

Máster Semipresencial

Entrenamiento Personal Terapéutico

Avalado por la NBA



tech
universidad



Máster Semipresencial

Entrenamiento Personal Terapéutico

Modalidad: Semipresencial (Online + Prácticas)

Duración: 12 meses

Titulación: TECH Universidad

Acceso web: www.techtitute.com/ciencias-del-deporte/master-semipresencial/master-semipresencial-entrenamiento-personal-terapeutico

Índice

01	02	03	04
Presentación del programa	¿Por qué estudiar en TECH?	Plan de estudios	Objetivos docentes
pág. 4	pág. 8	pág. 12	pág. 24
	05	06	07
	Prácticas	Centros de prácticas	Salidas profesionales
	pág. 28	pág. 34	pág. 42
	08	09	10
	Metodología de estudio	Cuadro docente	Titulación
	pág. 46	pág. 56	pág. 62

01

Presentación del programa

El Entrenamiento Personal Terapéutico ha demostrado ser una herramienta eficaz para mejorar la salud física y emocional, especialmente en la rehabilitación de lesiones y el tratamiento de afecciones musculoesqueléticas. Según un informe del Instituto Nacional de Salud de los Estados Unidos, los programas de ejercicio personalizado pueden reducir en un 40% la recurrencia de lesiones en personas con patologías crónicas. En este contexto, surge este programa universitario de TECH, diseñado para capacitar a los profesionales en la atención terapéutica individualizada. La metodología combina una primera fase teórica, impartida de manera online, con una segunda fase práctica que permite aplicar los conocimientos adquiridos en situaciones reales, ofreciendo así una experiencia académica completa y dinámica.



“

Gracias a este Máster Semipresencial, adquirirás las estrategias más innovadoras del Entrenamiento Personal Terapéutico para diseñar intervenciones individualizadas”

En un contexto donde las afecciones musculoesqueléticas y los estilos de vida inactivos son cada vez más frecuentes, el entrenamiento personal con enfoque terapéutico se ha consolidado como una herramienta clave para mejorar la calidad de vida. De hecho, no se limita únicamente a la mejora del rendimiento físico, sino que contribuye activamente a la prevención de patologías y al acompañamiento en procesos de recuperación funcional. Este enfoque individualizado permite adaptar rutinas específicas que responden a necesidades clínicas concretas, integrando principios del ejercicio terapéutico y estrategias de intervención basadas en evidencia.

En sintonía con esta perspectiva, el plan de estudios de TECH Universidad profundizará en aspectos esenciales como el sedentarismo, las evaluaciones morfológicas y el ejercicio físico adaptado. A través de un enfoque integral, se promoverá la comprensión del impacto del estilo de vida sedentario sobre la salud y se capacitará para diseñar intervenciones efectivas. Asimismo, se abordarán con rigor metodológico los procedimientos para realizar valoraciones corporales precisas, fundamentales para definir programas personalizados que potencien el movimiento funcional y el bienestar general.

Gracias a esta oportunidad académica, los profesionales adquirirán las herramientas necesarias para intervenir con solvencia en contextos donde el entrenamiento cumple un rol terapéutico. También, obtendrán criterios para diseñar, aplicar y ajustar protocolos individualizados que consideren patologías previas, limitaciones físicas o necesidades de recuperación. Además, estarán capacitados para integrar conocimientos científicos con habilidades prácticas que favorezcan el seguimiento clínico de quienes requieren una atención personalizada en el ámbito del ejercicio físico.

Finalmente, TECH Universidad ha desarrollado una metodología que combina contenidos avanzados en un entorno digital interactivo con experiencias prácticas en instituciones de referencia. Esta propuesta se potencia con el innovador método *Relearning*, que promueve la adquisición de conocimientos mediante la reiteración de contenidos en contextos variados, favoreciendo una asimilación más profunda y duradera. De este modo, se garantizará un proceso dinámico, actualizado y alineado con las demandas reales del ámbito terapéutico.

