

# Curso Universitario

## Nutrición en el Deportista Diabético Tipo 1

Avalado por la NBA





## Curso Universitario

### Nutrición en el Deportista Diabético Tipo 1

- » Modalidad: **Online**
- » Duración: **6 semanas**
- » Titulación: **TECH Universidad Tecnológica**
- » Acreditación: **6 ECTS**
- » Horario: **a tu ritmo**
- » Exámenes: **online**

Acceso web: [www.techtute.com/ciencias-del-deporte/curso-universitario/nutricion-deportista-diabetico-tipo-1](http://www.techtute.com/ciencias-del-deporte/curso-universitario/nutricion-deportista-diabetico-tipo-1)

# Índice

01

Presentación

---

*pág. 4*

02

Objetivos

---

*pág. 8*

03

Dirección del curso

---

*pág. 12*

04

Estructura y contenido

---

*pág. 16*

05

Metodología

---

*pág. 20*

06

Titulación

---

*pág. 28*

01

# Presentación

Con esta capacitación de alto nivel los alumnos podrán adquirir los conocimientos necesarios para poder establecer un plan nutricional a personas con diabetes que quieren cuidar su salud y a deportistas de diferentes modalidades en base a la evidencia científica actual.





“

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

Durante la práctica deportiva surgen diferentes problemas que tienen un origen o solución en la alimentación y/o la suplementación deportiva. En este programa se enseñarán las diferentes estrategias para poder solucionar y anticipar problemas que puedan surgir durante una prueba o un entrenamiento. Además, el alumno aprenderá a solucionar las dudas que puedan surgirle al tratar con un deportista, así como a enseñarle de la mejor manera posible los aspectos básicos de la alimentación deportiva.

En este Curso Universitario se abordan los aspectos fisiológicos y bioquímicos necesarios para poder entender cómo la diabetes afecta tanto en la vida diaria como en el ejercicio, y los posibles problemas que se pueden presentar.

Al tratarse de un programa online, 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.

Este **Curso Universitario en Nutrición en el Deportista Diabético Tipo 1** contiene el programa científico más completo y actualizado del mercado. Sus características más destacadas son:

- ◆ Los contenidos gráficos, esquemáticos y eminentemente prácticos con los que está concebido 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 ante el paciente con problemas de alimentación
- ◆ 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



*Sumérgete en el estudio de este completísimo programa y mejora tus habilidades en el asesoramiento nutricional para deportistas”*

“

*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 en nutrición deportiva, obtendrás un título por la principal universidad online en español: TECH Universidad Tecnológica”*

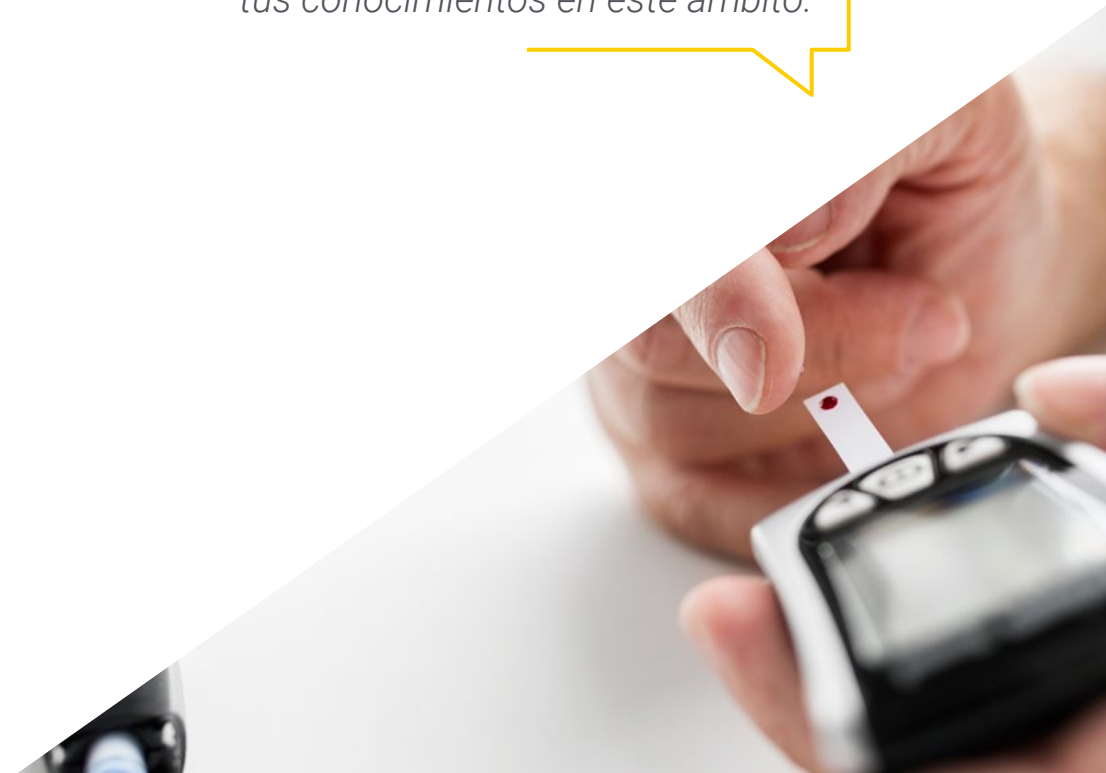
Incluye en su cuadro docente a profesionales pertenecientes al ámbito de la nutrición, que vierten en esta capacitación la experiencia de su trabajo, además de reconocidos especialistas de sociedades de referencia y universidades de prestigio.

