



FISIOLOGÍA
EMBARAZDA

Diplomado en EMBARAZO Y POSPARTO

Obstetricia, Fisioterapia, Actividad Física,
Nutrición y cuidados integrales en el embarazo y posparto.

DATOS DE IDENTIFICACIÓN

DIPLOMADO EN EMBARAZO Y POSPARTO

Nombre de la institución responsable: Instituto Internacional en Educación e Investigación en ciencias de la salud (INED)

Modalidad de impartición: en línea

Fecha de inicio: 21 de marzo del 2026

Días: sábado

Horario: 3:00pm a 7:00pm

Fecha de término: 9 de mayo del 2026

Total de horas: 120

Total de horas teórico/prácticas: 40

Total de horas independientes: 80

Escenario académico: Plataforma Zoom



INED
Instituto Internacional en Educación e Investigación
en Ciencias de la Salud

Diplomado en EMBARAZO Y POSPARTO

DESCRIPCIÓN:

Formación profesional para acompañar cada etapa con seguridad y conocimiento

El embarazo y el posparto son etapas únicas que requieren una atención especializada en salud física, emocional y funcional. Este diplomado ofrece una formación completa para quienes desean brindar acompañamiento profesional, seguro y empático a mujeres en este periodo tan importante.

OBJETIVOS

- Comprender los cambios fisiológicos y hormonales durante el embarazo y el posparto.
- Diseñar programas de entrenamiento físico adaptado a cada trimestre y etapa posparto.
- Prevenir y tratar alteraciones musculoesqueléticas comunes como diástasis abdominal, incontinencia o lumbalgias.
- Conocer los cuidados nutricionales necesarios antes y después del parto.
- Promover el bienestar emocional y la recuperación integral de la mujer.
- Brindar herramientas de comunicación y acompañamiento respetuoso y empático.

FORMA DE EVALUACIÓN:

- 5 actividades prácticas: 60%

- 1 examen global final de 20 preguntas de opción múltiple a resolver en una hora: 40%

Mínimo para aprobar el diplomado: 70%

Quien no pueda asistir a las clases en vivo podrán verlas grabadas durante la semana, no se contará la asistencia como método de calificación.

En caso de reprobar el examen global, cada intento de examen extraordinario tiene un costo de \$300.00

DOCUMENTOS DE ACREDITACIÓN:

-Diploma con valor curricular de 120 horas lectivas por parte del Instituto Internacional INED

AVAL



EDUCACIÓN
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA



PLANEACIÓN DE LOS MÓDULOS

MÓDULOS	FECHAS	PONENTE
MÓDULO 1: Valoración inicial y Fisiología del embarazo	21 de marzo del 2026	Dra. Zayra Ivette Campos
MÓDULO 2: Nutrición y Suplementación en el embarazo	28 de marzo del 2026	Mtra. María Fernanda Porras
MÓDULO 3: Nutrición y Suplementación en el posparto y lactancia	4 de abril del 2026	Dr. Martin Yong
MÓDULO 4: Entrenamiento en el Embarazo y posparto	11 de abril del 2026	Dft. Maylin P. Chamorro
MÓDULO 5: Entrenamiento cardiovascular en el embarazo y posparto	18 de abril del 2026	Mta. Luceily Then lee
MÓDULO 6: Preparación para el Parto (9:00am -1:00pm) (GMT-6)	25 de abril del 2026	Dra. Laura B. Pineda
MÓDULO 7: Fisioterapia en el Posparto	2 de mayo del 2026	Lft. José Leal
MÓDULO 8: Complicaciones y manejo multidisciplinario	9 de mayo del 2026	Dra. Zayra Ivette Campos

Diplomado en EMBARAZO Y POSPARTO

PONENTES



DRA. ZAYRA IVETTE
Campos



DR. MARTÍN
Yong



MTRA. LUCEILY
Then



LIC. JOSÉ
Leal



LFT. MAYLIN P.
Chamorro M.



MTRA. MARÍA F.
Porras



DRA. LAURA
Blasí P.



