

Título	CONGRESO NACIONAL DE ACTIVIDAD FÍSICA, SALUD Y BIENESTAR A LO LARGO DE LA VIDA
Modalidad de la formación	Presencial
Frase de enganche	Ciencia, movimiento y vida: un encuentro que transforma - Movimiento para cada etapa, salud para toda la vida
Elementos para considerar en la imagen gráfica del programa	<p>Secuencia visual de diferentes etapas de la vida conectadas por el movimiento</p> <p>Niño/a: corriendo, saltando o jugando de manera espontánea. Adolescente: practicando algún deporte, como atletismo, fútbol, ciclismo o entrenamiento funcional. Adulto: realizando actividad física, por ejemplo, corriendo, entrenando o practicando ejercicio recreativo. Adulto mayor: caminando activamente, haciendo ejercicio grupal, equilibrio, baile o actividad al aire libre.</p>
Unidad académica responsable	Sede Popayán
Elementos de entrada para el diseño y desarrollo del programa	Necesidades académicas de la comunidad institucional de la María Cano, estudiantes de áreas a fines, entrenadores y padres de familia de deportistas
Presentación o justificación	<p>La actividad física constituye uno de los pilares fundamentales para la promoción de la salud, la prevención de enfermedades, el mejoramiento de la funcionalidad y el bienestar de las personas a lo largo del curso de vida. Sin embargo, los desafíos contemporáneos relacionados con el sedentarismo, las enfermedades crónicas no transmisibles, las lesiones deportivas, los cambios asociados al envejecimiento y la necesidad de promover estilos de vida saludables demandan respuestas cada vez más integrales, interdisciplinarias y sustentadas en la evidencia científica.</p> <p>En este contexto, surge la necesidad de generar espacios académicos que permitan integrar conocimientos, experiencias y prácticas de diferentes disciplinas vinculadas al movimiento humano y la salud. La participación articulada de profesionales de actividad física, fisioterapia, nutrición y dietética y fonoaudiología permite ampliar la comprensión de las necesidades de las personas y favorecer intervenciones que trasciendan la mirada fragmentada de la salud.</p>

El Congreso nacional de Actividad Física, Salud y Bienestar a lo Largo de la Vida se plantea como un espacio de encuentro, actualización e intercambio científico orientado a fortalecer la formación y el ejercicio profesional interdisciplinario. El congreso busca reconocer el movimiento humano como un componente esencial de la salud, la funcionalidad, el rendimiento y la calidad de vida, considerando las particularidades de las personas en las diferentes etapas del curso de vida.

La propuesta se estructura alrededor de tres grandes ejes: El primero, Atención integral al deportista, reconoce que el rendimiento deportivo y la salud requieren una intervención coordinada que considere aspectos físicos, funcionales, nutricionales, comunicativos, preventivos y de recuperación; el segundo, Actividad física en los diferentes ciclos de vida, aborda la importancia de promover prácticas corporales y estilos de vida activos desde la infancia hasta la adultez, teniendo en cuenta las características, necesidades y contextos propios de cada etapa; el tercero, Envejecimiento activo y saludable, responde al crecimiento de la población adulta mayor y a la necesidad de promover estrategias que favorezcan la autonomía, la funcionalidad, la participación social y una mayor calidad de vida durante el envejecimiento.

Estos ejes convergen en una perspectiva de curso de vida, en la cual la actividad física no se entiende únicamente como una estrategia para mejorar el rendimiento o prevenir enfermedades, sino como una herramienta para acompañar, proteger y transformar la vida de las personas. Desde esta perspectiva, el movimiento adquiere una dimensión integral que articula salud física, bienestar, funcionalidad, nutrición, comunicación, participación social y calidad de vida.

El congreso pretende, además, favorecer la transferencia del conocimiento científico hacia la práctica profesional, promoviendo el diálogo entre investigadores, docentes, estudiantes, profesionales, instituciones y organizaciones relacionadas con la actividad física, el deporte y la salud. De esta manera, se busca contribuir a la construcción de respuestas innovadoras frente a los desafíos actuales y fortalecer redes de cooperación académica y profesional a nivel nacional.

