

Curso Universitario

Nutrición Aplicada al Alto Rendimiento Deportivo

Avalado por la NBA



tech global
university



Curso Universitario

Nutrición Aplicada al Alto Rendimiento Deportivo

- » Modalidad: **online**
- » Duración: **6 semanas**
- » Titulación: **TECH Global University**
- » Acreditación: **6 ECTS**
- » Horario: **a tu ritmo**
- » Exámenes: **online**

Acceso web: www.techtitute.com/ciencias-del-deporte/curso-universitario/nutricion-aplicada-alto-rendimiento-deportivo

Índice

01

Presentación

pág. 4

02

Objetivos

pág. 8

03

Dirección del curso

pág. 12

04

Estructura y contenido

pág. 18

05

Metodología de estudio

pág. 22

06

Titulación

pág. 32

01 Presentación

La nutrición aplicada al alto rendimiento deportivo ha sufrido grandes cambios en los últimos años. Una de las características diferenciadoras de este programa de nutrición respecto a otros que tratan la misma materia es el altísimo nivel de actualización en la que se basa la información del mismo pero, sobre todo, es el abanico tan amplio de temas que el alumno abordará en el alto rendimiento deportivo, ya sea desde la nutrición en diferentes disciplinas deportivas hasta trastornos de la alimentación.





“

La capacitación académica más actualizada impartida por extraordinarios docentes experimentados en el mundo deportivo y académico”

En este programa encontrarás capacitación pormenorizada de aspectos claves en el rendimiento deportivo, tratados con una didáctica y profundidad únicos en la oferta académica actual. Cada tema será dictado por verdaderos especialistas en la materia lo cual garantiza un conocimiento al más alto nivel en la materia.

Este programa en Nutrición Aplicada al Alto Rendimiento Deportivo le brindará al alumno contenidos de nivel teórico de altísima calidad y profundidad. Una de las características que diferencian este Curso Universitario de otros es la relación entre las diferentes temáticas del programa a nivel teórico, pero, sobre todo, a nivel práctico, haciendo que el alumno obtenga ejemplos reales de equipos y atletas del más alto rendimiento deportivo a nivel mundial, así como del mundo profesional del deporte dando como resultado que el alumno pueda ir construyendo el conocimiento de la manera más completa.

Otro punto fuerte de este programa en Nutrición Aplicada al Alto Rendimiento Deportivo es la capacitación del alumno en el uso de nuevas tecnologías aplicadas al Rendimiento Deportivo. El alumno no solo conocerá la nueva tecnología en el ámbito del rendimiento, sino que aprenderá su uso y, lo que es más importante, aprenderá la interpretación de los datos que brinda cada dispositivo para tomar mejores decisiones en lo que respecta a la programación del entrenamiento.

Así, en TECH nos hemos propuesto crear contenidos de altísima calidad docente y educativa que conviertan a nuestros alumnos en profesionales de éxito, siguiendo los más altos estándares de calidad en la enseñanza a nivel internacional. Además, al tratarse de un programa, el alumno no está condicionado por horarios fijos ni necesidad de trasladarse a otro lugar físico, sino que puede acceder a los contenidos en cualquier momento del día, equilibrando su vida laboral o personal con la académica. Del mismo modo, los egresados tendrán la oportunidad de participar en una *Masterclass* exclusiva, liderada por un destacado experto internacional en el ámbito del Rendimiento Deportivo.

Este **Curso Universitario en Nutrición Aplicada al Alto Rendimiento Deportivo** contiene el programa científico más completo y actualizado mercado. Sus características más destacadas son:

- ♦ El desarrollo de numerosos casos prácticos presentados por especialistas en entrenamientos de alto rendimiento deportivo
- ♦ Los contenidos gráficos, esquemáticos y eminentemente prácticos con los que están concebidos, recogen la información indispensable para el ejercicio profesional
- ♦ Los ejercicios donde realizar el proceso de autoevaluación para mejorar el aprendizaje
- ♦ El sistema interactivo de aprendizaje basado en algoritmos para la toma de decisiones
- ♦ Su especial hincapié en las metodologías innovadoras en entrenamientos personales
- ♦ Las lecciones teóricas, preguntas al experto, foros de discusión de temas controvertidos y trabajos de reflexión individual
- ♦ La disponibilidad de acceso a los contenidos desde cualquier dispositivo fijo o portátil con conexión a internet



Un experto de renombre a internacional en el área del Rendimiento Deportivo estará a cargo de impartir una Masterclass complementaria, diseñada específicamente para fortalecer tus habilidades esenciales en este campo”

“

Este Curso Universitario es la mejor inversión que puedes hacer en la selección de un programa de actualización por dos motivos: además de poner al día tus conocimientos cómo entrenador personal, obtendrás un título por TECH Global University”

El programa incluye, en su cuadro docente, a profesionales del sector que vierten en esta capacitación la experiencia de su trabajo, además de reconocidos especialistas de sociedades de referencia y universidades de prestigio.