Este **Máster Semipresencial en Entrenamiento Personal Terapéutico** contiene el programa universitario más completo y actualizado del mercado. Las características más destacadas del curso 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
- ♦ Desarrollo de talleres prácticos centrados en procedimientos de valoración funcional, estrategias de recuperación activa y selección de ejercicios correctivos
- ♦ Revisión de guías clínicas actualizadas sobre el abordaje terapéutico a través del ejercicio físico, con aplicación directa en contextos de recuperación y prevención secundaria
- ♦ 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 una de las mejores empresas



La innovadora modalidad de esta titulación te proporciona una intensiva capacitación en un centro especializado, junto a los mejores expertos del sector”

“

Esta titulación universitaria representa la propuesta académica más actual del mercado y te garantizará una actualización inmediata y rigurosa”

En esta propuesta de Máster, de carácter profesionalizante y modalidad semipresencial, el programa está dirigido a la actualización de profesionales del Entrenamiento Personal Terapéutico que desarrollan sus funciones en contextos clínicos y de rehabilitación, y que requieren un alto nivel de cualificación. Los contenidos están basados en la última evidencia científica, y orientados de manera didáctica para integrar el saber teórico en la práctica orientada al Entrenamiento Personal Terapéutico, y los elementos teórico - prácticos facilitarán la actualización del conocimiento y permitirán la toma de decisiones en el manejo terapéutico.

Gracias a su contenido multimedia elaborado con la última tecnología educativa, permitirán al profesional del deporte un aprendizaje situado y contextualizado, es decir, un entorno simulado que proporcionará un aprendizaje inmersivo programado para entrenarse ante situaciones reales. El diseño de este programa está basado 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.

Potenciarás de forma aplicada las competencias clave para elaborar planes de entrenamiento ajustados a los objetivos individuales de cada paciente.

Dominarás estrategias avanzadas para la evaluación y seguimiento del sedentarismo, integrando herramientas especializadas para su control.



02

¿Por qué estudiar en TECH?

TECH es la mayor Universidad digital del mundo. Con un impresionante catálogo de más de 14.000 programas universitarios, disponibles en 11 idiomas, se posiciona como líder en empleabilidad, con una tasa de inserción laboral del 99%. Además, cuenta con un enorme claustro de más de 6.000 profesores de máximo prestigio internacional.



“

*Estudia en la mayor universidad digital
del mundo y asegura tu éxito profesional.
El futuro empieza en TECH”*

La mejor universidad online del mundo según FORBES

La prestigiosa revista Forbes, especializada en negocios y finanzas, ha destacado a TECH como «la mejor universidad online del mundo». Así lo han hecho constar recientemente en un artículo de su edición digital en el que se hacen eco del caso de éxito de esta institución, «gracias a la oferta académica que ofrece, la selección de su personal docente, y un método de aprendizaje innovador orientado a formar a los profesionales del futuro».

El mejor claustro docente top internacional

El claustro docente de TECH está integrado por más de 6.000 profesores de máximo prestigio internacional. Catedráticos, investigadores y altos ejecutivos de multinacionales, entre los cuales se destacan Isaiah Covington, entrenador de rendimiento de los Boston Celtics; Magda Romanska, investigadora principal de MetaLAB de Harvard; Ignacio Wistuba, presidente del departamento de patología molecular traslacional del MD Anderson Cancer Center; o D.W Pine, director creativo de la revista TIME, entre otros.

La mayor universidad digital del mundo

TECH es la mayor universidad digital del mundo. Somos la mayor institución educativa, con el mejor y más amplio catálogo educativo digital, cien por cien online y abarcando la gran mayoría de áreas de conocimiento. Ofrecemos el mayor número de titulaciones propias, titulaciones oficiales de posgrado y de grado universitario del mundo. En total, más de 14.000 títulos universitarios, en once idiomas distintos, que nos convierten en la mayor institución educativa del mundo.



Los planes de estudio más completos del panorama universitario

TECH ofrece los planes de estudio más completos del panorama universitario, con temarios que abarcan conceptos fundamentales y, al mismo tiempo, los principales avances científicos en sus áreas científicas específicas. Asimismo, estos programas son actualizados continuamente para garantizar al alumnado la vanguardia académica y las competencias profesionales más demandadas. De esta forma, los títulos de la universidad proporcionan a sus egresados una significativa ventaja para impulsar sus carreras hacia el éxito.

Un método de aprendizaje único

TECH es la primera universidad que emplea el *Relearning* en todas sus titulaciones. Se trata de la mejor metodología de aprendizaje online, acreditada con certificaciones internacionales de calidad docente, dispuestas por agencias educativas de prestigio. Además, este disruptivo modelo académico se complementa con el "Método del Caso", configurando así una estrategia de docencia online única. También en ella se implementan recursos didácticos innovadores entre los que destacan vídeos en detalle, infografías y resúmenes interactivos.

