II Seminario Actividad Física en Adultos y Personas Mayores
"Nuevos enfoques y desafíos"

15 de diciembre 2026
Sala Vitacura

Programación		
Horario	**Actividad**	**Relator**
08:45-09:00 hrs	**Acreditación**	
09:05-09:15 hrs	Bienvenida	**Sr. Cristián Szott Medina** Director Revista Nueva Diplomacia
Panel 1 **Funcionalidad y envejecimiento**		
09:15-09:45 hrs	**Ponencia** Entrenamiento de la fuerza en bloques y rendimiento funcional en la persona mayor	**Dr. Emilio Jofré Saldía** Profesor de Educación Física Magister en Actividad Física y Salud. Doctor en Ciencias del Deporte Universidad Católica San Antonio de Murcia. Especialista en entrenamiento físico en personas mayores.
09:50-10:20 hrs	**Ponencia** "Experiencia de la implementación del programa de actividad física y enfermedades crónicas en salud pública para personas mayores en la comuna de Quinta Normal"	**Mg. Richard Gutiérrez Opazo** Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y Salud Terapeuta en Actividad Física y Salud USACH. Especialista en Ejercicio Adaptado en Enfermedades Crónicas No Transmisibles.

Colaboran

ESCUELA DE CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA EL DEPORTE Y LA SALUD

10:25-10:55 hrs	**Ponencia** Implementación de un programa de ejercicio físico multicomponente para pensionados y funcionarios de la USACH: "Una experiencia institucional"	**Equipo** Terapia en Actividad Física y Departamento de Bienestar y Calidad de Vida. USACH
11:00-11:30 hrs	**Coffe break** **Workshop: Evaluación física y funcional de adultos y personas mayores**	
Panel 2 **Efectos cognitivos y psicológicos de la actividad física en el adulto y persona mayor**		
11:35-12:05 hrs	**Ponencia** "Tu cerebro en movimiento" Pequeños hábitos para mantener una mente activa	**Dr. Enrique Cerda Vega** Kinesiólogo Doctor en Biomedicina Universidad de Granada. Instituto de Cs. del Ejercicio y la Rehabilitación UNAB.
12:10 -12:40 hrs	**Ponencia** Bienestar emocional: Efectos psicológicos y cognitivos de la actividad física	**Dra. Nuria Pérez Romero** Psicologa Doctora en Psicología Instituto de Cs. del Ejercicio y la Rehabilitación UNAB.
Panel 3 **Mesa redonda**		
12:40-13:00 hrs	**Mesa redonda**	**Moderadores** Sr. Cristian Szott Klgo. James Sepúlveda
13:00 hrs	**Cierre de la actividad** Networking	**Sr. Cristian Szott** Director Revista Nueva Diplomacia

Colaboran

ESCUELA DE CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA EL DEPORTE Y LA SALUD

Inscripción

II Seminario de Actividad Física en Adultos y Personas Mayores: “Nuevos Enfoques y Desafíos",

Fecha: 15 de diciembre de 2026
Horario: 09:00 a 13:00 hrs
Lugar: Sala Vitacura
Av. Bicentenario N° 3800, comuna de Vitacura.

Mas información: www.nuevadiplomacia.cl

Colaboran

ESCUELA DE CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA EL DEPORTE Y LA SALUD