Su contenido multimedia, elaborado con la última tecnología educativa, permitirá al profesional un aprendizaje situado y contextual, es decir, un entorno simulado que proporcionará una capacitación inmersiva programada para entrenarse ante situaciones reales.

El diseño de este programa se centra en el Aprendizaje Basado en Problemas, mediante el cual el profesional deberá tratar de resolver las distintas situaciones de práctica profesional que se le planteen a lo largo del curso académico. Para ello, contará con la ayuda de un novedoso sistema de vídeo interactivo realizado por reconocidos expertos.

El Curso Universitario permite ejercitarse en entornos simulados, que proporcionan un aprendizaje inmersivo programado para entrenarse ante situaciones reales.

Este Curso Universitario 100% online te permitirá compaginar tus estudios con tu labor profesional a la vez que aumentas tus conocimientos en este ámbito.



02 Objetivos

El principal objetivo que persigue este programa es el desarrollo del aprendizaje teórico-práctico, de manera que el profesional de ciencias del deporte consiga dominar de forma práctica y rigurosa las novedades en Alto Rendimiento Deportivo.



“

Nuestro objetivo es alcanzar la excelencia académica y ayudarte a que tú logres el éxito profesional. No lo dudes más y únete a nosotros”



Objetivos generales

- ♦ Dominar y aplicar con certeza los métodos de entrenamientos más actuales para la mejora del rendimiento deportivo
- ♦ Dominar con eficacia la estadística y hacer un correcto uso de los datos obtenidos del atleta, así como iniciar procesos de investigación
- ♦ Adquirir conocimiento basado en la evidencia científica más actual con total aplicabilidad en el campo práctico
- ♦ Dominar todos los métodos más avanzados en cuanto a Nutrición Aplicada al Alto Rendimiento Deportivo se refiere
- ♦ Dominar los principios que rigen la Fisiología del Ejercicio, así como la Bioquímica
- ♦ Dominar los principios que rigen la Biomecánica aplicada directamente al Rendimiento Deportivo
- ♦ Dominar los principios que rigen la Nutrición aplicada al rendimiento deportivo
- ♦ Integrar con éxito todos los conocimientos adquiridos en los diferentes módulos en la práctica real





Objetivos específicos

- ♦ Aprender las bases fisiológicas y bioquímicas del metabolismo energético del esfuerzo físico
- ♦ Conocer los procesos y métodos de la evaluación nutricional del deportista, así como su composición corporal
- ♦ Aprender las diferentes opciones para la evaluación del gasto energético del deportista
- ♦ Aprender todas las variables en cuanto se refiere a nutrición en disciplinas deportivas de muy diferentes características
- ♦ Familiarizarse con las últimas evidencias científicas en cuanto a suplementación deportiva se refiere
- ♦ Manejar los aspectos nutricionales que vienen asociados a trastornos alimenticios y lesiones deportivas



El ámbito deportivo precisa de profesionales capacitados y nosotros te damos las claves para que te sitúes en la élite profesional”

03 Dirección del curso

Nuestro equipo docente, Curso Universitario en Alto Rendimiento Deportivo, cuenta con un amplio prestigio en la profesión y son profesionales con años de experiencia docente que se han unido para ayudarte a dar un impulso a tu profesión. Para ello, han elaborado este programa con actualizaciones recientes en la materia que te permitirá capacitarte y aumentar tus habilidades en este sector.





“

*Aprende de los mejores profesionales y conviértete
tú mismo en un profesional de éxito”*

Director Invitado Internacional

El Doctor Tyler Friedrich es una figura destacada en el ámbito internacional del **Rendimiento Deportivo** y la **Ciencia Aplicada al Deporte**. Con una sólida capacitación académica, ha demostrado un compromiso excepcional con la excelencia y la innovación, y ha contribuido al éxito de numerosos **atletas de élite** en el ámbito internacional.

Durante toda su carrera, Doctor Friedrich ha desplegado su experiencia en una amplia gama de disciplinas deportivas, desde el **fútbol** hasta la **natación**, pasando por el **voleibol** y el **hockey**. Su labor en el **análisis de datos de rendimiento**, especialmente a través del **sistema GPS de atletas Catapult**, y su integración de **tecnología deportiva** en los **programas de rendimiento**, lo han consolidado como un referente en la optimización del **rendimiento atlético**.

Como **Director de Rendimiento Deportivo y Ciencias del Deporte Aplicadas**, el Doctor Friedrich ha liderado entrenamientos de fuerza y acondicionamiento, así como la implementación de programas específicos para varios **deportes olímpicos**, incluyendo **voleibol**, **remo** y **gimnasia**. Aquí, ha sido responsable de integrar servicios de equipamiento, rendimiento deportivo en el fútbol y rendimiento deportivo en deportes olímpicos. Además, de incorporar la **nutrición deportiva** de **DAPER** dentro de un equipo de rendimiento de atletas.

