Máster Semipresencial

Entrenamiento Personal Terapéutico

Avalado por la NBA

tech universidad FUNDEPOS

tech universidad FUNDEPOS

Máster Semipresencial
Entrenamiento Personal Terapéutico

Modalidad: **Semipresencial (Online + Prácticas)**
Duración: **12 meses**
Titulación: **TECH Universidad FUNDEPOS**
Horas lectivas: **1.620 h.**
Acceso web: **www.techtitute.com/ciencias-del-deporte/master-semipresencial/master-semipresencial-entrenamiento-personal-terapeutico**

Índice

01 Presentación — pág. 4

02 ¿Por qué cursar este Máster Semipresencial? — pág. 8

03 Objetivos — pág. 12

04 Competencias — pág. 18

05 Dirección del curso — pág. 22

06 Estructura y contenido — pág. 28

07 Prácticas — pág. 40

08 ¿Dónde puedo hacer las Prácticas? — pág. 46

09 Metodología — pág. 52

10 Titulación — pág. 60

01

Presentación

El área del Entrenamiento Personal Terapéutico ha experimentado en los últimos años un importante crecimiento debido a la mayor conciencia de la sociedad sobre la importancia de la actividad física y su relación con la salud y el bienestar. Además, los avances científicos y tecnológicos han llevado a la aparición de nuevas herramientas y enfoques en el abordaje de enfermedades y afecciones desde el ejercicio físico, lo que representa un desafío para los profesionales del sector. En este contexto, este programa de TECH Universidad FUNDEPOS, que combina aprendizaje 100% online con unas prácticas intensivas de 3 semanas en un centro prestigioso, resulta fundamental para actualizar los conocimientos y habilidades de los profesionales, dotándolos de las competencias más avanzadas.

Avanza en tu carrera como profesional del Entrenamiento Personal Terapéutico y adquiere un conocimiento de vanguardia en la materia gracias a este Máster Semipresencial"

En los últimos años, el área del Entrenamiento Personal Terapéutico ha experimentado un gran avance debido a los nuevos hallazgos científicos en el abordaje de enfermedades y afecciones mediante el ejercicio físico. Además, la creciente demanda de programas personalizados y adaptados a las necesidades específicas de cada paciente, ha generado la necesidad de que los profesionales del sector actualicen sus conocimientos para poder ofrecer servicios de calidad.

Por esta razón, TECH Universidad FUNDEPOS presenta su Máster Semipresencial en Entrenamiento Personal Terapéutico, con el objetivo de brindar a los profesionales la oportunidad de adquirir conocimientos actualizados y herramientas prácticas para ofrecer servicios de calidad en este ámbito en constante evolución.

Este programa académico se justifica en base al contexto actual, en el que la tecnología de vanguardia juega un papel fundamental en la eficacia del Entrenamiento Personal Terapéutico. A través de una combinación de metodología 100% online y prácticas intensivas, los participantes adquirirán conocimientos especializados en la aplicación de tecnología de última generación, permitiéndoles llevar su práctica profesional al siguiente nivel.

Una de las grandes ventajas de este programa es su formato semipresencial, que permite a los participantes completar gran parte del programa de manera virtual. Además, las prácticas intensivas en centros especializados, que forman parte del programa, permiten a los participantes poner en práctica lo aprendido y adquirir experiencia en entornos reales de trabajo. En definitiva, el Máster Semipresencial en Entrenamiento Personal Terapéutico de TECH Universidad FUNDEPOS es una oportunidad única para que los profesionales del sector se actualicen y estén a la vanguardia de las últimas novedades y tecnologías en este campo en constante evolución.

Este **Máster Semipresencial en Entrenamiento Personal Terapéutico** contiene el programa científico más completo y actualizado del mercado. Sus características más destacadas son:

- Desarrollo de más de 100 casos clínicos presentados por profesionales de Ciencias del Deporte que desarrollan su labor en el ámbito del Entrenamiento Personal Terapéutico
- Sus contenidos gráficos, esquemáticos y eminentemente prácticos con los que están concebidos, recogen una información científica y asistencial sobre aquellas disciplinas indispensables para el ejercicio profesional
- Planes de entrenamiento integrales para la realización de ejercicio físico en poblaciones especiales
- Sistema interactivo de aprendizaje basado en algoritmos para la aplicación de los mejores planes de entrenamiento
- Guías de práctica deportiva sobre el abordaje de las diferentes patologías desde el Entrenamiento Personal Terapéutico
- Todo esto se complementará con lecciones teóricas, preguntas al experto, foros de discusión de temas controvertidos y trabajos de reflexión individual
- Disponibilidad de los contenidos desde cualquier dispositivo fijo o portátil con conexión a internet
- Además, podrás realizar una estancia de prácticas en uno de los mejores centros

Desarrolla de un modo práctico las competencias necesarias para diseñar planes de entrenamiento personalizados adaptados a las necesidades específicas de cada paciente”

Mantente al día en las últimas investigaciones y avances en el campo del Entrenamiento Personal Terapéutico con este Máster Semipresencial, que te permitirá hacer unas prácticas intensivas de 3 semanas"

Actualiza tus conocimientos en Entrenamiento Personal Terapéutico y amplía tus oportunidades laborales en el sector.

Domina las técnicas más avanzadas para la monitorización y evaluación del rendimiento físico del paciente, incluyendo la utilización de software especializado.

En esta propuesta de Máster, de carácter profesionalizante y modalidad semipresencial, el programa está dirigido a la actualización de profesionales de Ciencias del Deporte. Los contenidos están basados en la última evidencia científica, y orientados de manera didáctica para integrar el saber teórico en la práctica profesional orientada al Entrenamiento Personal Terapéutico.

Gracias a su contenido multimedia elaborado con la última tecnología educativa, permitirán al profesional obtener un aprendizaje situado y contextual, es decir, un entorno simulado que proporcionará un aprendizaje inmersivo programado para entrenarse ante situaciones reales. El diseño de este programa está centrado en el Aprendizaje Basado en Problemas, mediante el cual deberá tratar de resolver las distintas situaciones de práctica profesional que se le planteen a lo largo del mismo. Para ello, contará con la ayuda de un novedoso sistema de vídeo interactivo realizado por reconocidos expertos.

02

¿Por qué cursar este Máster Semipresencial?

Realizar este Máster Semipresencial en Entrenamiento Personal Terapéutico es una oportunidad única para actualizarse en una de las áreas más demandadas en el ámbito de la salud y el deporte. Este programa académico ofrece un enfoque integral y actualizado sobre los desafíos y avances en el entrenamiento personal terapéutico, que permitirá al profesional ampliar sus conocimientos y habilidades. Además, la posibilidad de realizar la etapa teórica online y las prácticas intensivas presenciales, junto con expertos del sector, aseguran una formación de calidad adaptada a las necesidades de cada estudiante. En definitiva, este Máster Semipresencial es una inversión en la carrera profesional del alumno que aportará un valor añadido en el campo de la salud y el deporte.

Especialízate en Entrenamiento Personal Terapéutico y pon en práctica las habilidades adquiridas a través de las prácticas intensivas que te ofrece TECH Universidad FUNDEPOS"

1. Actualizarse a partir de la última tecnología disponible

En los últimos años, la tecnología ha revolucionado el campo del Entrenamiento Personal Terapéutico, mejorando la forma en que se abordan las enfermedades y afecciones a través del ejercicio físico. TECH Universidad FUNDEPOS, consciente de esta realidad, ha diseñado un programa de índole semipresencial a que permitirá al profesional una inmersión total en un entorno innovador y vanguardista, donde podrá acceder a tecnología de última generación en esta área.

2. Profundizar a partir de la experiencia de los mejores especialistas

El amplio equipo de expertos que acompañará al profesional a lo largo de todo el periodo práctico supone un aval de primera y una garantía de actualización sin precedentes. Con un tutor designado específicamente, el alumno podrá ver usuarios reales en un entorno de vanguardia, lo que le permitirá incorporar en su práctica diaria los procedimientos y métodos de entrenamiento más eficaces.

3. Adentrarse en entornos clínicos de primera

TECH Universidad FUNDEPOS selecciona minuciosamente todos los centros disponibles para las Capacitaciones Prácticas. Gracias a ello, el especialista tendrá garantizado el acceso a un entorno profesional de prestigio en el área del Entrenamiento Personal Terapéutico. De esta manera, podrá comprobar el día a día de un área de trabajo exigente, rigurosa y exhaustiva, aplicando siempre las últimas tesis y postulados científicos en su metodología de trabajo.

4. Combinar la mejor teoría con la práctica más avanzada

El mercado académico está plagado de programas pedagógicos poco adaptados al quehacer diario del especialista y que exigen largas horas de carga lectiva, muchas veces poco compatibles con la vida personal y profesional. TECH Universidad FUNDEPOS ofrece un nuevo modelo de aprendizaje, 100% práctico, que permite ponerse al frente de procedimientos de última generación en el campo del Entrenamiento Personal Terapéutico y, lo mejor de todo, llevarlo a la práctica profesional en tan solo 3 semanas.

5. Expandir las fronteras del conocimiento

TECH Universidad FUNDEPOS proporciona la oportunidad de llevar a cabo las prácticas especializadas en Entrenamiento Personal Terapéutico no solo en centros nacionales de prestigio, sino también en el ámbito internacional. Gracias a esto, el profesional tendrá la posibilidad de ampliar sus horizontes y adquirir conocimientos de la mano de los mejores expertos en clínicas de primer nivel ubicadas en distintos continentes. Esta es una oportunidad sin igual que solo TECH Universidad FUNDEPOS, puede brindar.

Tendrás una inmersión práctica total en el centro que tú mismo elijas”

03

Objetivos

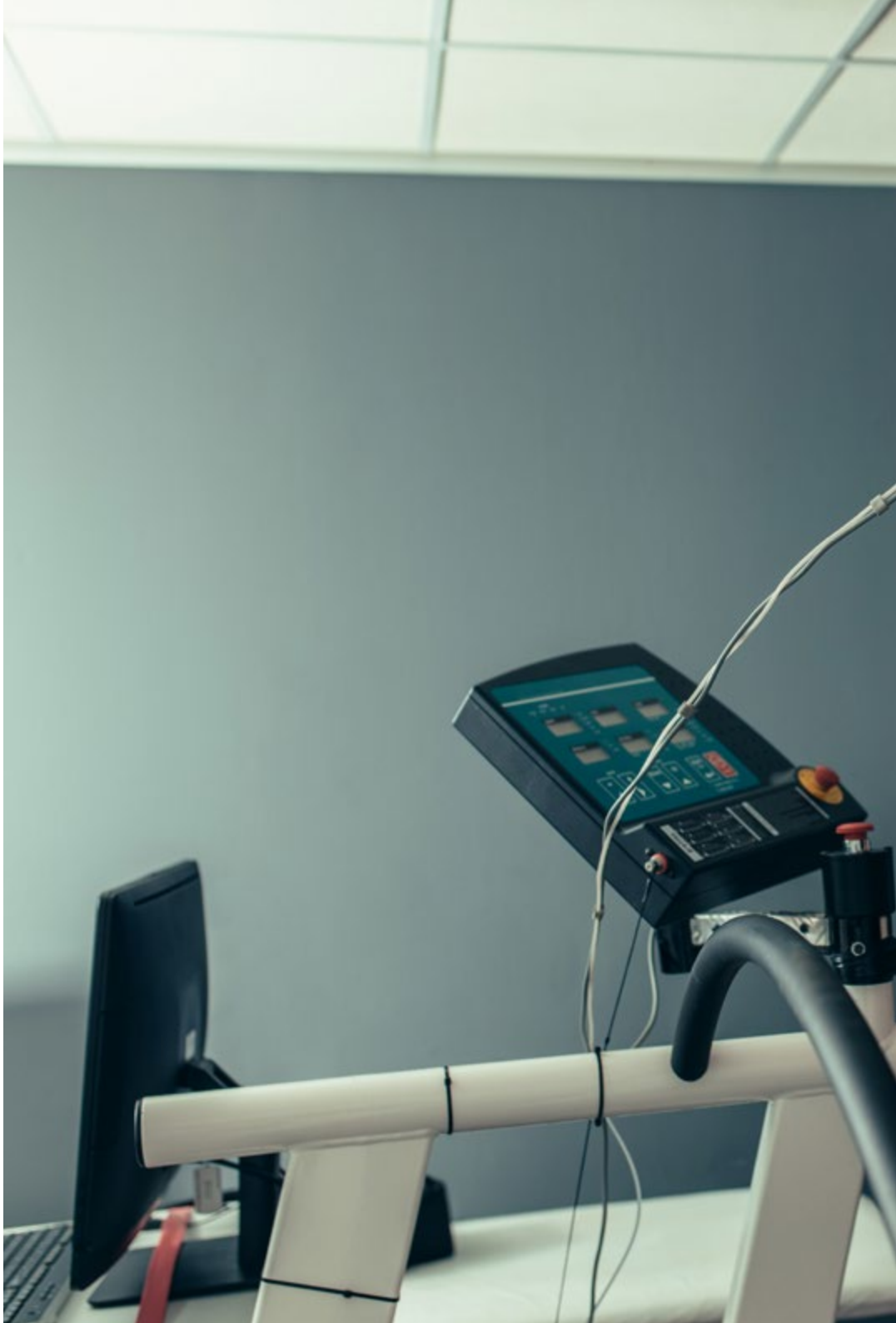
El diseño del programa de este Máster Semipresencial permitirá al alumno adquirir las competencias necesarias para actualizarse en la profesión del Entrenamiento Personal Terapéutico tras profundizar en los aspectos clave de esta disciplina. El conocimiento vertido en el desarrollo de los puntos del plan de estudios impulsará al profesional desde una perspectiva global, con plena capacitación para la consecución de los objetivos propuestos.