La universidad online oficial de la NBA

TECH es la universidad online oficial de la NBA. Gracias a un acuerdo con la mayor liga de baloncesto, ofrece a sus alumnos programas universitarios exclusivos, así como una gran variedad de recursos educativos centrados en el negocio de la liga y otras áreas de la industria del deporte. Cada programa tiene un currículo de diseño único y cuenta con oradores invitados de excepción: profesionales con una distinguida trayectoria deportiva que ofrecerán su experiencia en los temas más relevantes.

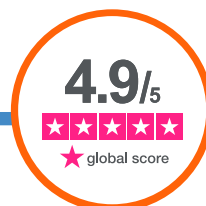
Líderes en empleabilidad

TECH ha conseguido convertirse en la universidad líder en empleabilidad. El 99% de sus alumnos obtienen trabajo en el campo académico que ha estudiado, antes de completar un año luego de finalizar cualquiera de los programas de la universidad. Una cifra similar consigue mejorar su carrera profesional de forma inmediata. Todo ello gracias a una metodología de estudio que basa su eficacia en la adquisición de competencias prácticas, totalmente necesarias para el desarrollo profesional.



Google Partner Premier

El gigante tecnológico norteamericano ha otorgado a TECH la insignia Google Partner Premier. Este galardón, solo al alcance del 3% de las empresas del mundo, pone en valor la experiencia eficaz, flexible y adaptada que esta universidad proporciona al alumno. El reconocimiento no solo acredita el máximo rigor, rendimiento e inversión en las infraestructuras digitales de TECH, sino que también sitúa a esta universidad como una de las compañías tecnológicas más punteras del mundo.



La universidad mejor valorada por sus alumnos

Los alumnos han posicionado a TECH como la universidad mejor valorada del mundo en los principales portales de opinión, destacando su calificación más alta de 4,9 sobre 5, obtenida a partir de más de 1.000 reseñas. Estos resultados consolidan a TECH como la institución universitaria de referencia a nivel internacional, reflejando la excelencia y el impacto positivo de su modelo educativo.



03

Plan de estudios

El itinerario de este programa universitario está diseñado por expertos en Entrenamiento Personal Terapéutico. Gracias a ello, los profesionales profundizarán en temas esenciales como la prescripción de ejercicio físico en patologías como obesidad, diabetes tipo 2 y síndrome metabólico, así como en la aplicación de protocolos clínicos específicos para cada condición. Además, se examinarán los efectos del sedentarismo desde una perspectiva fisiopatológica, la planificación de programas individualizados y el abordaje de tratamientos complementarios. Todo el contenido se organizará con un enfoque riguroso y actualizado, orientado a responder a las demandas clínicas del entorno terapéutico.



“

Este plan de estudios te proporcionará las bases científicas necesarias para diseñar programas de ejercicio físico adaptados a patologías como la obesidad”

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 (inicio 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 cardíacas 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 cardíaca
 - 6.8.2. Modalidades de ejercicio
 - 6.8.3. Rehabilitación cardíaca: 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 osteoarticulares 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 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 realización 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 esquelético
 - 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 Infante Juvenil y Adulto Mayor

- 10.1. Abordaje del ejercicio físico en edades infante - 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 infante 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 infante 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



TECH Universidad te brindará una metodología diferencial que favorecerá el desarrollo de competencias clave en un ámbito caracterizado por su constante evolución”

04

Objetivos docentes

Esta titulación universitaria tiene como meta principal ofrecer a los profesionales un conocimiento integral para abordar con precisión los desafíos del Entrenamiento Personal Terapéutico. A través de un enfoque basado en la evidencia y en prácticas actualizadas, este programa universitario permitirá desarrollar las competencias necesarias para intervenir de manera efectiva en diversas condiciones patológicas. Además, se profundizará en temas como el ejercicio físico en la etapa infanto - juvenil y durante el embarazo. De este modo, los profesionales adquirirán herramientas clave para diseñar programas terapéuticos que optimicen la salud y funcionalidad, mejorando el bienestar general y favoreciendo la recuperación física.