Asimismo, certificado por la **USA Weightlifting** y la **Asociación Nacional de Fuerza y Acondicionamiento**, es reconocido por su habilidad para combinar conocimientos teóricos y prácticos en el desarrollo de **atletas de alto rendimiento**. De esta forma, el Doctor Tyler Friedrich ha dejado una marca indeleble en el mundo del **Rendimiento Deportivo**, siendo un líder destacado y un motor de innovación en su campo.



Dr. Friedrich, Tyler

- ♦ Director de Rendimiento Deportivo y Ciencias del Deporte Aplicadas en Stanford, Palo Alto, EE. UU.
- ♦ Especialista en Rendimiento Deportivo
- ♦ Director Asociado de Atletismo y Rendimiento Aplicado en la Stanford University
- ♦ Director de Rendimiento Deportivo Olímpico en la Stanford University
- ♦ Entrenador de Rendimiento Deportivo en la Stanford University
- ♦ Doctor en Filosofía, Salud y Desempeño Humano por la Concordia University Chicago
- ♦ Máster en Ciencias del Ejercicio por la University of Dayton
- ♦ Licenciado en Ciencias, Fisiología del Ejercicio por la University of Dayton

“

Gracias a TECH podrás aprender con los mejores profesionales del mundo”

Dirección



Dr. Rubina, Dardo

- CEO del proyecto Test and Training
- Doctor en Alto Rendimiento Deportivo
- Coordinador de la Preparación Física en Hockey sobre Césped en el Club de Gimnasia y Esgrima en Buenos Aires
- Preparador Físico en la Escuela Deportiva Moratalaz
- Especialista en Alto Rendimiento Deportivo
- Especialista en Valoración e Interpretación Fisiológica y de la Aptitud Física
- Máster en Alto Rendimiento Deportivo por la Universidad Autónoma de Madrid
- Posgrado en Actividad Física en Poblaciones con Patologías por la Universidad de Barcelona
- Diplomado en Estudios de Investigación Avanzados por la Universidad de Castilla-La Mancha
- Técnico de Fisicoculturismo de Competición por la Federación Extremeña de Fisicoculturismo y Fitness
- Experto en *Scouting* Deportivo y Cuantificación de la Carga de Entrenamiento con Especialización en Fútbol y Ciencias del Deporte por la Universidad de Melilla
- Experto en Musculación Avanzada por el International Fitness and Bodybuilding Federation
- Experto en Nutrición Avanzada por el International Fitness and Bodybuilding Federation
- Certificación en Tecnologías para el Control de Peso y el Rendimiento Físico por la Arizona State University



Profesores

Dña. González Cano, Hendar

- ◆ Nutricionista Deportiva
- ◆ Nutricionista y Antropometrista del GYM SPARTA
- ◆ Nutricionista y Antropometrista del Centro Promentium
- ◆ Nutricionista en equipos de Fútbol Masculino
- ◆ Docente en cursos vinculados a la Fuerza y el Acondicionamiento Físico
- ◆ Ponente en eventos de formación sobre Nutrición Deportiva
- ◆ Graduada en Nutrición Humana y Dietética por la Universidad de Valladolid
- ◆ Máster en Nutrición en la Actividad Física y el Deporte por la Universidad Católica San Antonio de Murcia
- ◆ Curso de Nutrición y Dietética Aplicada al Ejercicio Físico por la Universidad de Vich

“

Nuestro equipo docente te brindará todos sus conocimientos para que estés al día de la información más actualizada en la materia”

04

Estructura y contenido

La estructura de los contenidos ha sido diseñada por un equipo de profesionales conocedor de las implicaciones en la capacitación en la praxis diaria, conscientes de la relevancia de la actualidad de la capacitación de calidad en el ámbito del Alto Rendimiento Deportivo; y comprometidos con la enseñanza de calidad mediante las nuevas tecnologías educativas.





“

Contamos con el programa científico más completo y actualizado del mercado. Queremos ponerte a tu alcance la mejor capacitación”