Actualiza tus conocimientos sobre la anatomía y fisiología del cuerpo humano, aplicados al Entrenamiento Personal Terapéutico, mediante este programa semipresencial de TECH Universidad FUNDEPOS"

Objetivo general

- El objetivo de este programa es ofrecer una visión completa y actualizada sobre las patologías más frecuentes en la sociedad y los factores desencadenantes de enfermedades. Además, se busca comprender las diferentes variables del entrenamiento y su aplicación en personas con patologías, para evitar posibles efectos contraproducentes del ejercicio físico. También se pretende conocer las contraindicaciones existentes en cada patología y sus características más relevantes, todo ello con el fin de prevenir la aparición de comorbilidades o de la propia enfermedad. En resumen, el objetivo de este programa es proporcionar a los alumnos la capacidad de ofrecer un entrenamiento personalizado y adaptado a las necesidades de cada persona, teniendo en cuenta su estado de salud

Ponte al día y conoce los factores desencadenantes de diversas patologías y enfermedades, profundizando en su prevención mediante el Entrenamiento Personal"



Objetivos específicos

Módulo 1. La patología en el contexto socio-sanitario actual

- Comprender de manera profunda las necesidades actuales y futuras de la población respecto a la realización de ejercicio físico
- Explorar otros aspectos que inciden sobre la salud del cliente/paciente y que pueden repercutir sobre su capacidad de desarrollo físico
- Manejar la realidad y limitaciones de las pruebas de diagnóstico más frecuentes y su utilidad en la planificación de ejercicio físico
- Interpretar la interacción y repercusión de las neurociencias y el ejercicio físico
- Abordar y comprender cuál es la influencia del estrés, la nutrición y otros hábitos en la salud de las personas
- Ampliar nuestra visión de la microbiota sobre la salud del organismo y la influencia que tienen ciertos factores, como el ejercicio físico, sobre ella

Módulo 2. Criterios generales para el diseño de programas de ejercicio físico en población especial

- Comprender en profundidad las variables más importantes del entrenamiento para saber aplicarlos de una manera individualizada
- Manejar los criterios generales para el diseño de programas de ejercicio físico en personas con patología
- Obtener las herramientas necesarias para desarrollar la planificación de entrenamiento ajustado a las necesidades del cliente

Módulo 3. Obesidad y ejercicio físico

- Comprender en profundidad la fisiopatología de la obesidad y sus repercusiones sobre la salud
- Entender las limitaciones físicas existentes en el individuo con obesidad
- Ser capaz de planificar y programar el entrenamiento de una manera individualizada en una persona con obesidad

Módulo 4. Diabetes y ejercicio físico

- Comprender en profundidad la fisiopatología de la diabetes y sus repercusiones sobre la salud
- Entender las necesidades concretas en la diabetes
- Ser capaz de planificar y programar el entrenamiento de una manera individualizada en una persona con diabetes

Módulo 5. Síndrome metabólico y ejercicio físico

- Comprender en profundidad la fisiopatología del Síndrome Metabólico
- Entender los criterios de intervención para mejorar la salud y calidad de vida de los pacientes con esta patología
- Ser capaz de planificar y programar el entrenamiento de una manera individualizada en una persona con Síndrome Metabólico

Módulo 6. Enfermedades cardiovasculares

- Estudiar el amplio abanico de patologías existentes con afectación cardiovascular
- Entender las fases de actuación en la rehabilitación cardiovascular
- Ser capaz de planificar y programar el entrenamiento de una manera individualizada en una persona con una patología cardiovascular

Módulo 7. Patología osteoarticular y dolor lumbar inespecífico

- Estudiar las diferentes patologías que afectan a sistema osteoarticular
- Entender el término de fragilidad y su repercusión sobre el sistema osteoarticular y dolor lumbar inespecífico
- Ser capaz de planificar y programar el entrenamiento de una manera individualizada en una persona con diferentes patologías asociadas al sistema osteoarticular y dolor lumbar inespecífico

Módulo 8. Patología respiratoria y ejercicio físico

- Estudiar las diferentes afecciones pulmonares
- Comprender de manera profunda las características fisiopatológicas de las patologías pulmonares
- Ser capaz de planificar y programar el entrenamiento de una manera individualizada en personas con patología pulmonar

Módulo 9. Ejercicio físico y embarazo

- Manejar los cambios morfofuncionales del proceso de embarazo
- Comprender en profundidad los aspectos biopsicosociales del embarazo
- Ser capaz de planificar y programar el entrenamiento de una manera individualizada en una mujer embarazada

Módulo 10. Ejercicio físico en etapa infantojuvenil y adulto mayor

- Comprender de manera profunda los aspectos biopsicosociales de los niños, adolescentes y adultos mayores
- Conocer las particularidades de cada grupo etario y su abordaje concreto
- Ser capaz de planificar y programar el entrenamiento de una manera individualizada en niños, adolescentes y adultos mayores

04

Competencias

Al completar este Máster Semipresencial en Entrenamiento Personal Terapéutico, el profesional dominará las competencias necesarias para comprender y aplicar las diferentes variables del entrenamiento en personas con patologías, ofreciendo una visión amplia y general sobre las patologías más frecuentes en la sociedad y sus características más relevantes. Además, dominará los factores desencadenantes de enfermedades para poder prevenirlas y conocerá las contraindicaciones existentes en las diferentes patologías para evitar posibles efectos contraproducentes del ejercicio físico. En definitiva, el alumno estará plenamente capacitado para actualizar sus conocimientos y aplicarlos de forma eficaz en su práctica profesional.

Desarrolla habilidades para la gestión y promoción de un negocio de Entrenamiento Personal Terapéutico, incluyendo el marketing y la gestión de clientes"

Competencias generales

- Diseñar programas de entrenamiento adecuados para personas con diversas patologías y ajustarlo a las necesidades de cada individuo
- Manejar un vocabulario técnico adecuado que le permitirá comunicarse con los diferentes profesionales de la salud y comprender las múltiples pruebas diagnósticas, pudiendo generar la sinergia con grupos multidisciplinares para mejorar la salud de las personas con patologías

Lleva lo aprendido a la práctica en las mejores instalaciones y bajo la tutela de profesionales de referencia en el sector a través de este programa académico de alto nivel"

Competencias específicas

- Conocer las particularidades del Entrenamiento Personal adaptado a cada persona y diseñar programas individualizados y específicos según sus necesidades
- Abordar la intervención segura y eficaz, mediante programas de ejercicio físico, en población con patologías
- Conocer las principales patologías que pueden sufrir las personas, sobre todo aquellas en las que el ejercicio físico puede resultar una terapia efectiva para mejorar su calidad de vida
- Diseñar y realizar entrenamientos personalizados para personas con obesidad
- Conocer la relación entre la diabetes y el ejercicio y cómo este último puede lograr grandes beneficios en los pacientes
- Diseñar programas de ejercicios específicos para personas con patologías cardiovasculares
- Saber preparar programas entrenamientos personalizados para usuarios con patologías respiratorias

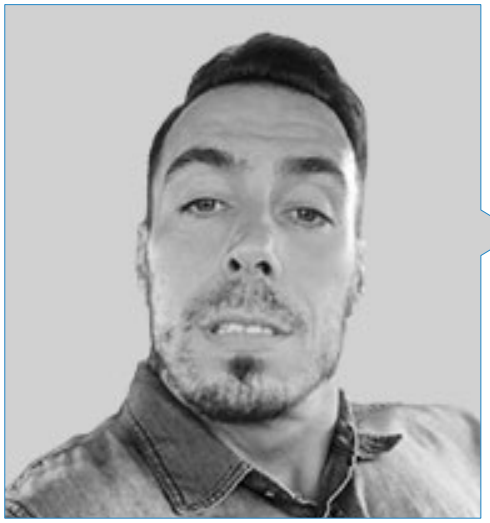
05

Dirección del curso

El cuadro docente del Máster Semipresencial en Entrenamiento Personal Terapéutico está compuesto por profesionales de reconocido prestigio y experiencia en el campo del Entrenamiento Personal y la Terapia Física. Los docentes son especialistas en diferentes áreas del entrenamiento, la rehabilitación y la fisioterapia, lo que permite abordar los diferentes aspectos del programa de manera completa y actualizada.

