



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

**CERTIFICACIÓN ISAK NIVEL – 1**

**(XALAPA, VERACRUZ)**

**CÓDIGO: 2410.05.MAACM**



**25, 26 y 27 DE OCTUBRE DE 2024**

**(VIERNES, SÁBADO Y DOMINGO)**

**SALONES DEL CLUB DEL EMPRENDEDOR**

**DIRECCIÓN: CALLE JOSÉ AZUETA #11, COLONIA CENTRO**

**EDIFICIO DE 3 PISOS DE COLOR GRIS**

**FRENTE AL KINDER PEDRO DE GANTE**

## **HORARIO:**

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

**DESCANSO 14:00 – 15:00 hrs**

## **IMPARTE:**

### **MND 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:

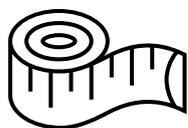
- NUTRICIÓN
- MEDICINA, MEDICINA DEL DEPORTE y ENFERMERÍA
- FISIOTERAPIA
- ENTRENAMIENTO DEPORTIVO, ACONDICIONAMIENTO FÍSICO Y RECREACIÓN
- BIOLOGÍA, BIOQUÍMICA
- ANTROPOLOGÍA
- ENTRENADORES DE FUERZA CON PESAS y PREPARADORES FÍSICOS

## 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:

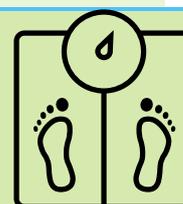


**TÉCNICA PROFESIONAL DE ANTROPOMETRÍA  
CON ESTÁNDAR INTERNACIONAL APLICADO A ATLETAS CAMPEONES  
OLÍMPICOS**



**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

Título del gráfico: Estimaciones Antropométricas	
<b>PORCENTAJE DE GRASA A ESCOGER</b>	
14.6	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	
<b>Medidas Básicas</b>	
Peso (Kg)	63
Talla (cm)	172
Talla Sentado (cm)	89.1
Envergadura (cm)	178.4
<b>Circunferencias (cm)</b>	
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
<b>Pliegues (mm)</b>	
Subescapular	20
Tricipital	10
Bicipital	5.5
Pectoral	21

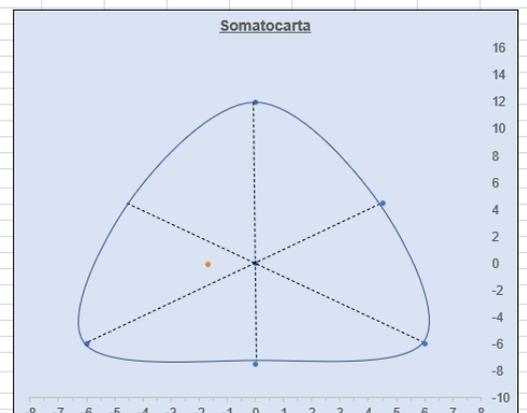
  

**MODELO DE 4 COMPONENTES (DRINKWATER MODIFICACIÓN DE MATTIEGKA)**

**MODELO DE 5 COMPONENTES**

Abdominal	24
Muslo Medio	11.5
Pierna	9
<b>Diámetros (cm)</b>	
Humeral (codo)	6.3
Biestiloideo (muñeca)	5.3
Femoral (rodilla)	9
<b>I.S.A.K. Nivel - 2</b>	
<b>Alturas (cm)</b>	
Acromiolarial	33.7
Radial Estiloideo	25.1
Estiloideo dactilar	19.2
Ileoespinal	99.2
<b>Parámetros anchos (cm)</b>	
Biacromial	40.9
Bilíeocrestal	28.2
A-P del Tórax	23
Transverso del Tórax	29.7
<b>Porcentaje de grasa a escoger</b>	
El que se encuentre cercano a este valor	
Mantener la referencia obtenida	
<b>I.S.A.K. Nivel - 1</b>	
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	Metricórmico (Tronco medio)
Mujer	Metricórmico (Tronco medio)
Envergadura relativa	
103.7	
Mayor a la talla	
Longitud relativa de la extremidad superior	
45.3	
Mesobraquial (Extremidades superiores medias)	
Índice acromio ilíaco	
68.9	
Tronco trapezoidal (Hombros anchos)	