Módulo 1. Nutrición aplicada al alto rendimiento deportivo

- 1.1. Metabolismo energético del esfuerzo físico
 - 1.1.1. Materia y energía: introducción a la termodinámica
 - 1.1.2. Características fisicoquímicas de los macronutrientes
 - 1.1.3. Digestión y metabolismo de los carbohidratos
 - 1.1.4. Digestión y metabolismo de los lípidos
 - 1.1.5. Digestión y metabolismo de las proteínas
 - 1.1.6. Sistema de los fosfágenos
 - 1.1.7. Sistema glucolítico
 - 1.1.8. Sistema oxidativo
 - 1.1.9. Integración metabólica
 - 1.1.10. Clasificación del esfuerzo físico
- 1.2. Evaluación del estado nutricional y la composición corporal
 - 1.2.1. Métodos retrospectivos y prospectivos
 - 1.2.2. Modelo ABCDE
 - 1.2.3. Evaluación clínica
 - 1.2.4. Composición corporal
 - 1.2.5. Métodos indirectos
 - 1.2.6. Métodos doblemente indirectos
 - 1.2.7. Absorciometría dual de rayos X
 - 1.2.8. Análisis vectorial de bioimpedancia eléctrica
 - 1.2.9. Cineantropometría
 - 1.2.10. Análisis de datos en cineantropometría
- 1.3. Evaluación del gasto energético
 - 1.3.1. Componentes del gasto energético total diario
 - 1.3.2. Tasa metabólica basal y gasto energético en reposo
 - 1.3.3. Efecto térmico de los alimentos
 - 1.3.4. NEAT y gasto energético por esfuerzo físico
 - 1.3.5. Tecnologías para cuantificar el gasto energético
 - 1.3.6. Calorimetría indirecta
 - 1.3.7. Estimación del gasto energético
 - 1.3.8. Cálculos a posteriori
 - 1.3.9. Recomendaciones prácticas
- 1.4. Nutrición en fisicoculturismo y la recomposición corporal
 - 1.4.1. Características del fisicoculturismo
 - 1.4.2. Nutrición para el Bulking
 - 1.4.3. Nutrición para la puesta a punto
 - 1.4.4. Nutrición post-competencia
 - 1.4.5. Suplementos efectivos
 - 1.4.6. La recomposición corporal
 - 1.4.7. Estrategias nutricionales
 - 1.4.8. Distribución de macronutrientes
 - 1.4.9. Diet breaks, refeeds y restricciones intermitentes
 - 1.4.10. Principios y peligros de la farmacología
- 1.5. Nutrición en deportes de fuerza
 - 1.5.1. Características de los deportes colectivos
 - 1.5.2. Requerimiento energético
 - 1.5.3. Requerimiento de proteína
 - 1.5.4. Distribución de carbohidratos y grasas
 - 1.5.5. Nutrición para el levantamiento olímpico
 - 1.5.6. Nutrición para las carreras de velocidad
 - 1.5.7. Nutrición para el powerlifting
 - 1.5.8. Nutrición en deportes de salto y lanzamiento
 - 1.5.9. Nutrición en deportes de combate
 - 1.5.10. Características morfológicas del atleta
- 1.6. Nutrición en deportes colectivos
 - 1.6.1. Características de los deportes colectivos
 - 1.6.2. Requerimiento energético
 - 1.6.3. Nutrición en pre-temporada
 - 1.6.4. Nutrición en competencia
 - 1.6.5. Nutrición antes, durante y después del partido
 - 1.6.6. Reposición de fluidos
 - 1.6.7. Recomendaciones para divisiones inferiores
 - 1.6.8. Nutrición para el fútbol, baloncesto y voleibol
 - 1.6.9. Nutrición para el rugby, hockey y béisbol
 - 1.6.10. Características morfológicas del atleta

- 1.7. Nutrición en deportes de resistencia
 - 1.7.1. Características de los deportes de resistencia
 - 1.7.2. Requerimiento energético
 - 1.7.3. Supercompensación de glucógeno
 - 1.7.4. Reposición de energía durante la competencia
 - 1.7.5. Reposición de fluidos
 - 1.7.6. Bebidas y confitería deportiva
 - 1.7.7. Nutrición para el ciclismo
 - 1.7.8. Nutrición para carreras y maratón
 - 1.7.9. Nutrición para el triatlón
 - 1.7.10. Nutrición para otras modalidades olímpicas
- 1.8. Ayudas ergogénicas nutricionales
 - 1.8.1. Sistemas de clasificación
 - 1.8.2. Creatina
 - 1.8.3. Cafeína
 - 1.8.4. Nitratos
 - 1.8.5. β -alanina
 - 1.8.6. Bicarbonato y fosfato de sodio
 - 1.8.7. Suplementos de proteína
 - 1.8.8. Carbohidratos modificados
 - 1.8.9. Extractos herbales
 - 1.8.10. Suplementación contaminante
- 1.9. Trastornos alimentarios y lesiones deportivas
 - 1.9.1. Anorexia
 - 1.9.2. Bulimia nerviosa
 - 1.9.3. Ortorexia y vigorexia
 - 1.9.4. Trastorno por atracón y por purgas
 - 1.9.5. Síndrome de deficiencia energética relativa
 - 1.9.6. Deficiencia en micronutrientes
 - 1.9.7. Educación nutricional y prevención
 - 1.9.8. Lesiones deportivas
 - 1.9.9. Nutrición durante la readaptación física
- 1.10. Avances e investigación en la Nutrición Deportiva
 - 1.10.1. Nutrigenética
 - 1.10.2. Nutrigenómica
 - 1.10.3. Modulación de la microbiota
 - 1.10.4. Probióticos y prebióticos en el deporte
 - 1.10.5. Productos emergentes
 - 1.10.6. Biología de sistemas
 - 1.10.7. Diseños no experimentales
 - 1.10.8. Diseños experimentales
 - 1.10.9. Revisiones sistemáticas y meta-análisis



*Una experiencia única, clave y decisiva
para impulsar tu desarrollo profesional”*

05

Metodología de estudio

TECH es la primera universidad en el mundo que combina la metodología de los **case studies** con el **Relearning**, un sistema de aprendizaje 100% online basado en la reiteración dirigida.