En consecuencia, este encuentro académico se justifica por la necesidad de conectar disciplinas, generaciones y saberes alrededor de un propósito común: promover una vida más activa, saludable y funcional. Más que un espacio de actualización científica, el congreso busca consolidarse como un escenario para compartir conocimiento, generar alianzas y proyectar nuevas perspectivas de intervención que permitan comprender el movimiento como un elemento esencial para la salud y el bienestar durante toda la vida.

“El movimiento que transforma vidas, la ciencia que transforma el futuro.”

<p>Objetivos</p>	<p>1- Fortalecer el intercambio interdisciplinario de conocimientos y experiencias entre las áreas de actividad física, fisioterapia, nutrición y dietética, fonoaudiología y disciplinas afines, abordando integralmente las necesidades de las personas en los ámbitos del deporte, la salud y el bienestar.</p> <p>2- Analizar y actualizar los avances científicos, metodológicos y profesionales relacionados con la atención integral al deportista, la promoción de la actividad física en los diferentes ciclos de vida y el envejecimiento activo y saludable, reconociendo las particularidades y necesidades de cada etapa del curso de vida.</p> <p>3- Favorecer la transferencia del conocimiento científico hacia la práctica profesional y la generación de redes de cooperación nacionales, impulsando estrategias innovadoras y basadas en evidencia que contribuyan a promover estilos de vida activos, prevenir enfermedades, preservar la funcionalidad, fortalecer la autonomía y mejorar la calidad de vida.</p>
<p>Estructura del programa - Contenidos</p>	<p>PROGRAMACIÓN ACADÉMICA</p> <p>Primer día (viernes 6 de noviembre de 2026)</p> <ul style="list-style-type: none"> • 7:00 am a 8:00 am: Inscripciones y registro de asistencia • 8:00 am a 9:00 am: Víctor Hugo Arboleda Campo • 9:00 am a 10:00 am: Diego Felipe Muñoz • 10:00 am a 11:00 am: Nathalie Guerrero Insuasti. • 11:00 am a 12:00 am: Carlos Felipe Esquivel Castro • 12:30 m : Almuerzo <p>12: 30 m. a 2:00 pm Almuerzo incluido en el congreso</p> <ul style="list-style-type: none"> • 2:00 pm a 3:00 pm Inauguración • 3:00 pm a 4:00 pm Ex futbolista- Director Técnico Francisco Maturana • 4:00 pm a 5:00 pm Profesional Cesar Torres Ramírez • 5:00 pm a 6:00 pm Técnico Fabian Vargas Panelista • <p>Segundo día (sábado 8 de noviembre de 2026)</p> <ul style="list-style-type: none"> • 8:00 am a 9:00 am: Fabian Muñoz • 9:00 am a 11:00 a.m: Carlos Alejandro López • 11:00am a 12:00am María Camila Mayor <p>Nota: el evento contará con mesa de fruta e Hidratación.</p>

