30	Medición Perfil Restringido por duplicado (1 modelos por alumno)	Práctico
12:30 – 14:00	Medición Perfil Restringido por duplicado (1 modelos por alumno)	Teórico
14:00 – 15:00	Descanso / Comida	
15:00 – 16:30	Medición Perfil Restringido por duplicado (1 modelos por alumno)	Práctico
16:30 – 17:00	Somatotipo y Somatocarta	Teórico
17:00 – 17:10	Modelo de 4 Componentes	
17:10 – 19:10	Medición Perfil Restringido por duplicado (2 modelos por alumno)	Práctico
19:10	SALIDA	

# DOMINGO

Horario	Tema	Modalidad
10:00 – 11:30	Práctica perfil restringido (2 modelos por alumno)	Práctico
11:30– 14:00	Examen Práctico	Examen
14:00 – 15:00	Descanso / Comida	
15:00 – 15:30	Examen Teórico	Examen
15:30 – 15:50	Proceso 20 mediciones post curso	Teórico
15:50 – 16:10	Taller Uso del ISAK Metry	Teórico
16:10 – 16:50	Antropometria y Nutrición Deportiva	Teórico
16:50 – 17:10	Uso del Excel de IAEPSS SC	Teórico
17:10 – 17:30	Medición de la calibración del equipo de antropometría	Teórico
17:30 – 17:50	Ética en antropometría	Teórico
17:50 – 18:50	Práctica perfil restringido (1 modelos por alumno)  Entrega de Resultados Examen Práctico y Teórico por Alumno en Privado	Práctico
18:50	Conclusiones	
19:00	SALIDA	