MODALIDAD

ON-LIVE zoom fecha y hora programada

Diferido 24/7 plataforma INED www.inedonline.com

MEXICO	3:00 PM - 7:00 PM	PUERTO RICO:	5:00 PM - 9:00 PM
PERÚ	4:00 PM - 8:00 PM	COLOMBIA	4:00 PM - 8:00 PM
GUATEMALA:	3:00 PM - 7:00 PM	USA	1:00 PM - 5:00 PM COSTA OESTE
NICARAGUA	3:00 PM - 7:00 PM		4:00 PM - 8:00 PM COSTA ESTE
BOLIVIA	5:00 PM - 9:00 PM	ARGENTINA	6:00 PM - 10:00 PM
HONDURAS	3:00 PM - 7:00 PM	URUGUAY	6:00 PM - 10:00 PM
COSTA RICA	3:00 PM - 7:00 PM	PANAMÁ	4:00 PM - 8:00 PM
CHILE	6:00 PM - 10:00 PM	JAMAICA	4:00 PM - 8:00 PM
PARAGUAY	6:00 PM - 10:00 PM	REP. DOMINICANA	5:00 PM - 9:00 PM
VENEZUELA	5:00 PM - 9:00 PM	BRASIL	6:00 PM - 10:00 PM
ECUADOR	4:00 PM - 8:00 PM	EL SALVADOR	3:00 PM - 7:00 PM
CANADÁ	(Ottawa, Ontario) 4:00 PM - 8:00 PM		(Edmonton) 2:00 PM - 6:00 PM
	(Vancouver) 1:00 PM - 5:00 PM		(Nueva Escocia) 5:00 PM - 9:00 PM

PROCESO DE REGISTRO



CONTACTA A NUESTROS
ASESORES



REALIZA TU
PAGO



ENVIA TU
VOUCHER



RECIBE
TU MATRICULA

TEMARIO COMPLETO

MODULO 1: Valoración inicial y Fisiología del embarazo

1.1. Valoración inicial

1.1.1. Información personal

1.1.2. Anamnesis completa

1.2. Evaluación del estado de salud de la mujer gestante

1.3. Fisiología del embarazo

1.3.1. Ciclo hormonal

1.3.2. Embarazo normal

1.3.3. Diferencia entre parto y Cesárea

1.4. Cambios fisiológicos en el embarazo y posparto

1.4.1. Sistema cardiovascular

1.4.2. Sistema respiratorio

1.4.3. Sistema musculoesquelético

1.4.4. Sistema endocrino y metabólico

1.4.5. sistema renal

1.4.6. Sistema gastrointestinal

1.4.7. Sistema hematológico

1.5. Complicaciones durante el embarazo y postparto

1.5.1. Embarazo de alto riesgo

1.5.2. Estados hipertensivos en el embarazo

1.5.3. Preeclampsia

1.5.4. Eclampsia

1.5.5. Síndrome de Help

1.5.6. Diabetes Gestacional

1.5.7. Anemia

1.5.8. Infecciones

1.5.9. Prolapsos

Modulo 2: Nutrición y Suplementación en el embarazo

2.1 Metabolismo durante el embarazo

2.1.1. Adaptaciones hormonales

2.1.2. Adaptaciones en el metabolismo de carbohidratos

2.1.3. Adaptaciones en el metabolismo de proteínas

- 2.1.4. Adaptaciones en el metabolismo de lípidos
- 2.1.5. Adaptaciones en el metabolismo de vitaminas y minerales
- 2.2. Recomendaciones de aumento de peso durante el embarazo
- 2.3. Evaluación de biomarcadores nutricios durante el embarazo
- 2.4. Requerimientos energéticos en el embarazo único, gemelar o múltiple
 - 2.4.1. Necesidades de macronutrientes
 - 2.4.2. Aporte de vitaminas y minerales
 - 2.4.3. Requerimientos de macro y micronutrientes alrededor del entrenamiento
- 2.5. Prevención y tratamiento de alteraciones en la salud durante el embarazo
 - 2.5.1. Estreñimiento
 - 2.5.2. Náusea, vómito e hiperémesis gravídica
 - 2.5.3. Pirosis y reflujo
 - 2.5.4. Eclampsia y preeclampsia
 - 2.5.5. Diabetes gestacional
 - 2.5.6. Anemia
- 2.6. Suplementación basada en evidencia científica previo y durante
- 2.7. Hidratación durante el embarazo

Modulo 3: Nutrición y Suplementación en el postparto y lactancia

- 3.1 Metabolismo en el postparto y lactancia
- 3.2. Evaluación de biomarcadores nutricios en el postparto y lactancia
- 3.3. Requerimientos energéticos en el postparto y lactancia
 - 3.3.1. Necesidades de macronutrientes
 - 3.3.2. Necesidades de vitaminas y minerales
 - 3.3.3. Requerimientos de macro y micronutrientes alrededor del entrenamiento
- 3.4. Alimentación para la recuperación materna
- 3.5. Nutrición en la lactancia para la calidad de leche y demandas energéticas
- 3.6. Suplementación basada en evidencia científica en el posparto y lactancia
- 3.7. Hidratación en el postparto y lactancia