Estudia con los mejores expertos en Entrenamiento Personal Terapéutico y aplica tus habilidades en un entorno práctico real con este programa que incluye prácticas intensivas"

Dirección



Dr. Rubina, Dardo

- Especialista en Alto Rendimiento Deportivo
- CEO del proyecto Test and Training
- Preparador Físico en la Escuela Deportiva Moratalaz
- Docente de Educación Física en el Futbol y Anatomía en la CENAFE Escuelas Carlet
- Coordinador de la Preparación Física en Hockey sobre Césped en el Club de Gimnasia y Esgrima en Buenos Aires
- Doctorado en Alto Rendimiento Deportivo
- Diplomado en Estudios de Investigación Avanzados por la Universidad de Castilla (La Mancha)
- Máster en Alto Rendimiento Deportivo por la Universidad Autónoma de Madrid
- Posgrado en Actividad Física en Poblaciones con Patologías por la Universidad de Barcelona
- 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 (IFBB)
- Experto en Nutrición Avanzada por el International Fitness and Bodybuilding Federation (IFBB)
- Especialista en Valoración e Interpretación Fisiológica de la Aptitud Física
- Certificación en Tecnologías para el Control de Peso y el Rendimiento Físico por la Arizona State University

Profesores

Dña. Ávila, María Belén

- Psicóloga y Nutricionista
- Psicóloga y Nutricionista con consultorio privado
- Servicio de Nutrición y Diabetes en diferentes centros
- Nutricionista en la Federación Argentina de Diabetes
- Miembro: Comité Científico Psicología del Hospital de Clínicas José de San Martín
- Nutricionista en el Comité Científico Adulto Mayor de la Sociedad Argentina de Diabetes
- Psicóloga Deportiva del Club Atlético Vélez Sarsfield
- Profesora Nacional de Educación Física
- Licenciada en Psicología
- Licenciada en Alto Rendimiento Deportivo
- Especialización en Psicología del Deporte
- Programa Terapéutico Integral para el Tratamiento del Sobrepeso y Obesidad por el Centro de Investigaciones Metabólicas (CINME)
- Educadora Certificada en Diabetes

D. Supital, Raúl Alejandro

- Fisiatra Especializado en Actividad Física, Salud y Biomecánica
- Director del Centro Integral de Prevención y Rehabilitación CIPRES
- Asesor de la Red Global de Educación Física y Deporte con sede en Barcelona
- Jefe del Departamento de Ciencias Biológicas del Instituto Superior de Educación Física N.°1 Dr. Enrique Romero Brest
- Licenciado en Kinesiología y Fisiatría por la Universidad de Buenos Aires

D. Vallodoro, Eric

- Especialista en Alto Rendimiento Deportivo
- Coordinador del Laboratorio de Biomecánica y Fisiología del Ejercicio del Instituto Superior Modelo Lomas
- Profesor titular en Educación Física en el Instituto Superior Modelo Lomas
- Licenciado en Alto Rendimiento Deportivo por la Universidad Nacional de Lomas de Zamora
- Profesor titular en las cátedras de: *Didáctica del Nivel Secundario, Didáctica del Entrenamiento Deportivo y Práctica docente* en el Instituto Superior Modelo Lomas
- Graduado en Profesor de Educación Física en el Instituto Superior Modelo Lomas
- Maestría en Actividad Física y Deporte por la Universidad Nacional de Avellaneda. Predictamen
- Maestría en Formación y Desarrollo Infanto Juvenil 1.º Promoción por la Universidad Nacional de Lomas de Zamora. Tesis

D. Masabeu, Emilio José

- Especialista en Neuromotricidad
- Docente Nacional de Educación Física
- Docente de la Universidad José Clemente Paz
- Docente de la Universidad Nacional de Villa María
- Docente de la Universidad Nacional de Lomas de Zamora
- Grado de Kinesiólogo por la Universidad de Buenos Aires

D. Crespo, Guillermo Javier

- Coordinador del gimnasio Club Body (Buenos Aires)
- Entrenador asistente en el Programa de Detección y Desarrollo de Juveniles en Levantamiento de Pesas
- Coordinador del gimnasio y centro de entrenamiento de la Asociación Calabresa (Buenos Aires)
- Entrenador Nacional de Levantamiento Olímpico de Pesas y Musculación Deportiva en el Instituto del Deporte. Buenos Aires (Argentina)
- Licenciado en Nutrición por el Instituto Universitario de Ciencias de la Salud HA Barceló
- Entrenador con certificado del sistema y herramientas Trainingym Manager

D. Renda, Juan Manuel

- Especialista en Preparación Física
- Profesor de Educación Física
- Licenciado en Educación Física por la Universidad Nacional de General San Martín
- Licenciado en Kinesiología y Fisiatría por el Instituto Universitario HA Barceló
- Maestría en Educación Física por la Universidad Nacional de Lomas de Zamora

06

Estructura y contenido

El temario de este Máster Semipresencial en Entrenamiento Personal Terapéutico se estructura en torno a las patologías más frecuentes en la sociedad y su abordaje mediante el ejercicio físico. El alumno obtendrá una visión general sobre la fisiología y anatomía del cuerpo humano y su relación con las patologías más comunes. Además, se profundizará en el diseño y planificación del entrenamiento personalizado para pacientes con patologías, con el objetivo de prevenir la aparición de comorbilidades o de la propia enfermedad.

TECH Universidad FUNDEPOS te da acceso al temario más completo, diseñado por expertos de gran prestigio en el ámbito del Entrenamiento Personal Terapéutico"

Módulo 1. La patología en el contexto socio-sanitario actual

1.1. Introducción al concepto de salud
- 1.1.1. Concepto de salud
- 1.1.2. Patología, enfermedad y síndrome
- 1.1.3. Clasificación de las enfermedades según diferentes criterios
- 1.1.4. Enfermedades crónicas no transmisibles
- 1.1.5. Mecanismos de autodefensa

1.2. Repercusión del estrés crónico sobre la salud
- 1.2.1. Distrés y eustrés. Diferencias y su implicancia en la salud
- 1.2.2. El estrés en la sociedad actual
- 1.2.3. Fisiología y estrés psico-físico
- 1.2.4. Modificación del estilo de vida y hábitos saludables en la prevención y tratamiento de patologías asociadas al estrés
- 1.2.5. Beneficios psicológicos de un estilo de vida activo

1.3. Sedentarismo y modificación del estilo de vida
- 1.3.1. Definición y datos epidemiológicos
- 1.3.2. Relación sedentarismo y patologías
- 1.3.3. La modificación del estilo de vida como pauta terapéutica
- 1.3.4. Propuestas de intervención para un estilo de vida más activo y saludable

1.4. Actividad física, ejercicio físico y salud
- 1.4.1. Diferencias entre actividad física y ejercicio físico
- 1.4.2. Implicancias de la actividad física en la salud a lo largo de los años
- 1.4.3. El ejercicio físico y el proceso de adaptación biológica

1.5. Actualización en bases anatomo-fisiológicas del rendimiento humano y la salud
- 1.5.1. El músculo y la fuerza y su relación con la salud
- 1.5.2. Bases bioenergéticas del movimiento: actualización
- 1.5.3. Bases biomoleculares del ejercicio físico

1.6. Nutrición y salud
- 1.6.1. El profesional del ejercicio como transmisor de hábitos saludables: el papel de la nutrición
- 1.6.2. Criterios básicos y estrategias para una nutrición saludable

1.7. La valoración de la actividad física
- 1.7.1. Clasificación de las evaluaciones y pruebas físicas
- 1.7.2. Criterios de calidad de las pruebas de aptitud física
- 1.7.3. Métodos objetivos de valoración de la actividad física
- 1.7.4. Métodos subjetivos de valoración de la actividad física

1.8. Relación de la microbiota intestinal con la patología y el ejercicio
- 1.8.1. ¿Qué es la microbiota intestinal?
- 1.8.2. Relación de la microbiota intestinal con la salud y la enfermedad
- 1.8.3. Modulación de la microbiota intestinal a través del ejercicio físico

1.9. Neurociencias y salud
- 1.9.1. Implicancias de las neurociencias en la salud
- 1.9.2. Influencia de la actividad física en la funcionalidad del sistema nervioso y su relación con el sistema inmunológico

1.10. Beneficios del ejercicio físico como herramienta Kinefilaxica y terapéutica
- 1.10.1. Principales beneficios biológicos del ejercicio físico
- 1.10.2. Principales beneficios psicológicos cognitivos del ejercicio físico
- 1.10.3. Conclusiones finales

Módulo 2. Criterios generales para el diseño de programas de ejercicio físico en población especial

2.1. Diseño de programas de ejercicio en población especial
- 2.1.1. Competencias y protocolos: del diagnóstico a la intervención
- 2.1.2. La multi e interdisciplinaridad como base del proceso de intervención mediante ejercicio físico en población especial

2.2. Principios generales del entrenamiento y su aplicación al ámbito de la salud
- 2.2.1. Principios de adaptación (iniciación y desarrollo)
- 2.2.2. Principios de garantías de adaptación
- 2.2.3. Principios de especificidad de adaptación

2.3. La planificación del entrenamiento en población especial
- 2.3.1. Fase de planificación I
- 2.3.2. Fase de planificación II
- 2.3.3. Fase de planificación III

2.4. Objetivos del entrenamiento en programas de acondicionamiento físico para la salud
- 2.4.1. El entrenamiento de la Fuerza
- 2.4.2. El entrenamiento de la Resistencia
- 2.4.3. El entrenamiento de la Flexibilidad/ADM

2.5. La evaluación aplicada
- 2.5.1. La evaluación diagnóstica y como herramienta para el control de carga de entrenamiento
- 2.5.2. Evaluaciones morfológicas y funcionales
- 2.5.3. El protocolo y su importancia. Registro de datos
- 2.5.4. Procesamiento de los datos obtenidos, conclusiones y aplicación práctica al entrenamiento

2.6. La programación del entrenamiento en población especial: variables de intervención (I)
- 2.6.1. Definición del concepto de carga de entrenamiento
- 2.6.2. La frecuencia de entrenamiento
- 2.6.3. El volumen de entrenamiento

2.7. La programación del entrenamiento en población especial: variables de intervención (II)
- 2.7.1. La intensidad objetiva de entrenamiento
- 2.7.2. La intensidad subjetiva de entrenamiento
- 2.7.3. La recuperación y densidad del entrenamiento

2.8. La prescripción del entrenamiento en población especial: variables de intervención (I)
- 2.8.1. La selección de ejercicios de entrenamiento
- 2.8.2. El ordenamiento de ejercicios de entrenamiento
- 2.8.3. Los sistemas de entrenamiento

2.9. La prescripción del entrenamiento en población especial: variables de intervención (II)
- 2.9.1. Métodos de entrenamiento de la Fuerza
- 2.9.2. Métodos de entrenamiento de la Resistencia
- 2.9.3. Métodos de entrenamiento concurrente en el ámbito de la salud
- 2.9.4. Método de entrenamiento HIIT en el ámbito de la salud
- 2.9.5. Métodos de entrenamiento de la Flexibilidad/ADM
- 2.9.6. Control de carga interna y externa del entrenamiento

2.10. El diseño de sesiones de entrenamiento
- 2.10.1. Fase de preparación al entrenamiento
- 2.10.2. Fase principal del entrenamiento
- 2.10.3. Fase de recuperación del entrenamiento
- 2.10.4. Conclusiones finales

Módulo 3. Obesidad y ejercicio físico

3.1. Definición, contextualización y epidemiología
- 3.1.1. Evolución de la obesidad: Aspectos culturales y sociales asociados
- 3.1.2. Obesidad y comorbilidades: el papel de la interdisciplinaridad
- 3.1.3. Obesidad infantil y su repercusión sobre el futuro adulto

3.2. Bases fisiopatológicas
- 3.2.1. Definición de obesidad y riesgos para la salud
- 3.2.2. Aspectos fisiopatológicos de la obesidad
- 3.2.3. Obesidad y patologías asociadas

3.3. Valoración y diagnóstico
- 3.3.1. La composición corporal: modelo de 2 y 5 componentes
- 3.3.2. Valoración: Principales evaluaciones morfológicas
- 3.3.3. Interpretación de datos antropométricos
- 3.3.4. Prescripción de ejercicio físico para la prevención y mejora de la obesidad

3.4. Protocolos y tratamientos
- 3.4.1. Primera pauta terapéutica: modificación estilo de vida
- 3.4.2. Nutrición: papel en la obesidad
- 3.4.3. Ejercicio: papel en la obesidad
- 3.4.4. Tratamiento farmacológico

3.5. Planificación del entrenamiento en paciente con obesidad
- 3.5.1. Definición y concreción del nivel del cliente
- 3.5.2. Definición y concreción de objetivos
- 3.5.3. Definición y concreción procesos evaluativos
- 3.5.4. Definición y concreción de operatividad respecto a recursos espaciales y materiales

3.6. Programación del entrenamiento de fuerza en paciente con obesidad
- 3.6.1. Objetivos del entrenamiento de la fuerza en obesos
- 3.6.2. Volumen, intensidad y recuperación del entrenamiento de la fuerza en obesos
- 3.6.3. Selección de ejercicios y métodos de entrenamiento de la fuerza en obesos
- 3.6.4. Diseño de programas de entrenamiento de la fuerza en obesos

3.7. Programación del entrenamiento de resistencia en el paciente con obesidad
- 3.7.1. Objetivos del entrenamiento de la resistencia en obesos
- 3.7.2. Volumen e intensidad y recuperación del entrenamiento de la resistencia en obesos
- 3.7.3. Selección de ejercicios y métodos de entrenamiento de la resistencia en obesos
- 3.7.4. Diseño de programas de entrenamiento de la resistencia en obesos