## **OBJETIVO GENERAL:**

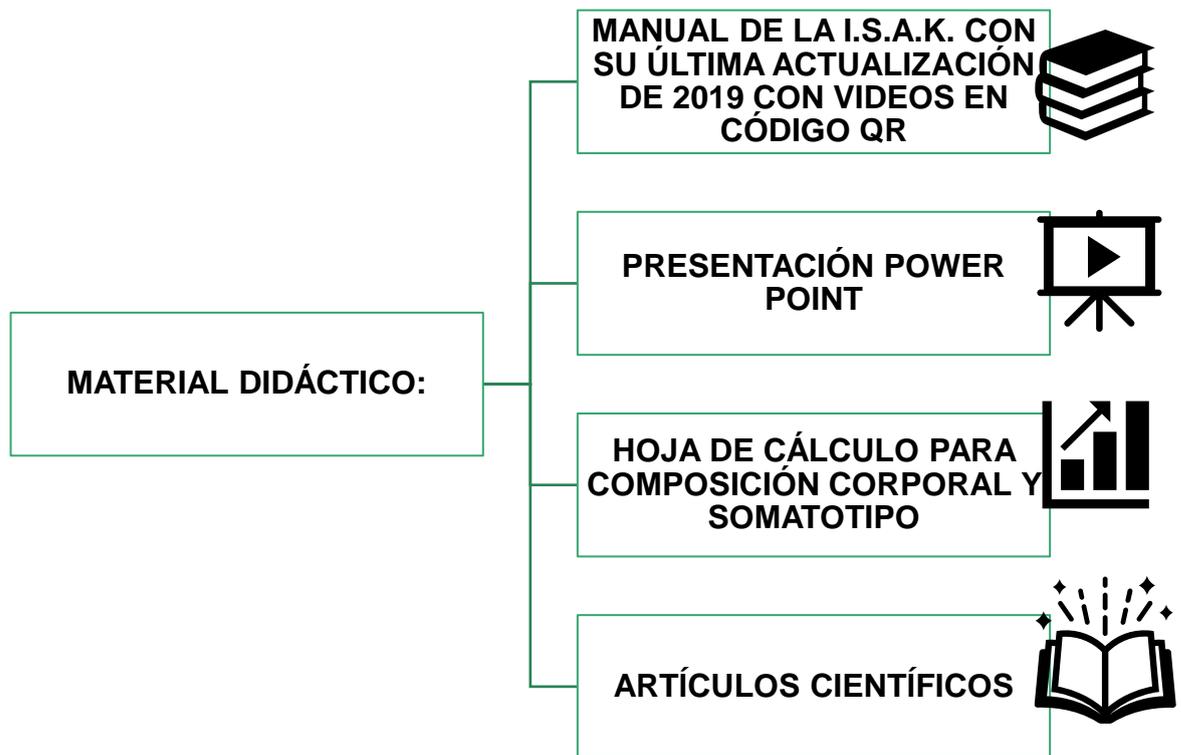
AL TÉRMINO DEL CURSO, EL ALUMNO IDENTIFICARÁ EL PROCESO DE MEDICIÓN ESTANDARIZADO DEL PERFIL RESTRINGIDO DEL PROTOCOLO INTERNACIONAL I.S.A.K., POR MEDIO DE LA CONSTANTE PRÁCTICA, A MODO DE PODER APLICARLO COMO CORRECTA EVALUACIÓN ANTROPOMÉTRICA DEL CUERPO HUMANO.

## **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

## **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 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.

## COSTOS E INSCRIPCIONES

**COSTO:** \$4,000.00 TODO EL CURSO, INLCUYENDO DERECHOS MIEMBRO ISAK Y DIPLOMA ISAK.

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

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



**NOMBRE:** MARIO ACEVEDO MORA

**BANCO:** SANTANDER

**CONCEPTO:** CURSO ISAK

**NÚMERO DE TARJETA:**

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

## PROCESO DE INSCRIPCIÓN

TRANSFERENCOA ELECTRÓNICA O DEPÓSITO DE EFECTIVO EN OXXO, SEVEN ELEVEN, 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 COMISIÒN VÍA STRIPE

<https://www.iaepps.com/event-details/certificacion-isak-nivel-1-en-xalapa>

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 OTRO CURSO ISAK EN MÉXICO CON IAEPPS SC EN UN AÑO**

**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)**



## AULA DE CLASES:

- Múltiples baños limpios
- Espacio amplio
- Terraza para alimentos
- Coffe brake





# CRONOGRAMA



## VIERNES

Horario	Tema	Modalidad
8:50 – 9:00	Bienvenida	
9:00 – 9:20	Historia y evolución de la Cineantropometría	Teórico
9:20 – 9:40	Introducción a la Cineantropometría	Teórico
9:40 – 10:00	Proceso de antropometría	Teórico
10:00 – 11:00	Marcaje de puntos antropométricos	Práctico
12:00 – 12:30	Mediciones básicas	Práctico
12:30 – 13:00	Pliegues Cutáneos	Práctico
13:00 – 14:00	Breve receso	
14:00 – 15:00	Métodos para estimar la composición corporal	Teórico
15:00 – 16:00	Fórmulas para estimar la composición corporal	Teórico
16:00 – 16:40	Perímetros	Práctico
16:40 – 17:00	Diámetros óseos pequeños	Práctico
17:00 – 19:00	Medición Perfil Restringido por duplicado (2 modelos por alumno)	Práctico
19:00	SALIDA	

# CRONOGRAMA

## SÁBADO

Horario	Tema	Modalidad
9:00 – 11:30	Medición Perfil Restringido por duplicado (2 modelos por alumno)	Práctico
11:30 – 12:00	Error Técnico de Medición	Teórico
12:00 – 13:00	Somatotipo	Teórico
13:00 – 14:00	Descanso / Comida	
14:00 – 16:30	Medición Perfil Restringido por duplicado (2 modelos por alumno)	Práctico
16:30 – 17:00	Modelo de 4 componentes	Teórico
17:00 – 19:00	Medición Perfil Restringido por duplicado (2 modelos por alumno)	Práctico
19:00	SALIDA	

# DOMINGO

Horario	Tema	Modalidad
9:00 – 10:30	Práctica perfil restringido (2 modelos por alumno)	Práctico
10:30– 13:30	Examen Práctico	Examen
13:30 – 14:30	Descanso / Comida	
14:30 – 15:00	Examen Teórico	Examen
15:00 – 15:30	Proceso 20 mediciones post curso	Teórico
15:30 – 16:00	Taller Uso del ISAK Metry	Teórico
16:00 – 16:30	Antropometría y Nutrición Deportiva	Teórico
16:30 – 17:00	Ética en Antropometría	Teórico
17:00 – 18:00	Práctica perfil restringido por duplicado 1 por alumno  y Entrega de Resultados Examen Práctico y Teórico por Alumno en Privado	Práctico
18:00 – 18:15	Conclusiones	
18:15	SALIDA	