Su contenido multimedia, elaborado con la última tecnología educativa, permitirá a los profesionales 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 los profesionales deberán tratar de resolver las distintas situaciones de práctica profesional que se les planteen a lo largo del curso académico. Para ello, contarán con la ayuda de un novedoso sistema de vídeo interactivo realizado por reconocidos expertos en nutrición deportiva y con gran experiencia.

*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 el programa es el desarrollo del aprendizaje teórico-práctico, de forma que los profesionales de ciencias del deporte consigan dominar de forma práctica y rigurosa el estudio de la nutrición deportiva en poblaciones especiales.





“

*Este programa de actualización generará una sensación de seguridad en el desempeño de tu praxis diaria, que te ayudará a crecer personal y profesionalmente”*



## Objetivos generales

---

- ◆ Manejar conocimientos avanzados sobre la planificación nutricional en los deportistas profesionales y no profesionales para la realización saludable de ejercicio físico
- ◆ Manejar conocimientos avanzados sobre la planificación nutricional en los deportistas profesionales de diferentes disciplinas para conseguir el máximo rendimiento deportivo
- ◆ Manejar conocimientos avanzados sobre la planificación nutricional en los deportistas profesionales de disciplinas de equipo para conseguir el máximo rendimiento deportivo
- ◆ Manejar y consolidar la iniciativa, el espíritu emprendedor, para poner en marcha proyectos relacionados con la nutrición en la actividad física y el deporte
- ◆ Saber incorporar los distintos avances científicos al propio campo profesional
- ◆ Capacidad para trabajar en un entorno multidisciplinar
- ◆ Comprensión avanzada del contexto en el que se desarrolla el área de su especialidad
- ◆ Manejar habilidades avanzadas para detectar los posibles signos de alteración nutricional asociados a la práctica deportiva
- ◆ Manejar las habilidades necesarias mediante el proceso enseñanza-aprendizaje que les permita seguir formándose y aprendiendo en el ámbito de la nutrición en el deporte, tanto por los contactos establecidos con profesores y profesionales de esta capacitación como de modo autónomo
- ◆ Especializarse en la estructura del tejido muscular y su implicación en el deporte
- ◆ Conocer las necesidades energéticas y nutricionales de los deportistas en distintas situaciones fisiopatológicas
- ◆ Especializarse en las necesidades energéticas y nutricionales de los deportistas en distintas situaciones propias de la edad y el sexo
- ◆ Especializarse en estrategias dietéticas para la prevención y tratamiento del deportista lesionado
- ◆ Especializarse en las necesidades energéticas y nutricionales de los niños deportistas.
- ◆ Especializarse en las necesidades energéticas y nutricionales de los deportistas paralímpicos