3.8. Salud articular y entrenamiento complementario en paciente con obesidad
- 3.8.1. Entrenamiento complementario en obesidad
- 3.8.2. Entrenamiento de la ADM/flexibilidad en obesos
- 3.8.3. Mejora para el control y estabilidad del tronco en obesos
- 3.8.4. Otras consideraciones para el entrenamiento en población con obesidad

3.9. Aspectos psico-sociales de la obesidad
- 3.9.1. Importancia del tratamiento interdisciplinario en obesidad
- 3.9.2. Trastornos de la conducta alimentaria
- 3.9.3. Obesidad en edad infantil
- 3.9.4. Obesidad en el adulto

3.10. Nutrición y otros factores relacionados con la obesidad
- 3.10.1. Ciencias "ómicas" y obesidad
- 3.10.2. Microbiota y su influencia sobre la obesidad
- 3.10.3. Protocolos de intervención nutricional en obesidad: evidencias
- 3.10.4. Recomendaciones nutricionales para la práctica de ejercicio físico

Módulo 4. Diabetes y ejercicio físico

4.1. Definición, contextualización y epidemiología
- 4.1.1. Definición y fundamentos de la Diabetes Mellitus
- 4.1.2. Signos y síntomas de la Diabetes Mellitus
- 4.1.3. Definición y clasificación de la Diabetes Mellitus
- 4.1.4. Diabetes tipo II y estilo de vida

4.2. Bases fisiopatológicas
- 4.2.1. Bases anatomo-fisiológicas
- 4.2.2. El páncreas y la regulación de la glucemia
- 4.2.3. Metabolismo de macronutrientes en la Diabetes Mellitus
- 4.2.4. Resistencia a la insulina

4.3. Valoración y diagnóstico
- 4.3.1. La diabetes: Valoración en el ámbito clínico
- 4.3.2. Complicaciones de la Diabetes Mellitus
- 4.3.3. La diabetes: su valoración y seguimiento por el especialista en ejercicio físico
- 4.3.4. Diagnóstico y protocolo de intervención en diabetes

4.4. Protocolos y tratamiento
- 4.4.1. Control de la glucemia y aspectos nutricionales
- 4.4.2. Tratamiento de la Diabetes Mellitus tipo I y II
- 4.4.3. Tratamiento farmacológico. Conceptos básicos a tener en cuenta
- 4.4.4. Tratamiento no farmacológico por el ejercicio físico: papel en la diabetes

4.5. Planificación del entrenamiento en pacientes con diabetes
- 4.5.1. Definición y concreción del nivel del cliente
- 4.5.2. Definición y concreción de objetivos
- 4.5.3. Definición y concreción procesos evaluativos
- 4.5.4. Definición y concreción de operatividad respecto a recursos espaciales y materiales

4.6. Programación del entrenamiento de fuerza
- 4.6.1. Objetivos del entrenamiento de la fuerza en diabetes
- 4.6.2. Volumen, intensidad y recuperación del entrenamiento de la fuerza en diabetes
- 4.6.3. Selección de ejercicios y métodos de entrenamiento de la fuerza en diabetes
- 4.6.4. Diseño de programas de entrenamiento de la fuerza en diabetes

4.7. Programación del entrenamiento de resistencia
- 4.7.1. Objetivos del entrenamiento de la resistencia en diabetes
- 4.7.2. Volumen e intensidad y recuperación del entrenamiento de la resistencia en diabetes
- 4.7.3. Selección de ejercicios y métodos de entrenamiento de la resistencia en diabetes
- 4.7.4. Diseño de programas de entrenamiento de la resistencia en diabetes

4.8. Precauciones y contraindicaciones
- 4.8.1. Valores de glucemia y realización de ejercicio físico
- 4.8.2. Contraindicaciones en el desarrollo de actividad en el paciente con Diabetes Mellitus tipo I
- 4.8.3. Atención ante problemas relacionados con la diabetes y la realización de ejercicio físico
- 4.8.4. Seguridad y primeros auxilios en complicaciones durante el desarrollo de programas de ejercicio físico con diabéticos

4.9. Nutrición y estilo de vida en pacientes con diabetes
- 4.9.1. Aspectos nutricionales en la diabetes
- 4.9.2. Control metabólico e índice glucémico
- 4.9.3. Recomendaciones nutricionales para realizar ejercicio físico

4.10. Diseño de programas de entrenamiento en pacientes con diabetes
- 4.10.1. Diseño de programas de entrenamiento en diabetes
- 4.10.2. Diseño de sesiones de entrenamiento en diabetes
- 4.10.3. Diseños de programas de intervención global (inter-multidisciplinar) en diabetes

Módulo 5. Síndrome metabólico y ejercicio físico

5.1. Definición, contextualización y epidemiología
- 5.1.1. Definición del síndrome metabólico
- 5.1.2. Epidemiología del síndrome metabólico
- 5.1.3. El paciente con síndrome, consideraciones para la intervención

5.2. Bases fisiopatológicas
- 5.2.1. Definición del síndrome metabólico y riesgos para la salud
- 5.2.2. Aspectos fisiopatológicos de la enfermedad

5.3. Valoración y diagnóstico
- 5.3.1. El síndrome metabólico y su valoración en el ámbito clínico
- 5.3.2. Biomarcadores, indicadores clínicos y síndrome metabólico
- 5.3.3. El síndrome metabólico y su valoración y seguimiento por el especialista en ejercicio físico
- 5.3.4. Diagnóstico y protocolo de intervención en síndrome metabólico

5.4. Protocolos y tratamiento
- 5.4.1. El estilo de vida y su relación con el síndrome metabólico
- 5.4.2. Ejercicio: papel en el síndrome metabólico
- 5.4.3. El paciente con síndrome metabólico y tratamiento farmacológico: consideraciones para el profesional del ejercicio

5.5. Planificación del entrenamiento en pacientes con síndrome metabólico
- 5.5.1. Definición y concreción del nivel del cliente
- 5.5.2. Definición y concreción de objetivos
- 5.5.3. Definición y concreción procesos evaluativos
- 5.5.4. Definición y concreción de operatividad respecto a recursos espaciales y materiales

5.6. Programación del entrenamiento de fuerza
- 5.6.1. Objetivos del entrenamiento de la fuerza en síndrome metabólico
- 5.6.2. Volumen, intensidad y recuperación del entrenamiento de la fuerza en síndrome metabólico
- 5.6.3. Selección de ejercicios y métodos de entrenamiento de la fuerza en síndrome metabólico
- 5.6.4. Diseño de programas de entrenamiento de la fuerza en síndrome metabólico

5.7. Programación del entrenamiento de resistencia
- 5.7.1. Objetivos del entrenamiento de resistencia en síndrome metabólico
- 5.7.2. Volumen e intensidad y recuperación del entrenamiento de la resistencia en síndrome metabólico
- 5.7.3. Selección de ejercicios y métodos de entrenamiento de la resistencia en síndrome metabólico
- 5.7.4. Diseño de programas de entrenamiento de la resistencia en síndrome metabólico

5.8. Precauciones y contraindicaciones
- 5.8.1. Valoraciones para la realización de ejercicio físico en población con síndrome metabólico
- 5.8.2. Contraindicaciones en el desarrollo de actividad en el paciente con síndrome metabólico

5.9. Nutrición y estilo de vida en pacientes con síndrome metabólico
- 5.9.1. Aspectos nutricionales en el síndrome metabólico
- 5.9.2. Ejemplos de intervención nutricional en síndrome metabólico
- 5.9.3. Recomendaciones nutricionales para la práctica de ejercicio físico

5.10. Diseño de programas de entrenamiento en pacientes con síndrome metabólico
- 5.10.1. Diseño de programas de entrenamiento en síndrome metabólico
- 5.10.2. Diseño de sesiones de entrenamiento en síndrome metabólico
- 5.10.3. Diseños de programas de intervención global (inter-multidisciplinar) en síndrome metabólico
- 5.10.4. Conclusiones finales

Módulo 6. Enfermedades cardiovasculares

6.1. Definición, contextualización y epidemiología
- 6.1.1. Definición y prevalencia
- 6.1.2. Etiología de la enfermedad e identificación factores de riesgo cardiovascular
- 6.1.3. Patologías cardiacas y metabólicas

6.2. Bases fisiopatológicas
- 6.2.1. Fisiología del sistema cardiovascular
- 6.2.2. Aterosclerosis y dislipemias
- 6.2.3. Hipertensión arterial
- 6.2.4. Cardiopatías, valvulopatías y arritmias

6.3. Valoración y diagnóstico
- 6.3.1. Evaluación inicial del riesgo en cardiopatías
- 6.3.2. Valoración del riesgo en pacientes post-quirúrgicos

6.4. Protocolos y tratamiento
- 6.4.1. Estratificación del riesgo para la práctica de ejercicio físico: prevención primaria, secundaria y terciaria
- 6.4.2. Objetivos y protocolos de intervención en la reducción de los factores de riesgo
- 6.4.3. Consideraciones en el tratamiento de las comorbilidades asociadas

6.5. Planificación del entrenamiento en pacientes con enfermedades cardiovasculares
- 6.5.1. Definición y concreción del nivel del cliente
- 6.5.2. Definición y concreción de objetivos
- 6.5.3. Definición y concreción procesos evaluativos
- 6.5.4. Definición y concreción de operatividad respecto a recursos espaciales y materiales

6.6. Programación del entrenamiento de fuerza
- 6.6.1. Objetivos del entrenamiento de la fuerza en patologías cardiovasculares
- 6.6.2. Volumen, intensidad y recuperación del entrenamiento de la fuerza en patologías cardiovasculares
- 6.6.3. Selección de ejercicios y métodos de entrenamiento de la fuerza en patologías cardiovasculares
- 6.6.4. Diseño de programas de entrenamiento de la fuerza en patologías cardiovasculares

6.7. Programación del entrenamiento de resistencia
- 6.7.1. Objetivos del entrenamiento de resistencia en patologías cardiovasculares
- 6.7.2. Volumen e intensidad y recuperación del entrenamiento de la resistencia en patologías cardiovasculares
- 6.7.3. Selección de ejercicios y métodos de entrenamiento de la resistencia en patologías cardiovasculares
- 6.7.4. Diseño de programas de entrenamiento de la resistencia en patologías cardiovasculares

6.8. Rehabilitación cardíaca
- 6.8.1. Beneficios del ejercicio en pacientes con patología cardiaca
- 6.8.2. Modalidades de ejercicio
- 6.8.3. Rehabilitación cardiaca: fase I, II, III
- 6.8.4. Telerrehabilitación y adherencia a largo plazo
- 6.8.5. Interacción fármaco-ejercicio

6.9. Nutrición en sujetos con enfermedades cardiovasculares
- 6.9.1. Aspectos nutricionales en sujetos con enfermedad cardiovascular
- 6.9.2. Dieta mediterránea como herramienta de prevención de enfermedades cardiovasculares
- 6.9.3. Recomendaciones nutricionales para la práctica de ejercicio físico

6.10. Contraindicaciones y precauciones
- 6.10.1. Contraindicaciones para el inicio de la práctica de ejercicio físico
- 6.10.2. Actuar durante una urgencia: prevención primaria y secundaria
- 6.10.3. RCP
- 6.10.4. Normativa, uso y manejo desfibrilador en instalaciones deportivas
- 6.10.5. Conclusiones

Módulo 7. Patología osteoarticular y dolor lumbar inespecífico

7.1. Definición, contextualización y epidemiología
- 7.1.1. Contextualización de las patologías osteoarticulares y dolor lumbar inespecífico
- 7.1.2. Epidemiología
- 7.1.3. Definición de las diferentes patologías asociadas al sistema osteoarticular
- 7.1.4. El sujeto osteosarcopénico

