



Formato de Informe de Actividades de la Comisión



Datos del Personal Comisionado

Numero de Oficio de la Comisión:	CDQ/P/DAR/2116/2025		
Lugar y Período de la Comisión :	Guadalajara, Jalisco del 6 al 12 de julio del 2025		
Nombre del Comisionado :	Angel Guadalupe Morales de los Santos	R.F.C.	MOSA001210VB8
Puesto:	Nutriólogo	Nivel :	99999
Departamento o Dirección de Adscripción :		Tipo :	Asimilable
Departamento o Dirección de Adscripción :		Departamento de salud deportiva	
Asunto de la Comisión :	Asiste como apoyo de nutrición para el equipo de levantamiento de pesas del estado de Quintana Roo, en la Olimpiada Nacional 2025, en la ciudad de Guadalajara, Jalisco		

Reporte de las Tareas Desempeñadas durante la Comisión

1.- Acompañamiento a los atletas de halterofilia durante el viaje a la ciudad de Guadalajara para el asesoramiento de su dieta y alimentos a consumir para dar la categoría de peso con éxito. 2.- Cálculo y pedido de insumos al centro de mando de la CODEQ en la ciudad de Guadalajara para preparar y otorgar a los atletas alimentación de recuperación postpesaje, intra-competencia y post-competencia. 3.- Preparar snacks de recuperación durante todos los días de competencia. 4.- Verificar diariamente el peso corporal de las y los atletas para darles recomendaciones de dieta y puedan entrar en sus respectivas categorías con éxito. 5.- Proporcionar alimentación e hidratación durante el calentamiento previo a las pruebas de los atletas para mejorar el rendimiento deportivo y evitar posibles hipoglucemias. 6.- Al término de cada competencia proporcionar a los atletas alimentación de recuperación rica en nutrientes esenciales para evitar o prevenir posibles futuras lesiones o bajas en el rendimiento deportivo.

Evidencia Fotográfica de la Comisión



Firma del Comisionado

Nombre:

Puesto:



Comisión del Deporte de Quintana Roo
Calzada Veracruz No. 59, Col. Barrio Bravo C.P. 77098
Chetumal, Quintana Roo, México



CODEQ
COMISIÓN
DEL DEPORTE
DE QUINTANA ROO

Exclusivo Recursos Humanos

Sello y Firma de Recibido