## Objetivos específicos

---

- ◆ Establecer el mecanismo fisiológico y bioquímico de la diabetes tanto en reposo como en el ejercicio
- ◆ Profundizar en cómo funcionan las diferentes insulinas o medicamentos que utilizan los/las diabéticos/as
- ◆ Valorar los requerimientos nutricionales para personas con diabetes tanto en su vida diaria como en el ejercicio, para mejorar su salud
- ◆ Profundizar en los conocimientos necesarios para poder planificar la nutrición a deportistas de diferentes disciplinas con diabetes, para mejorar su salud y rendimiento
- ◆ Establecer el estado de evidencia actual sobre las ayudas ergogénicas en diabéticos/as

“

*Aprovecha la oportunidad y da el paso para ponerte al día en las últimas novedades en Nutrición en el Deportista Diabético Tipo 1”*

# 03

## Dirección del curso

El equipo docente de TECH, experto en Nutrición Deportiva, cuenta con un amplio prestigio en la profesión y son profesionales con años de experiencia docente que se han unido para ayudarles a dar un impulso a su profesión. Para ello, han elaborado este programa con actualizaciones recientes en la materia que les permitirá capacitarse y aumentar sus habilidades en este sector.





“

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

## Dirección



### Dr. Marhuenda Hernández, Javier

- ♦ Nutricionista en clubes de fútbol profesionales
- ♦ Responsable del área de nutrición deportiva del Albacete Balompié
- ♦ Responsable del área de nutrición deportiva del UCAM Murcia de Fútbol
- ♦ Asesor científico en Nutrium
- ♦ Asesor nutricional en Centro Impulso
- ♦ Docente y coordinador de estudios posuniversitarios
- ♦ Doctor en Nutrición y Seguridad Alimentaria por la UCAM
- ♦ Graduado en Nutrición Humana y Dietética por la UCAM
- ♦ Máster en Nutrición Clínica por la UCAM
- ♦ Académico de número de la Academia Española de Nutrición y Dietética

## Profesores

### Dr. Martínez Noguera, Francisco Javier

- ♦ Nutricionista deportivo en CIARD-UCAM
- ♦ Nutricionista deportivo en Clínica Fisioterapia Jorge Lledó
- ♦ Ayudante de investigación en CIARD-UCAM
- ♦ Nutricionista deportivo del UCAM Murcia Club de Fútbol
- ♦ Nutricionista de SANO Center
- ♦ Nutricionista deportivo de UCAM Murcia Club de Baloncesto
- ♦ Doctor en Ciencias del Deporte por la Universidad Católica San Antonio de Murcia
- ♦ Graduado en Nutrición Humana y Dietética por la Universidad Católica San Antonio de Murcia
- ♦ Máster en Nutrición y Seguridad Alimentaria por la Universidad Católica San Antonio de Murcia



# 04

## Estructura y contenido

La estructura de los contenidos ha sido diseñada por un equipo de profesionales conocedores de las implicaciones de la capacitación en la praxis diaria, conscientes de la relevancia de la actualidad de la educación en nutrición deportiva, y comprometidos con la enseñanza de calidad mediante las nuevas tecnologías educativas.







“

*Conoce las dietas más adecuadas para cada tipo de deportista y serás capaz de realizar asesoramientos más personalizados”*

## Módulo 1. Deportista diabético tipo 1

- 1.1. Conocer la diabetes y su patología
  - 1.1.1. Incidencia de la diabetes
  - 1.1.2. Fisiopatología de la diabetes
  - 1.1.3. Consecuencias de la diabetes
- 1.2. Fisiología del ejercicio en personas con diabetes
  - 1.2.1. Ejercicio máximo, submáximo y metabolismo muscular durante el ejercicio
  - 1.2.2. Diferencias a nivel metabólico durante el ejercicio en personas con diabetes
- 1.3. Ejercicio en personas con diabetes tipo 1
  - 1.3.1. Hipoglucemia, hiperglucemia y ajuste del tratamiento nutricional
  - 1.3.2. Tiempo de ejercicio e ingesta de hidratos de carbono
- 1.4. Ejercicio en personas con diabetes tipo 2. Control de la glucemia
  - 1.4.1. Riesgos de la actividad física en personas con diabetes tipo 2
  - 1.4.2. Beneficios del ejercicio en personas con diabetes tipo 2
- 1.5. Ejercicio en niños y adolescentes con diabetes
  - 1.5.1. Efectos metabólicos del ejercicio
  - 1.5.2. Precauciones durante el ejercicio
- 1.6. Terapia de insulina y ejercicio
  - 1.6.1. Bomba de infusión de insulina
  - 1.6.2. Tipos de insulinas
- 1.7. Estrategias nutricionales durante el deporte y el ejercicio en diabetes tipo 1
  - 1.7.1. De la teoría a la práctica
  - 1.7.2. Ingesta de hidratos de carbono antes, durante y después del ejercicio físico
  - 1.7.3. Hidratación antes, durante y después del ejercicio físico
- 1.8. Planificación nutricional en deportes de resistencia
  - 1.8.1. Maratón
  - 1.8.2. Ciclismo
- 1.9. Planificación nutricional en deportes de equipo
  - 1.9.1. Fútbol
  - 1.9.2. Rugby
- 1.10. Suplementación deportiva y diabetes
  - 1.10.1. Suplementos potencialmente beneficiosos para los atletas con diabetes





