



**Prof. Edgar Lopategui Corsino**  
*M.A., Fisiología del Ejercicio*

ACCESO: [http://saludmed.com/ejercicio/evaluacion/AD5\\_U1-01\\_HPER-4308.pdf](http://saludmed.com/ejercicio/evaluacion/AD5_U1-01_HPER-4308.pdf)

## **HPER-4308:**

### **Diseño de Programas de Ejercicios**

#### **ASIGNACIONES DIARIAS:**

#### **ASIGNACIÓN 5: LA EVALUACIÓN PRE-PARTICIPACIÓN: PROPÓSITO, LA AUTORIZACIÓN MÉDICA Y ENFERMEDADES**

Esta asignación requiere ser completada empleando un procesador de palabras (e.g., MS Word). Tienen una semana para completarla. Según el libro de texto del curso (ACSM, 2018, capítulo 2), complete las preguntas que se les solicita más adelante. Es importante ofrecer ejemplos y usos prácticos (**valor: 5 puntos**).

1. En acorde al libro de texto de ACSM (capítulo 2), argumente respecto a las justificaciones científicas para implementar un protocolo de evaluación que atañe el estado actual de salud pre-participación de los clientes o participantes potenciales de un programa de actividad física, ejercicio, o eventos recreativos activos. Explique las razones llevar a cabo la evaluación de la salud pre-participación, en congruencia a lo planteado por ACSM (2018).
2. En afinidad al libro de texto de ACSM (capítulo 2), explica cuándo es indicativo una autorización médica antes que un cliente o participante potencial ingrese al programa de ejercicio. Para tal finalidad, estudia el *algoritmo* diseñado por la ACSM (2018, Figura 2.2, pp. 33-32).
3. Conforme al libro de texto de ACSM (capítulo 2), ¿cuáles son los tipos de signos y síntomas alusivos a enfermedades cardiovasculares, metabólicas y renales que deben ser considerados antes de iniciar un programa de ejercicio? ¿Por qué esto es importante?