Esta disruptiva estrategia pedagógica ha sido concebida para ofrecer a los profesionales la oportunidad de actualizar conocimientos y desarrollar competencias de un modo intenso y riguroso. Un modelo de aprendizaje que coloca al estudiante en el centro del proceso académico y le otorga todo el protagonismo, adaptándose a sus necesidades y dejando de lado las metodologías más convencionales.



“

TECH te prepara para afrontar nuevos retos en entornos inciertos y lograr el éxito en tu carrera”

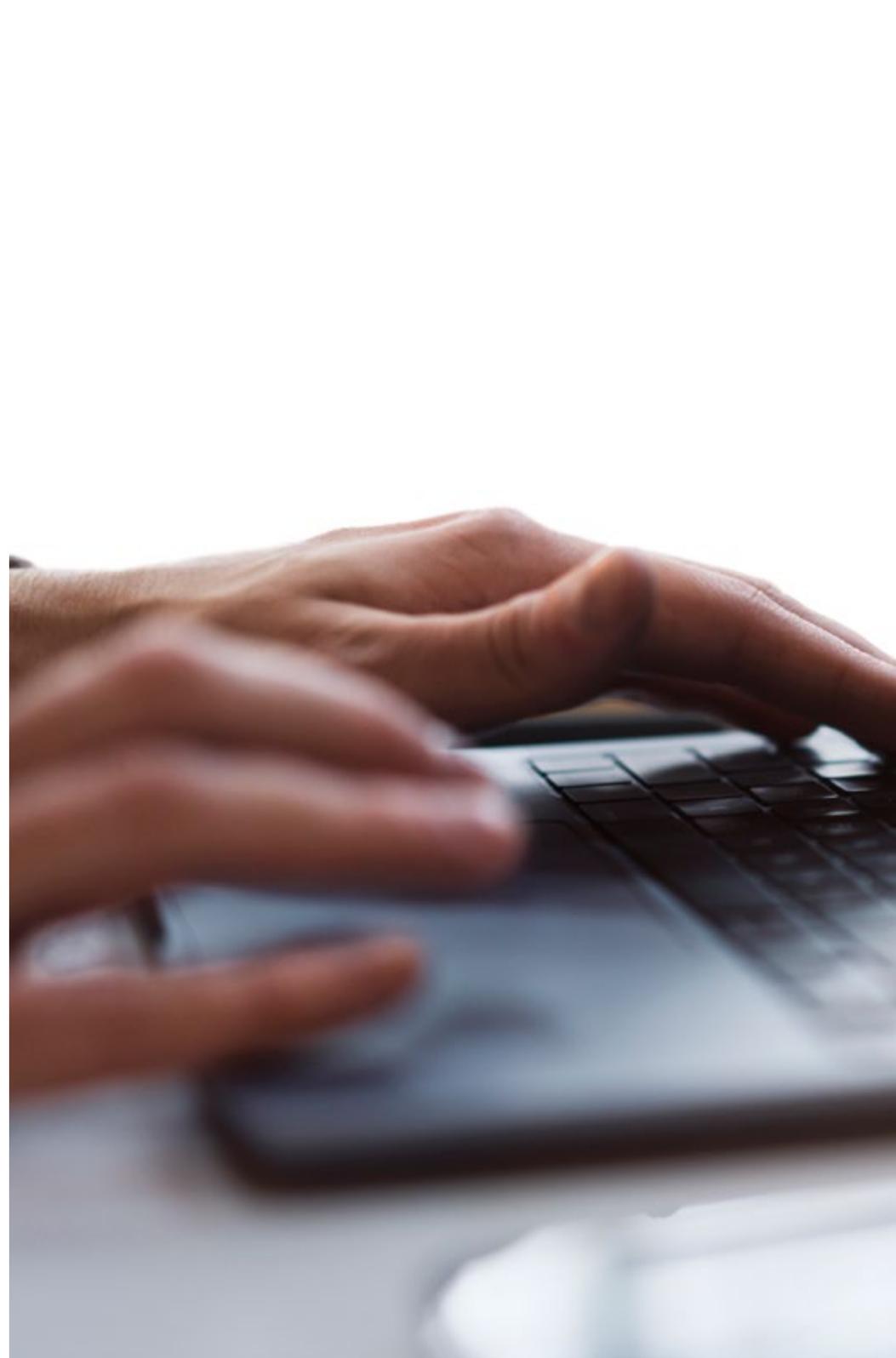
El alumno: la prioridad de todos los programas de TECH

En la metodología de estudios de TECH el alumno es el protagonista absoluto. Las herramientas pedagógicas de cada programa han sido seleccionadas teniendo en cuenta las demandas de tiempo, disponibilidad y rigor académico que, a día de hoy, no solo exigen los estudiantes sino los puestos más competitivos del mercado.