“

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



# 05 Metodología

Este programa de capacitación ofrece una forma diferente de aprender. Nuestra metodología se desarrolla a través de un modo de aprendizaje de forma cíclica: **el Relearning**.

Este sistema de enseñanza es utilizado, por ejemplo, en las facultades de medicina más prestigiosas del mundo y se ha considerado uno de los más eficaces por publicaciones de gran relevancia como el ***New England Journal of Medicine***.







“

*Descubre el Relearning, un sistema que abandona el aprendizaje lineal convencional para llevarte a través de sistemas cíclicos de enseñanza: una forma de aprender que ha demostrado su enorme eficacia, especialmente en las materias que requieren memorización”*

## Estudio de Caso para contextualizar todo el contenido

Nuestro programa ofrece un método revolucionario de desarrollo de habilidades y conocimientos. Nuestro objetivo es afianzar competencias en un contexto cambiante, competitivo y de alta exigencia..

“

*Con TECH podrás experimentar una forma de aprender que está moviendo los cimientos de las universidades tradicionales de todo el mundo”*



*Accederás a un sistema de aprendizaje basado en la reiteración, con una enseñanza natural y progresiva a lo largo de todo el temario.*



*El alumno aprenderá, mediante actividades colaborativas y casos reales, la resolución de situaciones complejas en entornos empresariales reales.*

## Un método de aprendizaje innovador y diferente

Este programa de Ciencias del Deporte de TECH Universidad Tecnológica es un programa intensivo que te prepara para afrontar todos los retos en este área, tanto en el ámbito nacional como internacional. Tenemos el compromiso de favorecer tu crecimiento personal y profesional, la mejor forma de caminar hacia el éxito, por eso en TECH utilizarás los case studies de la Harvard, con la que tenemos un acuerdo estratégico que nos permite acercarte los materiales de la mejor universidad del mundo..



*Somos la única Universidad online que ofrece los materiales de Harvard como material docente en sus cursos”*

El método del caso ha sido el sistema de aprendizaje más utilizado por las mejores facultades del mundo. Desarrollado en 1912 para que los estudiantes de Derecho no solo aprendiesen las leyes a base de contenidos teóricos, el método del caso consistió en presentarles situaciones complejas reales para que tomaran decisiones y emitieran juicios de valor fundamentados sobre cómo resolverlas. En 1924 se estableció como método estándar de enseñanza en Harvard

Ante una determinada situación, ¿qué harías tú? Esta es la pregunta a la que te enfrentamos en el método del caso, un método de aprendizaje orientado a la acción. A lo largo del curso, te enfrentarás a múltiples casos reales. Deberás integrar todos tus conocimientos, investigar, argumentar y defender tus ideas y decisiones.

## Relearning Methodology

TECH aúna de forma eficaz la metodología del Estudio de Caso con un sistema de aprendizaje 100% online basado en la reiteración, que combina 8 elementos didácticos diferentes en cada lección.

Potenciamos el Estudio de Caso con el mejor método de enseñanza 100% online: el Relearning.

*En 2019, obtuvimos los mejores resultados de aprendizaje de todas las universidades online en español en el mundo.*

En TECH se aprende con una metodología vanguardista concebida para capacitar a los directivos del futuro. Este método, a la vanguardia pedagógica mundial, se denomina Relearning.