7.2. Bases fisiopatológicas
- 7.2.1. Bases fisiopatológicas de la osteoporosis
- 7.2.2. Bases fisiopatológicas de la osteoartritis
- 7.2.3. Bases fisiopatológicas del dolor lumbar inespecífico
- 7.2.4. Bases fisiopatológicas de la artritis reumatoide

7.3. Valoración y diagnóstico
- 7.3.1. Valoración funcional en el dolor lumbar
- 7.3.2. Criterios diagnósticos en la osteoporosis y factores de riesgo predisponentes de fractura
- 7.3.3. Criterios diagnósticos en la osteoartritis y comorbilidades coexistentes
- 7.3.4. Evaluación clínica de los pacientes con artritis reumatoide

7.4. Protocolos y tratamiento
- 7.4.1. Tratamiento no farmacológico y protocolo de intervención en el dolor lumbar inespecífico
- 7.4.2. Tratamiento no farmacológico y protocolo de intervención en la osteoporosis
- 7.4.3. Tratamiento no farmacológico y protocolo de intervención en la osteoartritis
- 7.4.4. Tratamiento no farmacológico y protocolo de intervención en la artritis reumatoide

7.5. Planificación del entrenamiento
- 7.5.1. Definición y concreción de objetivos
- 7.5.2. Definición y concreción procesos evaluativos
- 7.5.3. Definición y concreción de operatividad respecto a recursos espaciales y materiales
- 7.5.4. Importancia del equipo interdisciplinario

7.6. Programación del entrenamiento de fuerza
- 7.6.1. Objetivos del entrenamiento de la fuerza en patologías osteoarticulares y dolor lumbar inespecífico
- 7.6.2. Volumen, intensidad y recuperación del entrenamiento de la fuerza en patologías osteoarticulares y dolor lumbar inespecífico
- 7.6.3. Selección de ejercicios y métodos de entrenamiento de la fuerza en patologías osteoarticulares y dolor lumbar inespecífico
- 7.6.4. Diseño de programas de entrenamiento de la fuerza en patologías osteoarticulares y dolor lumbar inespecífico

7.7. Programación del entrenamiento de resistencia
- 7.7.1. Objetivos del entrenamiento de la resistencia en patologías osteoarticulares y dolor lumbar inespecífico
- 7.7.2. Volumen e intensidad y recuperación del entrenamiento de la resistencia en patologías osteoarticulares y dolor lumbar
- 7.7.3. Selección de ejercicios y métodos de entrenamiento de la resistencia en patologías osteoarticulares y dolor lumbar
- 7.7.4. Diseño de programas de entrenamiento de la resistencia en patologías osteoarticulares y dolor lumbar

7.8. La importancia de la kinefilaxia como herramienta preventiva
- 7.8.1. El ejercicio físico y su implicancia en la masa ósea
- 7.8.2. La funcionalidad de la región lumbo-pélvica
- 7.8.3. La importancia de la higiene postural
- 7.8.4. La importancia de la ergonomía en el hogar y el trabajo

7.9. Carga física, psicológica y social, y recomendaciones en la mejora de la salud y calidad de vida
- 7.9.1. Consideraciones clave en la mujer posmenopáusica
- 7.9.2. Comprensión de la compleja interrelación entre ejercicio y dolor
- 7.9.3. Barreras a la participación en programas de ejercicio físico
- 7.9.4. Estrategias para favorecer la adherencia

7.10. Diseño de programas de entrenamiento en pacientes con patologías ostearticulares y dolor lumbar inespecífico
- 7.10.1. Diseño de programas de entrenamiento en osteoporosis
- 7.10.2. Diseño de programas de entrenamiento en osteoartritis
- 7.10.3. Diseño de programas de entrenamiento en dolor lumbar inespecífico
- 7.10.4. Conclusiones

Módulo 8. Patología respiratoria y ejercicio físico

8.1. Definición, contextualización y epidemiología
- 8.1.1. Definición de las patologías respiratorias más frecuentes
- 8.1.2. Descripción de las características de la enfermedad
- 8.1.3. Epidemiología y extensión
- 8.1.4. Factores desencadenantes y comorbilidades

8.2. Bases fisiopatológicas
- 8.2.1. Fisiología y anatomía del sistema respiratorio
- 8.2.2. Intercambio de gases, ventilación y flujo de aire
- 8.2.3. EPOC
- 8.2.4. Asma

8.3. Valoración y diagnóstico
- 8.3.1. Evaluación de la función pulmonar y su capacidad funcional
- 8.3.2. Evaluación funcional del paciente con EPOC
- 8.3.3. Test físicos y aplicación práctica

8.4. Protocolos y tratamiento
- 8.4.1. Protocolos de rehabilitación respiratoria el paciente con EPOC
- 8.4.2. Tratamiento farmacológico e interacciones
- 8.4.3. Tratamiento no farmacológico: el entrenamiento de la aptitud aeróbica y la aptitud muscular
- 8.4.4. Abordaje factores de riesgo y comorbilidades frecuentes

8.5. Planificación del entrenamiento en pacientes con EPOC
- 8.5.1. Definición y concreción del nivel del cliente
- 8.5.2. Definición y concreción de objetivos
- 8.5.3. Definición y concreción procesos evaluativos
- 8.5.4. Definición y concreción de operatividad respecto a recursos espaciales y materiales

8.6. Programación del entrenamiento de fuerza
- 8.6.1. Objetivos del entrenamiento de la fuerza en patología respiratoria
- 8.6.2. Volumen, intensidad y recuperación del entrenamiento de la fuerza en patología respiratoria
- 8.6.3. Selección de ejercicios y métodos de entrenamiento de la fuerza en patología respiratoria
- 8.6.4. Diseño de programas de entrenamiento de la fuerza en patología respiratoria

8.7. Programación del entrenamiento de resistencia
- 8.7.1. Objetivos del entrenamiento de la resistencia en patología respiratoria
- 8.7.2. Volumen e intensidad y recuperación del entrenamiento de la resistencia en patología respiratoria
- 8.7.3. Selección de ejercicios y métodos de entrenamiento de la resistencia en patología respiratoria
- 8.7.4. Diseño de programas de entrenamiento de la resistencia en patología respiratoria

8.8. Recomendaciones en la modificación del estilo de vida
- 8.8.1. Comportamiento sedentario
- 8.8.2. Inactividad física
- 8.8.3. Tabaquismo, alcohol y nutrición

8.9. Desnutrición en el pacientes con EPOC y consecuencias sobre la función respiratoria
- 8.9.1. Valoración estado nutricional
- 8.9.2. Soporte nutricional en la EPOC
- 8.9.3. Pautas nutricionales en el paciente con EPOC

8.10. Consideraciones en la práctica de actividad y ejercicio físico
- 8.10.1. La selección y ordenamiento de los ejercicios de fuerza y aeróbico en el entrenamiento
- 8.10.2. La utilización del entrenamiento concurrente como herramienta para el paciente con EPOC
- 8.10.3. La selección y progresión del ejercicio en población con patología respiratoria
- 8.10.4. Interacciones farmacológicas específicas
- 8.10.5. Conclusiones

Módulo 9. Ejercicio físico y embarazo

9.1. Modificaciones morfofuncionales de la mujer durante el período de embarazo
- 9.1.1. Concepto de Embarazo
- 9.1.2. Crecimiento fetal
- 9.1.3. Principales Modificaciones Morfofuncionales
  - 9.1.3.1. Modificaciones en la composición Corporal con aumento de peso
  - 9.1.3.2. Modificación en el sistema cardiovascular
  - 9.1.3.3. Modificaciones en el Aparato urinario y excretor
  - 9.1.3.4. Modificaciones del Sistema Nervioso
  - 9.1.3.5. Modificaciones en el Sistema Respiratorio
  - 9.1.3.6. Modificaciones en el tejido epitelial

9.2. Fisiopatologías asociadas al embarazo
- 9.2.1. Modificación de la masa corporal
- 9.2.2. Modificación del centro de gravedad y adaptaciones posturales pertinentes
- 9.2.3. Adaptaciones cardiorrespiratorias
- 9.2.4. Adaptaciones hematológicas
  - 9.2.4.1. Volumen de sangre
- 9.2.5. Adaptaciones del Aparato Locomotor
- 9.2.6. Síndrome supino hipotensivo
- 9.2.7. Modificaciones gastrointestinales y renales
  - 9.2.7.1. Motilidad gastrointestinal
  - 9.2.7.2. Los riñones

9.3. Kinefilaxia y beneficios del ejercicio físico en la mujer embarazada
- 9.3.1. Cuidados a tener en cuenta durante las actividades de la vida diaria
- 9.3.2. Trabajos físicos preventivos
- 9.3.3. Beneficios psicosociales biológicos del ejercicio físico

9.4. Riesgos y contraindicaciones en la realizacion de ejercicio físico en la mujer embarazada
- 9.4.1. Contraindicaciones absolutas de ejercicio físico
- 9.4.2. Contraindicaciones relativas de ejercicio físicos
- 9.4.3. Precauciones a tener en cuenta a lo largo del periodo de embarazo

9.5. Nutrición en la mujer embarazada
- 9.5.1. Ganancia ponderal de masa corporal con el embarazo
- 9.5.2. Requerimientos energéticos a lo largo del embarazo
- 9.5.3. Recomendaciones nutricionales para la práctica de ejercicio físico

9.6. Planificación del entrenamiento en la mujer embarazada
- 9.6.1. Planificación primer trimestre
- 9.6.2. Planificación segundo trimestre
- 9.6.3. Planificación tercer trimestre

9.7. Programación del entrenamiento musculo esqueletico
- 9.7.1. Control motor
- 9.7.2. Estiramientos y relajación muscular
- 9.7.3. Trabajo de aptitud muscular

9.8. Programación del entrenamiento de resistencia
- 9.8.1. Modalidad del trabajo físico de bajo impacto
- 9.8.2. Dosificación del trabajo semanal

9.9. Trabajo postural y preparatorio para el parto
- 9.9.1. Ejercicios de suelo pélvico
- 9.9.2. Ejercicios posturales

9.10. Regreso a la actividad física post parto
- 9.10.1. Alta médica y periodo de recuperación
- 9.10.2. Cuidados para el inicio de la actividad física
- 9.10.3. Conclusiones

Módulo 10. Ejercicio físico en etapa infanto juvenil y adulto mayor

10.1. Abordaje del ejercicio físico en edades infanto-juvenil
- 10.1.1. Crecimiento, maduración y desarrollo
- 10.1.2. Desarrollo e individualidad: edad cronológica vs edad biológica
- 10.1.3. Fases sensibles
- 10.1.4. Desarrollo a largo plazo *(Long term athlete development)*

10.2. Evaluación de la aptitud física en infanto juvenil
- 10.2.1. Principales baterías de evaluación
- 10.2.2. Valoración de las capacidades coordinativas
- 10.2.3. Valoración de las capacidades condicionales
- 10.2.4. Evaluaciones morfológicas

10.3. Programación del ejercicio físico en infanto juvenil
- 10.3.1. Entrenamiento de la fuerza muscular
- 10.3.2. Entrenamiento de la aptitud aeróbica
- 10.3.3. Entrenamiento de la velocidad
- 10.3.4. Entrenamiento de la flexibilidad

10.4. Neurociencias y desarrollo infantojuvenil
- 10.4.1. Neuro aprendizaje en la infancia
- 10.4.2. La motricidad. Base de la inteligencia
- 10.4.3. Atención y emoción. Aprendizaje infantil
- 10.4.4. Neurobiología y teoría epigenética en el aprendizaje

10.5. Abordaje del ejercicio físico en el adulto mayor
- 10.5.1. Proceso de envejecimiento
- 10.5.2. Cambios morfofuncionales en el adulto mayor
- 10.5.3. Objetivos del ejercicio físico en el adulto mayor
- 10.5.4. Beneficios del ejercicio físico en el adulto mayor