Con el modelo educativo asincrónico de TECH, es el alumno quien elige el tiempo que destina al estudio, cómo decide establecer sus rutinas y todo ello desde la comodidad del dispositivo electrónico de su preferencia. El alumno no tendrá que asistir a clases en vivo, a las que muchas veces no podrá acudir. Las actividades de aprendizaje las realizará cuando le venga bien. Siempre podrá decidir cuándo y desde dónde estudiar.

“

*En TECH NO tendrás clases en directo
(a las que luego nunca puedes asistir)”*



Los planes de estudios más exhaustivos a nivel internacional

TECH se caracteriza por ofrecer los itinerarios académicos más completos del entorno universitario. Esta exhaustividad se logra a través de la creación de temarios que no solo abarcan los conocimientos esenciales, sino también las innovaciones más recientes en cada área.

Al estar en constante actualización, estos programas permiten que los estudiantes se mantengan al día con los cambios del mercado y adquieran las habilidades más valoradas por los empleadores. De esta manera, quienes finalizan sus estudios en TECH reciben una preparación integral que les proporciona una ventaja competitiva notable para avanzar en sus carreras.

Y además, podrán hacerlo desde cualquier dispositivo, pc, tableta o smartphone.

“

El modelo de TECH es asincrónico, de modo que te permite estudiar con tu pc, tableta o tu smartphone donde quieras, cuando quieras y durante el tiempo que quieras”

Case studies o Método del caso

El método del caso ha sido el sistema de aprendizaje más utilizado por las mejores escuelas de negocios del mundo. Desarrollado en 1912 para que los estudiantes de Derecho no solo aprendiesen las leyes a base de contenidos teóricos, su función era también presentarles situaciones complejas reales. Así, podían tomar decisiones y emitir juicios de valor fundamentados sobre cómo resolverlas. En 1924 se estableció como método estándar de enseñanza en Harvard.

Con este modelo de enseñanza es el propio alumno quien va construyendo su competencia profesional a través de estrategias como el *Learning by doing* o el *Design Thinking*, utilizadas por otras instituciones de renombre como Yale o Stanford.

Este método, orientado a la acción, será aplicado a lo largo de todo el itinerario académico que el alumno emprenda junto a TECH. De ese modo se enfrentará a múltiples situaciones reales y deberá integrar conocimientos, investigar, argumentar y defender sus ideas y decisiones. Todo ello con la premisa de responder al cuestionamiento de cómo actuaría al posicionarse frente a eventos específicos de complejidad en su labor cotidiana.



Método Relearning

En TECH los *case studies* son potenciados con el mejor método de enseñanza 100% online: el *Relearning*.

Este método rompe con las técnicas tradicionales de enseñanza para poner al alumno en el centro de la ecuación, proveyéndole del mejor contenido en diferentes formatos. De esta forma, consigue repasar y reiterar los conceptos clave de cada materia y aprender a aplicarlos en un entorno real.

En esta misma línea, y de acuerdo a múltiples investigaciones científicas, la reiteración es la mejor manera de aprender. Por eso, TECH ofrece entre 8 y 16 repeticiones de cada concepto clave dentro de una misma lección, presentada de una manera diferente, con el objetivo de asegurar que el conocimiento sea completamente afianzado durante el proceso de estudio.

El Relearning te permitirá aprender con menos esfuerzo y más rendimiento, implicándote más en tu especialización, desarrollando el espíritu crítico, la defensa de argumentos y el contraste de opiniones: una ecuación directa al éxito.



Un Campus Virtual 100% online con los mejores recursos didácticos

Para aplicar su metodología de forma eficaz, TECH se centra en proveer a los egresados de materiales didácticos en diferentes formatos: textos, vídeos interactivos, ilustraciones y mapas de conocimiento, entre otros. Todos ellos, diseñados por profesores cualificados que centran el trabajo en combinar casos reales con la resolución de situaciones complejas mediante simulación, el estudio de contextos aplicados a cada carrera profesional y el aprendizaje basado en la reiteración, a través de audios, presentaciones, animaciones, imágenes, etc.

Y es que las últimas evidencias científicas en el ámbito de las Neurociencias apuntan a la importancia de tener en cuenta el lugar y el contexto donde se accede a los contenidos antes de iniciar un nuevo aprendizaje. Poder ajustar esas variables de una manera personalizada favorece que las personas puedan recordar y almacenar en el hipocampo los conocimientos para retenerlos a largo plazo. Se trata de un modelo denominado *Neurocognitive context-dependent e-learning* que es aplicado de manera consciente en esta titulación universitaria.

Por otro lado, también en aras de favorecer al máximo el contacto mentor-alumno, se proporciona un amplio abanico de posibilidades de comunicación, tanto en tiempo real como en diferido (mensajería interna, foros de discusión, servicio de atención telefónica, email de contacto con secretaría técnica, chat y videoconferencia).

Asimismo, este completísimo Campus Virtual permitirá que el alumnado de TECH organice sus horarios de estudio de acuerdo con su disponibilidad personal o sus obligaciones laborales. De esa manera tendrá un control global de los contenidos académicos y sus herramientas didácticas, puestas en función de su acelerada actualización profesional.