Nuestra universidad es la única en habla hispana licenciada para emplear este exitoso método. En 2019, conseguimos mejorar los niveles de satisfacción global de nuestros alumnos (calidad docente, calidad de los materiales, estructura del curso, objetivos...) con respecto a los indicadores de la mejor universidad online en español.





En nuestro programa, el aprendizaje no es un proceso lineal, sino que sucede en espiral (aprender, desaprender, olvidar y reaprender). Por eso, se combinan cada uno de estos elementos de forma concéntrica. Con esta metodología se han capacitado a más de 650.000 graduados universitarios con un éxito sin precedentes en ámbitos tan distintos como la bioquímica, la genética, la cirugía, el derecho internacional, las habilidades directivas, las ciencias del deporte, la filosofía, el derecho, la ingeniería, el periodismo, la historia o los mercados e instrumentos financieros. Todo ello en un entorno de alta exigencia, con un alumnado universitario de un perfil socioeconómico alto y una media de edad de 43,5 años.

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

A partir de la última evidencia científica en el ámbito de la neurociencia, no solo sabemos organizar la información, las ideas, las imágenes y los recuerdos, sino que sabemos que el lugar y el contexto donde hemos aprendido algo es fundamental para que seamos capaces de recordarlo y almacenarlo en el hipocampo, para retenerlo en nuestra memoria a largo plazo.

De esta manera, y en lo que se denomina Neurocognitive context-dependent e-learning, los diferentes elementos de nuestro programa están conectados con el contexto donde el participante desarrolla su práctica profesional..

Este programa ofrece los mejores materiales educativos, preparados a conciencia para los profesionales:



#### 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.



#### 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.



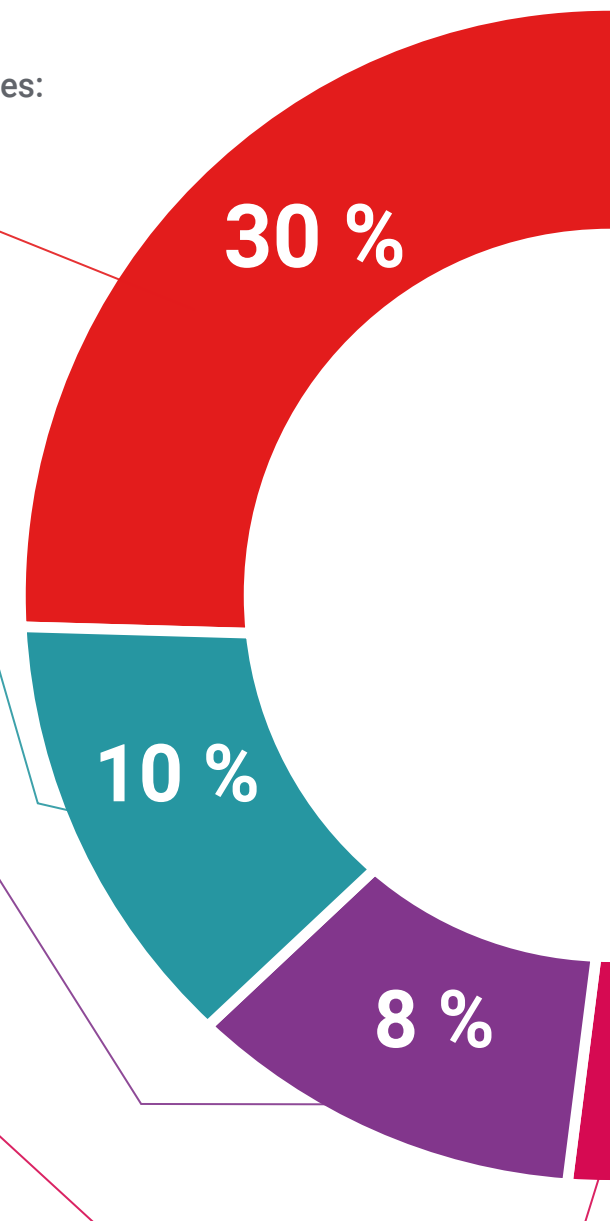
#### Prácticas de habilidades y competencias