10.6. Valoración gerontológica integral
- 10.6.1. Test de capacidades coordinativas
- 10.6.2. Índice de Katz de independencia de las actividades de la vida diaria
- 10.6.3. Test de capacidades condicionantes
- 10.6.4. Fragilidad y vulnerabilidad en el adulto mayor

10.7. Síndrome de inestabilidad
- 10.7.1. Epidemiología de las caídas en el anciano
- 10.7.2. Detección de pacientes de riesgo sin caída previa
- 10.7.3. Factores de riesgo de caída en el anciano
- 10.7.4. Síndrome post caída

10.8. Nutrición en edades infantojuvenil y adultos mayores
- 10.8.1. Requerimientos nutricionales para cada etapa etaria
- 10.8.2. Aumento en la prevalencia en obesidad infantil y diabetes tipo 2 en niños
- 10.8.3. Asociación de enfermedades degenerativas con el consumo de grasas saturadas
- 10.8.4. Recomendaciones nutricionales para la práctica de ejercicio físico

10.9. Neurociencias y adultos mayores
- 10.9.1. Neurogénesis y aprendizaje
- 10.9.2. La reserva cognitiva en adultos mayores
- 10.9.3. Siempre podemos aprender
- 10.9.4. El envejecimiento no es sinónimo de enfermedad
- 10.9.5. Alzheimer y Parkinson, el valor de la actividad física

10.10. Programación del ejercicio físico en adultos mayores
- 10.10.1. Entrenamiento de la fuerza y potencia muscular
- 10.10.2. Entrenamiento de la aptitud aeróbica
- 10.10.3. Entrenamiento cognitivo
- 10.10.4. Entrenamiento las capacidades coordinativas
- 10.10.5. Conclusión

07

Prácticas

Al completar la fase online de este Máster Semipresencial en Entrenamiento Personal Terapéutico, el alumno contará con la oportunidad de realizar prácticas intensivas que le permitirán aplicar los conocimientos teóricos adquiridos en un entorno real de trabajo. Así, gracias a estas prácticas, el alumno podrá desarrollar sus habilidades en el trato con pacientes, así como en la creación y aplicación de planes de entrenamiento personalizados para diferentes patologías.

Estas prácticas te permitirán incorporar a tu trabajo diario los métodos de entrenamiento más avanzados"

El periodo de prácticas de este programa consiste en una estancia en un centro renombre, durante 3 semanas, de lunes a viernes, con jornadas de 8 horas consecutivas de participación activa. Durante este tiempo, el alumno estará acompañado por un profesional del propio centro y tendrá la oportunidad de acompañar a usuarios reales, en un ambiente de referencia en el área del Entrenamiento Personal Terapéutico.

En esta propuesta de capacitación, de carácter completamente práctica, las actividades están dirigidas al desarrollo y perfeccionamiento de las competencias necesarias para la prestación de Entrenamiento Personal Terapéutico en áreas y condiciones que requieren un alto nivel de cualificación, y que están orientadas a la capacitación específica para el ejercicio de la actividad, en un medio de seguridad para el usuario y un alto desempeño profesional.

La parte práctica se realizará con la participación activa del estudiante desempeñando las actividades y procedimientos de cada área de competencia (aprender a aprender y aprender a hacer), con el acompañamiento y guía de los profesores y demás compañeros de entrenamiento que faciliten el trabajo en equipo y la integración multidisciplinar como competencias transversales para la praxis profesional (aprender a ser y aprender a relacionarse).

Los procedimientos descritos a continuación serán la base de la parte práctica de la capacitación, y su realización está sujeta tanto a la idoneidad de los pacientes como a la disponibilidad del centro y su volumen de trabajo, siendo las actividades propuestas las siguientes:

Módulo	Actividad Práctica
Evaluación y diagnóstico	Realizar una entrevista inicial con el cliente para evaluar su estado actual y recopilar información relevante
	Realizar pruebas de evaluación física, como mediciones antropométricas, evaluación de la postura y movilidad, pruebas de fuerza y resistencia, entre otras
	Realizar pruebas de evaluación psicológica, como cuestionarios de personalidad y pruebas de habilidades sociales
Planificación del entrenamiento	Diseñar planes de entrenamiento personalizados basados en los objetivos, necesidades y características individuales del cliente
	Seleccionar y enseñar técnicas de entrenamiento específicas, como ejercicios de fuerza, resistencia, flexibilidad y equilibrio
	Elaborar planes de nutrición y dieta personalizados para mejorar el rendimiento deportivo y la salud en general
Entrenamiento práctico	Dirigir sesiones de entrenamiento personal con clientes en tiempo real, supervisando y corrigiendo la técnica de ejercicios y asegurando el progreso y la seguridad del cliente
	Utilizar diferentes tipos de equipamiento de entrenamiento, desde pesas y máquinas de entrenamiento hasta bandas elásticas y pelotas de ejercicio
	Realizar entrenamiento al aire libre, utilizando el entorno y el paisaje para crear un entrenamiento completo y variado
Entrenamiento especializado	Diseñar planes de entrenamiento especializado para personas con necesidades especiales, como personas mayores, embarazadas o personas con discapacidades
	Enseñar técnicas de relajación y respiración para reducir el estrés y la ansiedad, y mejorar la salud mental
	Realizar sesiones de terapia física y masaje deportivo para ayudar en la recuperación de lesiones deportivas y mejorar la salud muscular y articular
Comunicación y relaciones con clientes	Establecer y mantener una buena comunicación con los clientes, creando relaciones duraderas y de confianza
	Dominar las habilidades de comunicación y negociación para asegurar una comunicación efectiva entre el entrenador y el cliente
	Resolver conflictos y problemas relacionados con el entrenamiento y la relación con el cliente

Seguro de responsabilidad civil

La máxima preocupación de esta institución es garantizar la seguridad tanto de los profesionales en prácticas como de los demás agentes colaboradores necesarios en los procesos de capacitación práctica en la empresa. Dentro de las medidas dedicadas a lograrlo, se encuentra la respuesta ante cualquier incidente que pudiera ocurrir durante todo el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Para ello, esta entidad educativa se compromete a contratar un seguro de responsabilidad civil que cubra cualquier eventualidad que pudiera surgir durante el desarrollo de la estancia en el centro de prácticas.

Esta póliza de responsabilidad civil de los profesionales en prácticas tendrá coberturas amplias y quedará suscrita de forma previa al inicio del periodo de la capacitación práctica. De esta forma el profesional no tendrá que preocuparse en caso de tener que afrontar una situación inesperada y estará cubierto hasta que termine el programa práctico en el centro.

Condiciones generales de la capacitación práctica

Las condiciones generales del acuerdo de prácticas para el programa serán las siguientes:

1. TUTORÍA: durante el Máster Semipresencial el alumno tendrá asignados dos tutores que le acompañarán durante todo el proceso, resolviendo las dudas y cuestiones que pudieran surgir. Por un lado, habrá un tutor profesional perteneciente al centro de prácticas que tendrá como fin orientar y apoyar al alumno en todo momento. Por otro lado, también tendrá asignado un tutor académico cuya misión será la de coordinar y ayudar al alumno durante todo el proceso resolviendo dudas y facilitando todo aquello que pudiera necesitar. De este modo, el profesional estará acompañado en todo momento y podrá consultar las dudas que le surjan, tanto de índole práctica como académica.

2. DURACIÓN: el programa de prácticas tendrá una duración de tres semanas continuadas de formación práctica, distribuidas en jornadas de 8 horas y cinco días a la semana. Los días de asistencia y el horario serán responsabilidad del centro, informando al profesional debidamente y de forma previa, con suficiente tiempo de antelación para favorecer su organización.

3. INASISTENCIA: en caso de no presentarse el día del inicio del Máster Semipresencial, el alumno perderá el derecho a la misma sin posibilidad de reembolso o cambio de fechas. La ausencia durante más de dos días a las prácticas sin causa justificada/médica, supondrá la renuncia las prácticas y, por tanto, su finalización automática. Cualquier problema que aparezca durante el transcurso de la estancia se tendrá que informar debidamente y de forma urgente al tutor académico.

4. CERTIFICACIÓN: el alumno que supere el Máster Semipresencial recibirá un certificado que le acreditará la estancia en el centro en cuestión.

5. RELACIÓN LABORAL: el Máster Semipresencial no constituirá una relación laboral de ningún tipo.

6. ESTUDIOS PREVIOS: algunos centros podrán requerir certificado de estudios previos para la realización del Máster Semipresencial. En estos casos, será necesario presentarlo al departamento de prácticas de TECH Universidad FUNDEPOS para que se pueda confirmar la asignación del centro elegido.

7. NO INCLUYE: el Máster Semipresencial no incluirá ningún elemento no descrito en las presentes condiciones. Por tanto, no incluye alojamiento, transporte hasta la ciudad donde se realicen las prácticas, visados o cualquier otra prestación no descrita.

No obstante, el alumno podrá consultar con su tutor académico cualquier duda o recomendación al respecto. Este le brindará toda la información que fuera necesaria para facilitarle los trámites.

08

¿Dónde puedo hacer las Prácticas?

El periodo de prácticas de este Máster Semipresencial en Entrenamiento Personal Terapéutico se llevará a cabo en centros de referencia en la materia. Estas prácticas permitirán al alumno aplicar los conocimientos teóricos adquiridos durante la fase online del programa y desarrollar habilidades prácticas al lado de un equipo de profesionales altamente cualificados en el campo del Entrenamiento Personal Terapéutico. Los lugares donde se llevarán a cabo las prácticas se han seleccionado cuidadosamente para garantizar que el alumno tenga la mejor experiencia posible y pueda aprender en un entorno profesional y seguro.

TECH Universidad FUNDEPOS pone a tu disposición los mejores centros a nivel internacional para que obtengas una preparación de élite en el ámbito del Entrenamiento Personal Terapéutico"

El alumno podrá cursar la parte práctica de este Máster Semipresencial en los siguientes centros:

Club Metropolitan Sagrada Familia

País: España | Ciudad: Barcelona

Dirección: C/ de Provenza, 408, 08025 Barcelona

La mayor cadena nacional de Centros de Deporte, Salud y Bienestar de España

Capacitaciones prácticas relacionadas:
-Entrenamiento Personal Terapéutico
-Monitor de Gimnasio

Club Metropolitan Iradier

País: España | Ciudad: Barcelona

Dirección: C/ de les Escoles Pies, 105, 08017 Barcelona

La mayor cadena nacional de Centros de Deporte, Salud y Bienestar de España

Capacitaciones prácticas relacionadas:
-Entrenamiento Personal Terapéutico
-Monitor de Gimnasio

Club Metropolitan Balmes

País: España | Ciudad: Barcelona

Dirección: C/ de Balmes, 215, 08006 Barcelona

La mayor cadena nacional de Centros de Deporte, Salud y Bienestar de España

Capacitaciones prácticas relacionadas:
-Entrenamiento Personal Terapéutico
-Monitor de Gimnasio

Club Metropolitan Las Arenas

País: España | Ciudad: Barcelona

Dirección: Gran Via de les Corts Catalanes, 373, 385, 08015 Barcelona

La mayor cadena nacional de Centros de Deporte, Salud y Bienestar de España

Capacitaciones prácticas relacionadas:
-Entrenamiento Personal Terapéutico
-Monitor de Gimnasio

Club Metropolitan Galileo

País: España | Ciudad: Barcelona

Dirección: C/ de Galileu, 186, 08028 Barcelona

La mayor cadena nacional de Centros de Deporte, Salud y Bienestar de España

Capacitaciones prácticas relacionadas:
-Entrenamiento Personal Terapéutico
-Monitor de Gimnasio

Club Metropolitan Badalona

País: España | Ciudad: Barcelona

Dirección: C. de Sant Miquel, 16, 08911 Badalona, Barcelona

La mayor cadena nacional de Centros de Deporte, Salud y Bienestar de España

Capacitaciones prácticas relacionadas:
-Entrenamiento Personal Terapéutico
-Monitor de Gimnasio