Es	La metodología propuesta para el Congreso nacional: “CONGRESO NACIONAL DE ACTIVIDAD FÍSICA, SALUD Y BIENESTAR A LO LARGO DE LA VIDA” , será con enfoque teórico, que permita el desarrollo de capacidades, la apropiación y manejo de conceptos y herramientas deportivas.
Público objetivo	Formadores en fútbol, Licenciados en educación física / Actividad física, Estudiantes de programas de la salud y de la actividad física, Padres de familia de deportistas
Duración del programa	12 horas
Competencias	El Congreso nacional: “CONGRESO NACIONAL DE ACTIVIDAD FÍSICA, SALUD Y BIENESTAR A LO LARGO DE LA VIDA” , permiten una formación en planificación avanzada para el diseño de programas de entrenamiento (físico, técnico y táctico), optimización nutricional, Control Atencional (focalizar la atención en lo relevante) y el Control de Emociones (gestionar el estrés y la presión competitiva).
Fechas de inicio y finalización del programa	6 y 7 de noviembre de 2026
Días y horas de la formación	Viernes 6 de noviembre de 2026 de 08:00 am a 06:00 pm sábado 7 de noviembre de 2026 de 08:00 am a 12:00 pm
Certificación	Se expedirá certificado a quienes cumplan con las actividades académicas propuestas y asistan como mínimo al 80% de la agenda programada.
Costo de la formación por persona	\$100.000
Profesores, docentes, conferencistas o tutores del programa	<p>1. César Fernando Torres Ramírez</p> <p>Profesional en Deporte y Actividad física. Especialista en Dirección y Gestión Deportiva. Magister en Dirección Deportiva y Relaciones Internacionales.</p> <p>2. Francisco Antonio Maturana García</p> <p>Odontólogo, exfutbolista y director técnico de fútbol colombiano; también es miembro de la junta directiva del Club Atlético Nacional. Considerado un personaje influyente en la historia del fútbol colombiano.</p> <p>3. Fabián Andrés Vargas Rivera</p> <p>Panelista del canal televisivo ESPN Colombia.</p>

	<p>Técnico de fútbol, con certificado AFA (Asociación Fútbol Argentino) Estudiante de comunicación social y periodismo Exfutbolista colombiano</p> <p>4. Diego Felipe Muñoz</p> <p>Nutricionista magister en nutrición deportiva.</p> <p>5. Roberth Fabian Muñoz Ortiz</p> <p>Fisioterapeuta Especialista en Actividad Física Terapéutica Magister en Intervención Integral en el Deportista Doctorado en Educación deportiva y ciencias del deporte</p> <p>6. Carlos Alejandro López Alban</p> <p>Médico y cirujano Universidad del Cauca</p> <p>7. Víctor Hugo Arboleda Campo</p> <p>Fisioterapeuta – Especialista en rehabilitación cardiaca y pulmonar, magister en administración y planificación educativa, Doctor en epidemiología y bioestadística.</p> <p>8. Nd. Carlos Felipe Esquivel Castro</p> <p>Nutricionista Dietista, certificado internacional en cirugía bariátrica y enfermedades metabólicas.</p> <p>9. María Camila Mayor</p> <p>Nutricionista – Magister en nutrición deportiva.</p> <p>10. Nathalie Guerrero Insuasti. Fonoaudióloga, Magister. en derechos humanos. Doctoranda en Lenguaje y cultura</p>
Bibliografía para este programa	N/A

Elaboración, revisión, aprobación y validación del diseño y desarrollo del programa	<p>Elaboró: Rosa Angela Macias Rocero, Directora Sede Popayán</p> <p>Revisó: Melany Giraldo Marín, Líder Formación Continua</p> <p>Aprobó: Paola Rueda López, Vicerrectora de Extensión y Proyección Social.</p>
---	--

CONTROL DE CAMBIOS AL DISEÑO Y DESARROLLO DEL PROGRAMA

Fecha del cambio	Cambio realizado	Justificación del cambio	VB de quien aprueba el cambio

Nombres y apellidos	Trayectoria	Programa
Diego Felipe Muñoz	Nutricionista magister en nutrición deportiva.	Nutrición y Dietética
Nathalie Guerrero Insuasti.	Fonoaudióloga, Magister. en derechos humanos. Doctoranda en Lenguaje y cultura	Fonoaudiología
Víctor Hugo Arboleda Campo	Fisioterapeuta – Especialista en rehabilitación cardiaca y pulmonar, magister en administración y planificación educativa, Doctor en epidemiología y bioestadística.	Fisioterapia - Egresado
María Camila Mayor	Nutricionista	Nutrición y Dietética
Carlos Alejandro López	Médico Deportólogo de diferentes comités olímpicos	Fisioterapia y Nutrición
Fabián Muñoz Ortiz	Egresado	Fisioterapia - Egresado