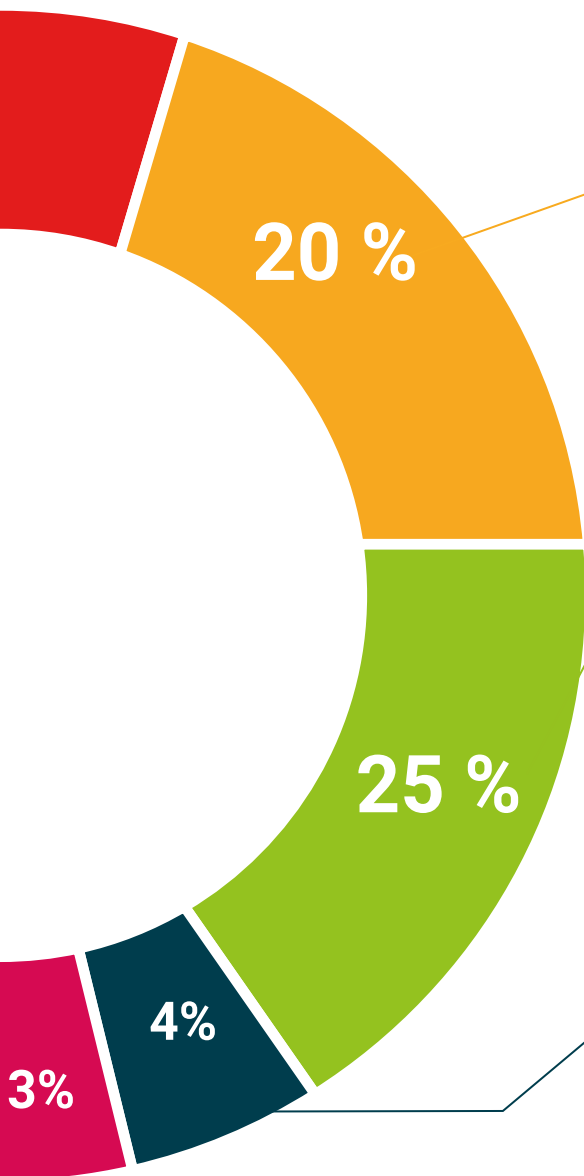
Realizarás actividades de desarrollo de competencias y habilidades específicas en cada área temática. Prácticas y dinámicas para adquirir y desarrollar las destrezas y habilidades que un especialista precisa desarrollar en el marco de la globalización que vivimos.



#### 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

Completarán una selección de los mejores casos de estudio elegidos expresamente para esta situación. Casos presentados, analizados y tutorizados por los mejores especialistas del panorama internacional.



#### Resúmenes interactivos

El equipo de TECH presenta los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audios, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

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



#### Testing & Retesting

Se evalúan y reevalúan periódicamente los conocimientos del alumno a lo largo del programa, mediante actividades y ejercicios evaluativos y autoevaluativos para que, de esta manera, el estudiante compruebe cómo va consiguiendo sus metas.





06

# Titulación

El Curso Universitario en Nutrición en el Deportista Diabético Tipo 1 garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Curso Universitario expedido por TECH Universidad Tecnológica.



“

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

Este **Curso Universitario en Nutrición en el Deportista Diabético Tipo 1** contiene el programa científico más completo y actualizado del mercado.

Tras la superación de la evaluación, el alumno recibirá por correo postal\* con acuse de recibo su correspondiente título de **Curso Universitario** emitido por **TECH Universidad Tecnológica**.

Este título propio contribuye de forma relevante al desarrollo de la educación continua del profesional y aporta un alto valor curricular universitario a su formación, y es 100% válido en todas las Oposiciones, Carrera Profesional y Bolsas de Trabajo de cualquier Comunidad Autónoma española.

Título: **Curso Universitario en Nutrición en el Deportista Diabético Tipo 1**

ECTS: **6**

N.º Horas Oficiales: **150 h.**

**Avalado por la NBA**



\*Apostilla de La Haya. En caso de que el alumno solicite que su título en papel recabe la Apostilla de La Haya, TECH EDUCATION realizará las gestiones oportunas para su obtención, con un coste adicional.





**Curso Universitario**  
Nutrición en el Deportista  
Diabético Tipo 1

- » Modalidad: Online
- » Duración: 6 semanas
- » Titulación: TECH Universidad Tecnológica
- » Acreditación: 6 ECTS
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

# Curso Universitario

## Nutrición en el Deportista Diabético Tipo 1

Avalado por la NBA