Módulo 4: Entrenamiento en el Embarazo y postparto

- 4.1. Recomendaciones y contraindicaciones
 - 4.1.1. Beneficios del ejercicio durante el embarazo y postparto
 - 4.1.2. Datos de alarma para suspender el ejercicio durante el embarazo
 - 4.1.3. Criterios de seguridad para el ejercicio durante la gestación.
 - 4.1.4. E Evaluación inicial de la condición física
- 4.2. Planificación del entrenamiento preparto
 - 4.2.1 Durante el primer trimestre

- 4.2.2. Durante el segundo trimestre
- 4.2.3. Durante el tercer trimestre
- 4.3. Trabajo postural y preparatorio para el parto
- 4.4. Entrenamiento Postparto
- 4.5. Ejercicios del Core, suelo pélvico y estabilidad articular
- 4.6. Ejercicios para prevenir la diástasis abdominal
- 4.7. Ejercicios para el fortalecimiento del transverso.

Modulo 5: Entrenamiento cardiovascular en el embarazo y postparto

- 5.1. Frecuencia cardiaca
- 5.2. Presión arterial
- 5.3. Gasto Cardíaco
- 5.4. Métodos de entrenamiento cardiovascular
 - 5.4.1 Entrenamiento interválico de alta intensidad (HITT)
 - 5.4.2. Entrenamiento estable de baja intensidad (LISS)
- 5.5. Planificación del entrenamiento cardiovascular
 - 5.5.1. Preparto
 - 5.5.2 Durante el primer trimestre
 - 5.5.3. Durante el segundo trimestre
 - 5.5.4. Durante el tercer trimestre
 - 5.5.5. Postparto

Módulo 6: Preparación para el Parto

- 6.1. Fases del parto
- 6.2. Señales de inicio del parto
- 6.3. Técnicas de respiración y relajación
- 6.4. Cambios físicos y emocionales previo al parto
- 6.5. Posturas y movimientos
 - 6.5.1. Ejercicios para facilitar el descenso del bebé
 - 6.5.2. Ejercicios de movilidad pélvica
 - 6.5.3. Posturas para aliviar el dolor
- 6.6. Manejo del dolor
 - 6.6.1. Métodos no farmacológicos
 - 6.6.2. Métodos médicos: Farmacológicos y alternativas
- 6.7. Apoyo físico y emocional durante el trabajo de parto.

Módulo 7: Fisioterapia en el Posparto

- 7.1. Abordaje de la episiotomía y las cesáreas

- 7.1.1. Cuidados
- 7.1.2. Cicatrización
- 7.1.3. Movilización.
- 7.2. Rehabilitación del suelo pélvico
 - 7.2.1. Anatomía y fisiología del suelo pélvico
 - 7.2.2. Inicio de la activación del suelo pélvico
 - 7.2.3. Ejercicios de Kegel
 - 7.2.4. Electroestimulación.
- 7.3. Rehabilitación de la diástasis abdominal
 - 7.3.1. Reeducación postural y manejo de diástasis abdominal.
 - 7.3.2. Evaluación y protocolo de ejercicios
- 7.4. Técnicas de fisioterapia respiratoria y fortalecimiento del core.

Módulo 8: Complicaciones y manejo multidisciplinario

- 8.1. Diagnóstico y abordaje de patologías frecuentes en el embarazo
 - 8.1.1. Embarazo de alto riesgo
 - 8.1.2. Estados hipertensivos en el embarazo
 - 8.1.3. Preeclampsia
 - 8.1.4. Eclampsia
 - 8.1.5. Síndrome de HELLP
 - 8.1.6. Diabetes Gestacional
 - 8.1.7. Anemia
 - 8.1.8. Infecciones
 - 8.1.9. Prolapsos
- 8.2. Manejo del dolor en embarazo y postparto.
- 8.3. Intervenciones desde un enfoque interdisciplinario: obstetricia, nutrición, fisioterapia y entrenamiento.
- 8.4. Consideraciones psicológicas en el embarazo y postparto
 - 8.4.1. Aspectos emocionales y prevención de la depresión postparto
 - 8.4.2. Prevención y manejo del síndrome de agotamiento (burnout)