La modalidad de estudios online de este programa te permitirá organizar tu tiempo y tu ritmo de aprendizaje, adaptándolo a tus horarios”

La eficacia del método se justifica con cuatro logros fundamentales:

1. Los alumnos que siguen este método no solo consiguen la asimilación de conceptos, sino un desarrollo de su capacidad mental, mediante ejercicios de evaluación de situaciones reales y aplicación de conocimientos.
2. El aprendizaje se concreta de una manera sólida en capacidades prácticas que permiten al alumno una mejor integración en el mundo real.
3. Se consigue una asimilación más sencilla y eficiente de las ideas y conceptos, gracias al planteamiento de situaciones que han surgido de la realidad.
4. La sensación de eficiencia del esfuerzo invertido se convierte en un estímulo muy importante para el alumnado, que se traduce en un interés mayor en los aprendizajes y un incremento del tiempo dedicado a trabajar en el curso.

La metodología universitaria mejor valorada por sus alumnos

Los resultados de este innovador modelo académico son constatables en los niveles de satisfacción global de los egresados de TECH.

La valoración de los estudiantes sobre la calidad docente, calidad de los materiales, estructura del curso y sus objetivos es excelente. No en valde, la institución se convirtió en la universidad mejor valorada por sus alumnos según el índice global score, obteniendo un 4,9 de 5.

Accede a los contenidos de estudio desde cualquier dispositivo con conexión a Internet (ordenador, tablet, smartphone) gracias a que TECH está al día de la vanguardia tecnológica y pedagógica.

Podrás aprender con las ventajas del acceso a entornos simulados de aprendizaje y el planteamiento de aprendizaje por observación, esto es, Learning from an expert.



Así, en este programa estarán disponibles los mejores materiales educativos, preparados a conciencia:



Material de estudio

Todos los contenidos didácticos son creados por los especialistas que van a impartir el curso, específicamente para él, de manera que el desarrollo didáctico sea realmente específico y concreto.

Estos contenidos son aplicados después al formato audiovisual que creará nuestra manera de trabajo online, con las técnicas más novedosas que nos permiten ofrecerte una gran calidad, en cada una de las piezas que pondremos a tu servicio.



Prácticas de habilidades y competencias

Realizarás actividades de desarrollo de competencias y habilidades específicas en cada área temática. Prácticas y dinámicas para adquirir y desarrollar las destrezas y habilidades que un especialista precisa desarrollar en el marco de la globalización que vivimos.



Resúmenes interactivos

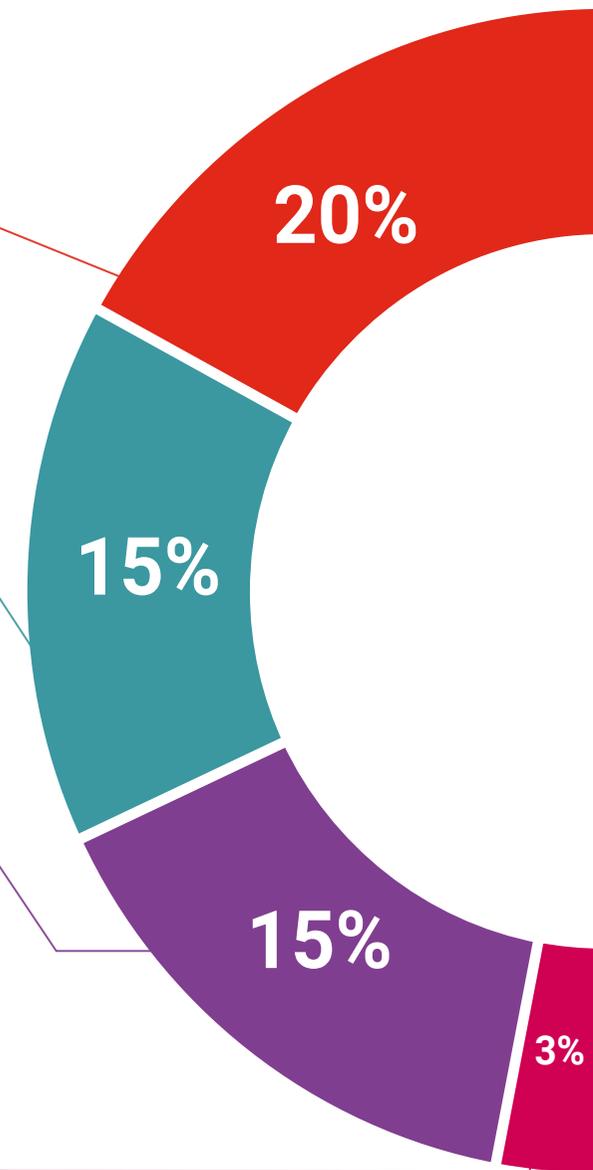
Presentamos los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audio, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