Club Metropolitan Gran Vía

País: España | Ciudad: Barcelona

Dirección: Avinguda de la Granvia de l'Hospitalet, 142, 08907 L'Hospitalet de Llobregat, Barcelona

La mayor cadena nacional de Centros de Deporte, Salud y Bienestar de España

Capacitaciones prácticas relacionadas:
-Entrenamiento Personal Terapéutico
-Monitor de Gimnasio

Club Metropolitan Abascal

País: España | Ciudad: Madrid

Dirección: Calle de José Abascal, 46, 28003 Madrid

La mayor cadena nacional de Centros de Deporte, Salud y Bienestar de España

Capacitaciones prácticas relacionadas:
-Entrenamiento Personal Terapéutico
-Monitor de Gimnasio

Club Metropolitan Eurobuilding

País: España
Ciudad: Madrid

Dirección: Hotel NH Collection Madrid Eurobuilding, Planta Superior Hotel NH Collection Eurobuilding, 28036, C. del Padre Damián, 23, 28036 Madrid

La mayor cadena nacional de Centros de Deporte, Salud y Bienestar de España

Capacitaciones prácticas relacionadas:
-Entrenamiento Personal Terapéutico
-Monitor de Gimnasio

Club Metropolitan Isozaki

País: España
Ciudad: Vizcaya

Dirección: Paseo Uribitarte, 4, Ext, 48001 Bilbao, Vizcaya

La mayor cadena nacional de Centros de Deporte, Salud y Bienestar de España

Capacitaciones prácticas relacionadas:
-Entrenamiento Personal Terapéutico
-Monitor de Gimnasio

Club Metropolitan Begoña

País: España
Ciudad: Vizcaya

Dirección: Masustegi Kalea, 25, 48006 Bilbao, Vizcaya

La mayor cadena nacional de Centros de Deporte, Salud y Bienestar de España

Capacitaciones prácticas relacionadas:
-Entrenamiento Personal Terapéutico
-Monitor de Gimnasio

Club Metropolitan Romareda

País: España
Ciudad: Zaragoza

Dirección: C/ de Gonzalo Calamita, s/n, 50009 Zaragoza

La mayor cadena nacional de Centros de Deporte, Salud y Bienestar de España

Capacitaciones prácticas relacionadas:
-Entrenamiento Personal Terapéutico
-Monitor de Gimnasio

Club Metropolitan Paraíso

País: España
Ciudad: Zaragoza

Dirección: Residencial Paraíso, 10, 50008 Zaragoza

La mayor cadena nacional de Centros de Deporte, Salud y Bienestar de España

Capacitaciones prácticas relacionadas:
-Entrenamiento Personal Terapéutico
-Monitor de Gimnasio

Club Metropolitan Sevilla

País: España
Ciudad: Sevilla

Dirección: Av. Eduardo Dato, 49, 41018 Sevilla

La mayor cadena nacional de Centros de Deporte, Salud y Bienestar de España

Capacitaciones prácticas relacionadas:
-Entrenamiento Personal Terapéutico
-Monitor de Gimnasio

Club Metropolitan Gijón

País: España
Ciudad: Asturias

Dirección: Estadio El Molinón Enrique Castro - Quini, Puerta 8, 33201 Gijón, Asturias

La mayor cadena nacional de Centros de Deporte, Salud y Bienestar de España

Capacitaciones prácticas relacionadas:
-Entrenamiento Personal Terapéutico
-Monitor de Gimnasio

Club Metropolitan Vigo

País: España
Ciudad: Pontevedra

Dirección: Rúa Cánovas del Castillo, 1, 36202 Vigo, Pontevedra

La mayor cadena nacional de Centros de Deporte, Salud y Bienestar de España

Capacitaciones prácticas relacionadas:
-Entrenamiento Personal Terapéutico
-Monitor de Gimnasio

Club Metropolitan La Solana

País: España
Ciudad: La Coruña

Dirección: P.º Marítimo Alcalde Francisco Vázquez, 21, 15001 A Coruña

La mayor cadena nacional de Centros de Deporte, Salud y Bienestar de España

Capacitaciones prácticas relacionadas:
-Entrenamiento Personal Terapéutico
-Monitor de Gimnasio

MoveBon

País: España
Ciudad: Madrid

Dirección: Calle de García de Paredes, 42, 28010 Madrid

MoveBon, centro especializado en entrenamientos grupales reducidos, sesiones al aire libre u online

Capacitaciones prácticas relacionadas:
-Entrenamiento Personal Terapéutico
-Monitor de Gimnasio

Entrenamiento Personal Madrid

País: España
Ciudad: Madrid

Dirección: Calle de Puenteareas, 13, 28002 Madrid

Entrenamiento Personal Madrid, especializado en acondicionamiento físico y readaptación

Capacitaciones prácticas relacionadas:
-Entrenamiento Personal Terapéutico

Fitness 4 All

País: España
Ciudad: Madrid

Dirección: C. de Virgen de Lluc, 104, 28027 Madrid

Para la gente que acude es una experiencia diferente, un nuevo concepto de gimnasio

Capacitaciones prácticas relacionadas:
-Entrenamiento Personal Terapéutico
-Monitor de Gimnasio

Premium global health care Madrid

País: España
Ciudad: Madrid

Dirección: C. de Víctor de la Serna, 4, 28016 Madrid

Centro multidisciplinar, especializado en Rehabilitación, readaptación y entrenamiento personal

Capacitaciones prácticas relacionadas:
-MBA en Marketing Digital
-Project Management

Premium global health care Fuenlabrada

País: España
Ciudad: Madrid

Dirección: Paseo de Roma, 1, 28943 Fuenlabrada, Madrid

Centro multidisciplinar, especializado en Rehabilitación, readaptación y entrenamiento personal

Capacitaciones prácticas relacionadas:
-MBA en Marketing Digital
-Project Management

Premium global health care Pozuelo

País: España
Ciudad: Madrid

Dirección: Centro Comercial Monteclaro, Local 59.4, s/n, Av. de Monteclaro, d, 28223 Pozuelo de Alarcón, Madrid

Centro multidisciplinar, especializado en Rehabilitación, readaptación y entrenamiento personal

Capacitaciones prácticas relacionadas:
-MBA en Marketing Digital
-Project Management

Selected Trainers Granada Centro

País: España
Ciudad: Granada

Dirección: **Avenida Pablo Picasso 27, Local Izquierdo, 18006 Granada (España)**

El equipo de profesionales de Selected Trainers diseña entrenamientos personalizados con fines estéticos y de salud

Capacitaciones prácticas relacionadas:
-Alto Rendimiento Deportivo
-Entrenamiento Personal Terapéutico

Selected Trainers Centro O2 Granada

País: España
Ciudad: Granada

Dirección: **Calle Neptuno, s/n, Ronda, 18004 Granada (España)**

El equipo de profesionales de Selected Trainers diseña entrenamientos personalizados con fines estéticos y de salud

Capacitaciones prácticas relacionadas:
-Alto Rendimiento Deportivo
-Entrenamiento Personal Terapéutico

Selected Trainers Centro O2 Huelva

País: España
Ciudad: Huelva

Dirección: **Calle San Sebastián, S/N, 21004 Huelva (España)**

El equipo de profesionales de Selected Trainers diseña entrenamientos personalizados con fines estéticos y de salud

Capacitaciones prácticas relacionadas:
-Alto Rendimiento Deportivo
-Entrenamiento Personal Terapéutico

09

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 Universidad FUNDEPOS 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

El presente programa de TECH Universidad FUNDEPOS es una enseñanza intensiva, creada desde 0, que propone los retos y decisiones más exigentes en este campo, ya sea en el ámbito nacional o internacional. Gracias a esta metodología se impulsa el crecimiento personal y profesional, dando un paso decisivo para conseguir el éxito. El método del caso, técnica que sienta las bases de este contenido, garantiza que se sigue la realidad económica, social y profesional más vigente.

> *Nuestro programa te prepara para afrontar nuevos retos en entornos inciertos y lograr el éxito en tu carrera"*

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 tomasen decisiones y emitiesen juicios de valor fundamentados sobre cómo resolverlas. En 1924 se estableció como método estándar de enseñanza en Harvard.

Ante una determinada situación, ¿qué debería hacer un profesional? Esta es la pregunta a la que nos enfrentamos en el método del caso, un método de aprendizaje orientado a la acción. A lo largo del programa, los estudiantes se enfrentarán a múltiples casos reales. Deberán integrar todos sus conocimientos, investigar, argumentar y defender sus ideas y decisiones.

Relearning Methodology

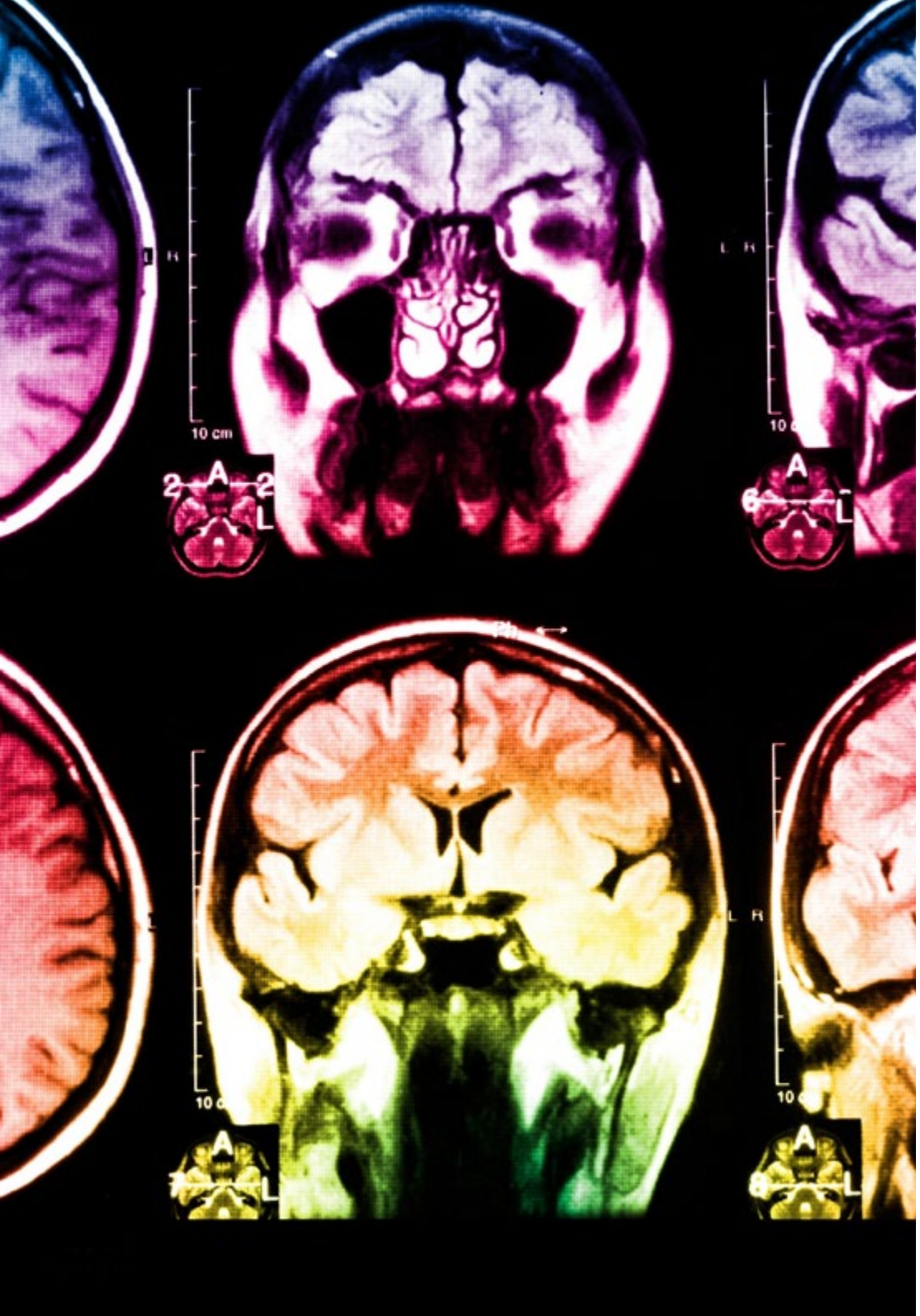
TECH Universidad FUNDEPOS aúna de forma eficaz la metodología del Estudio de Caso con un sistema de aprendizaje 100% online basado en la reiteración, que combina 8 elementos didácticos diferentes en cada lección.

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 Universidad FUNDEPOS 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, para crear el método de trabajo online de TECH Universidad FUNDEPOS. Todo ello, con las técnicas más novedosas que ofrecen piezas de gran calidad en todos y cada uno los materiales que se ponen a disposición del alumno.

Clases magistrales

Existe evidencia científica sobre la utilidad de la observación de terceros expertos.

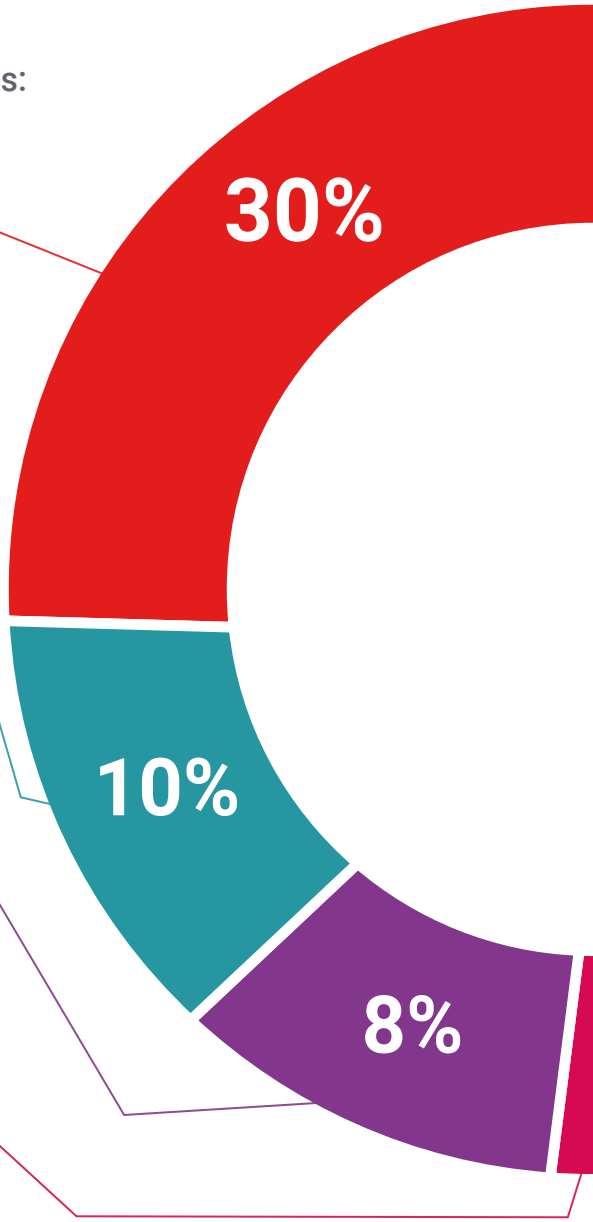
El denominado Learning from an Expert afianza el conocimiento y el recuerdo, y genera seguridad en las futuras decisiones difíciles.

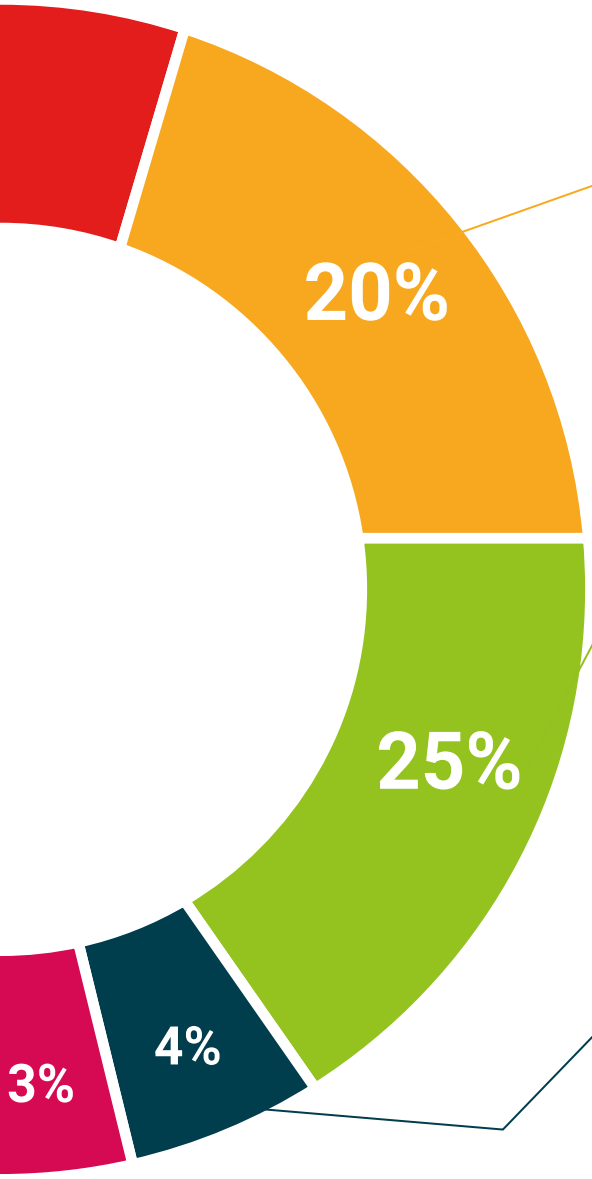
Prácticas de habilidades y competencias

Realizarán 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 y guías internacionales, entre otros. En la biblioteca virtual de TECH Universidad FUNDEPOS el estudiante tendrá acceso a todo lo que necesita para completar su 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 Universidad FUNDEPOS 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.

10

Titulación

El Título de Máster Semipresencial en Entrenamiento Personal Terapéutico garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a dos diplomas de Máster Semipresencial, uno expedido por TECH Universidad Tecnológica y otro expedido por Universidad FUNDEPOS.

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

El programa del **Máster Semipresencial en Entrenamiento Personal Terapéutico** es el más completo del panorama académico actual. A su egreso, el estudiante recibirá un diploma universitario emitido por TECH Universidad Tecnológica, y otro por Universidad FUNDEPOS.

Estos títulos de formación permanente y actualización profesional de TECH Universidad Tecnológica y Universidad FUNDEPOS garantizan la adquisición de competencias en el área de conocimiento, otorgando un alto valor curricular al estudiante que supere las evaluaciones y acredite el programa tras cursarlo en su totalidad.

Este doble reconocimiento, de dos destacadas instituciones universitarias, suponen una doble recompensa a una formación integral y de calidad, asegurando que el estudiante obtenga una certificación reconocida tanto a nivel nacional como internacional. Este mérito académico le posicionará como un profesional altamente capacitado y preparado para enfrentar los retos y demandas en su área profesional.

Título: **Máster Semipresencial en Entrenamiento Personal Terapéutico**

Modalidad: **Semipresencial (Online + Prácticas)**

Duración: **12 meses**

tech universidad tecnológica

Otorga la presente

CONSTANCIA

a

C. _____, con documento de identificación nº_____

Por haber superado con éxito y acreditado el programa de

MÁSTER SEMIPRESENCIAL

en

Entrenamiento Personal Terapéutico

Se trata de un título propio de esta Universidad con una duración de 1.620 horas, con fecha de inicio dd/mm/aaaa y fecha de finalización dd/mm/aaaa.

TECH es una Institución Particular de Educación Superior reconocida por la Secretaría de Educación Pública a partir del 28 de junio de 2018.

A 17 de junio de 2020

Mtra.Tere Guevara Navarro
Rectora

Universidad Online Oficial de la NBA

Este título propio se deberá acompañar siempre del título universitario habilitante expedido por la autoridad competente para ejercer profesionalmente en cada país. código único TECH: AFWOR23S techtitute.com/titulos

UNIVERSIDAD FUNDEPOS
DE COSTA RICA

Confiere el presente certificado de aprovechamiento a:

NOMBRE COMPLETO

Por aprobar satisfactoriamente el programa:

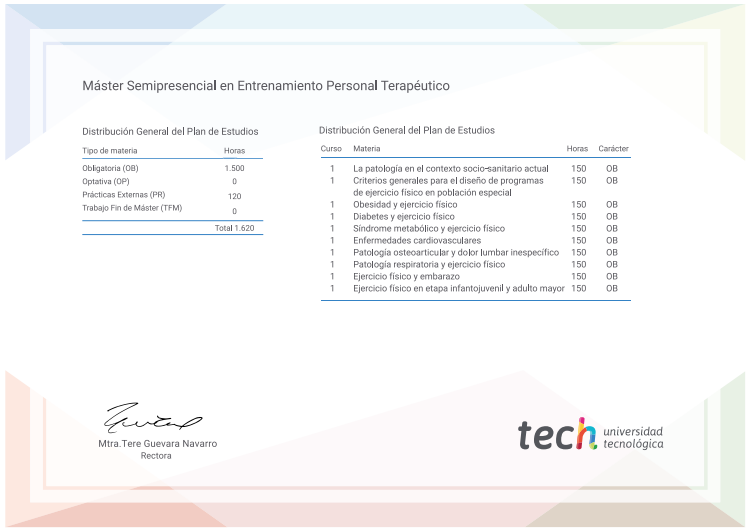
ENTRENAMIENTO PERSONAL TERAPÉUTICO

Título Propio. Duración: 1620 horas.
Impartido del 15/12/2023 y fecha de finalización 14/12/2024.

CERTIFICADO DE CALIDAD 2023

Rubén Mora
DECANO

Este título propio se deberá acompañar siempre del título universitario habilitan expedido por la autoridad competente para ejercer profesionalmente en cada país. Código.


Máster Semipresencial en Entrenamiento Personal Terapéutico

Distribución General del Plan de Estudios

Tipo de materia	Horas
Obligatoria (OB)	1.500
Optativa (OP)	0
Prácticas Externas (PR)	120
Trabajo Fin de Máster (TFM)	0
	Total 1.620

Distribución General del Plan de Estudios

Curso	Materia	Horas	Carácter
1	La patología en el contexto socio-sanitario actual	150	OB
1	Criterios generales para el diseño de programas de ejercicio físico en población especial	150	OB
1	Obesidad y ejercicio físico	150	OB
1	Diabetes y ejercicio físico	150	OB
1	Síndrome metabólico y ejercicio físico	150	OB
1	Enfermedades cardiovasculares	150	OB
1	Patología osteoarticular y dolor lumbar inespecífico	150	OB
1	Patología respiratoria y ejercicio físico	150	OB
1	Ejercicio físico y embarazo	150	OB
1	Ejercicio físico en etapa infantojuvenil y adulto mayor	150	OB

Mtra.Tere Guevara Navarro
Rectora

tech universidad tecnológica

*Apostilla de la Haya. En caso de que el alumno solicite que su diploma de TECH Universidad Tecnológica recabe la Apostilla de La Haya, TECH Universidad FUNDEPOS realizará las gestiones oportunas para su obtención, con un coste adicional.

tech universidad FUNDEPOS

Máster Semipresencial
Entrenamiento Personal Terapéutico

Modalidad: **Semipresencial (Online + Prácticas)**
Duración: **12 meses**
Titulación: **TECH Universidad FUNDEPOS**
Horas lectivas: **1.620 h.**

Máster Semipresencial

Entrenamiento Personal Terapéutico

Avalado por la NBA

tech universidad FUNDEPOS