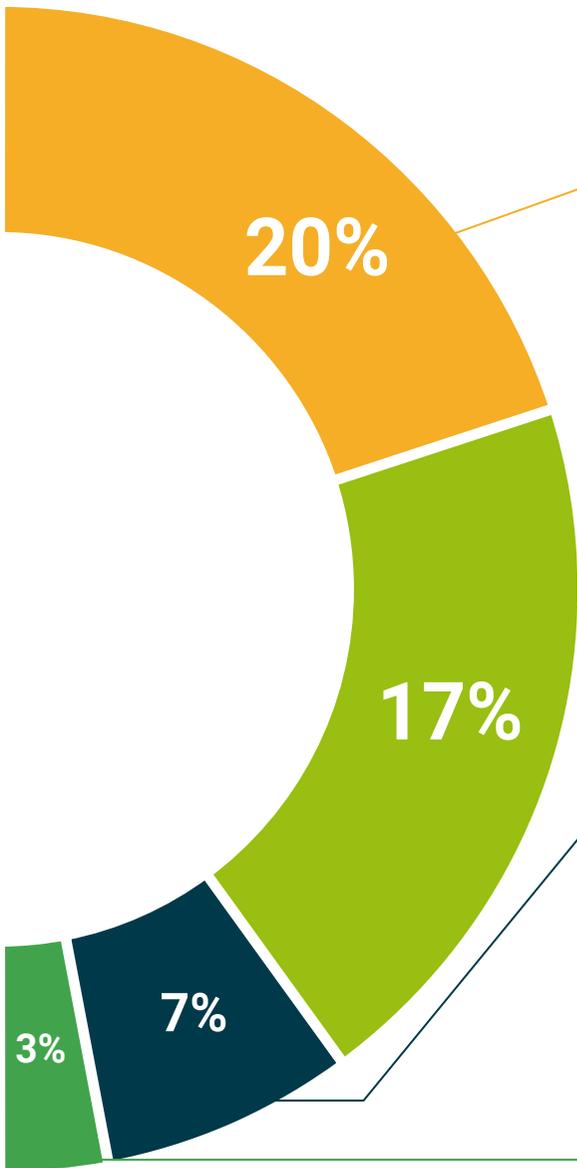
Este sistema exclusivo educativo para la presentación de contenidos multimedia fue premiado por Microsoft como "Caso de éxito en Europa".



Lecturas complementarias

Artículos recientes, documentos de consenso, guías internacionales... En nuestra biblioteca virtual tendrás acceso a todo lo que necesitas para completar tu capacitación.





Case Studies

Completarás una selección de los mejores case studies de la materia. Casos presentados, analizados y tutorizados por los mejores especialistas del panorama internacional.



Testing & Retesting

Evaluamos y reevaluamos periódicamente tu conocimiento a lo largo del programa. Lo hacemos sobre 3 de los 4 niveles de la Pirámide de Miller.



Clases magistrales

Existe evidencia científica sobre la utilidad de la observación de terceros expertos. El denominado Learning from an expert afianza el conocimiento y el recuerdo, y genera seguridad en nuestras futuras decisiones difíciles.



Guías rápidas de actuación

TECH ofrece los contenidos más relevantes del curso en forma de fichas o guías rápidas de actuación. Una manera sintética, práctica y eficaz de ayudar al estudiante a progresar en su aprendizaje.



06 Titulación

El Curso Universitario en Nutrición Aplicada al Alto Rendimiento Deportivo garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Curso Universitario expedido por TECH Global University.



“

Supera con éxito este programa y recibe tu titulación universitaria sin desplazamientos ni farragosos trámites”

Este programa te permitirá obtener el título propio de **Curso Universitario en Nutrición Aplicada al Alto Rendimiento Deportivo** avalado por **TECH Global University**, la mayor Universidad digital del mundo.

TECH Global University, es una Universidad Oficial Europea reconocida públicamente por el Gobierno de Andorra (*boletín oficial*). Andorra forma parte del Espacio Europeo de Educación Superior (EEES) desde 2003. El EEES es una iniciativa promovida por la Unión Europea que tiene como objetivo organizar el marco formativo internacional y armonizar los sistemas de educación superior de los países miembros de este espacio. El proyecto promueve unos valores comunes, la implementación de herramientas conjuntas y fortaleciendo sus mecanismos de garantía de calidad para potenciar la colaboración y movilidad entre estudiantes, investigadores y académicos.

Este título propio de **TECH Global University**, es un programa europeo de formación continua y actualización profesional que garantiza la adquisición de las competencias en su área de conocimiento, confiriendo un alto valor curricular al estudiante que supere el programa.

Título: **Curso Universitario en Nutrición Aplicada al Alto Rendimiento Deportivo**

Modalidad: **online**

Duración: **6 semanas**

Acreditación: **6 ECTS**





Curso Universitario
Nutrición Aplicada al Alto
Rendimiento Deportivo

- » Modalidad: online
- » Duración: 6 semanas
- » Titulación: TECH Global University
- » Acreditación: 6 ECTS
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

Curso Universitario

Nutrición Aplicada al Alto Rendimiento Deportivo

Avalado por la NBA



tech global
university