“

Explorarás las principales consideraciones sobre el ejercicio físico en la etapa infanto - juvenil a través de contenidos didácticos en formatos multimedia innovadores”

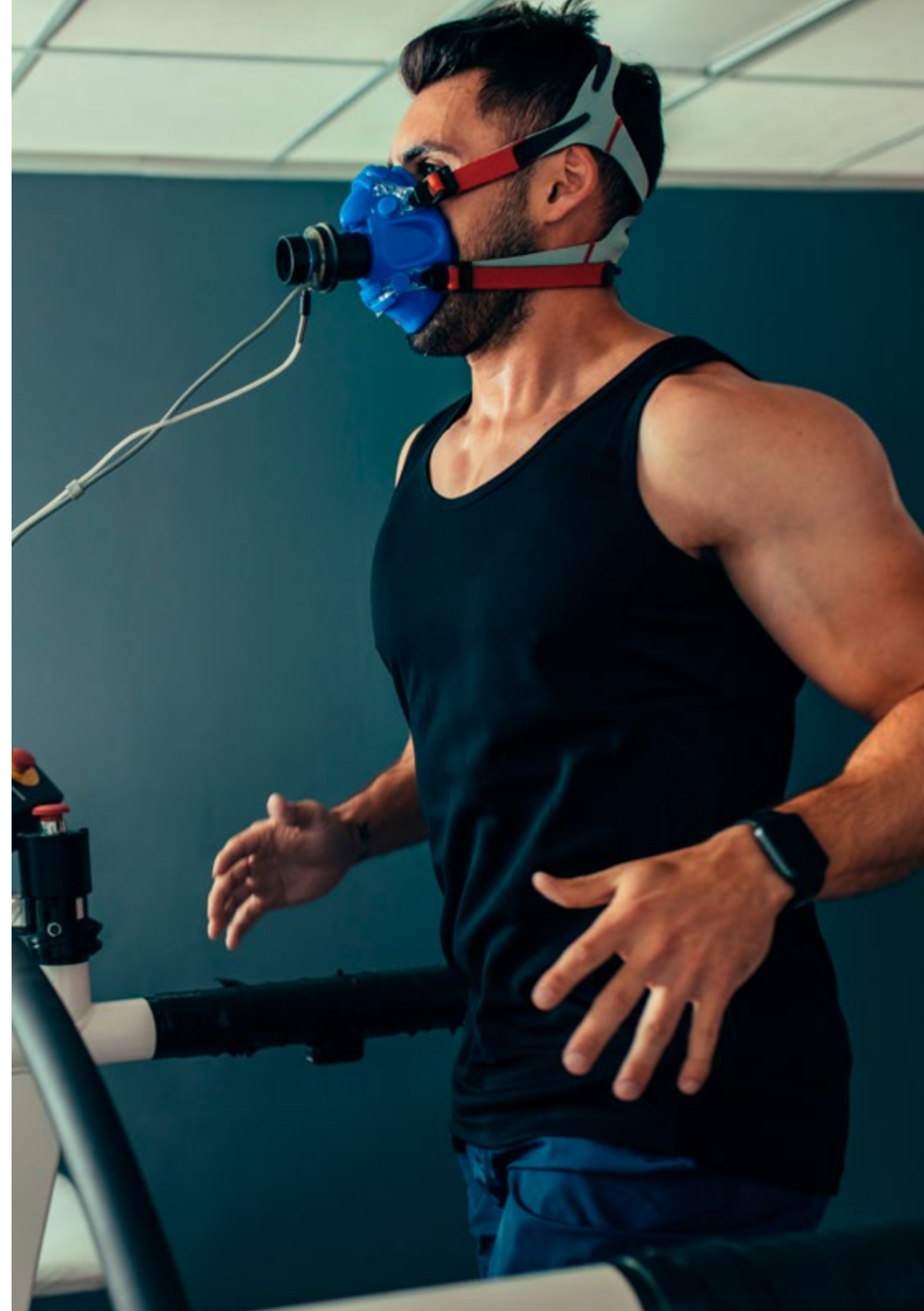


Objetivo general

- ♦ La finalidad de este Máster Semipresencial en Entrenamiento Personal Terapéutico es dotar a los profesionales con habilidades esenciales para el desarrollo de intervenciones terapéuticas personalizadas. A lo largo del programa universitario, se abordará el diseño y la aplicación de protocolos de ejercicio físico adaptados a diversas condiciones clínicas, con un enfoque práctico y basado en la evidencia. De este modo, se capacitará a los profesionales para optimizar la salud y el bienestar de los pacientes, promoviendo una recuperación funcional efectiva y mejorando la calidad de vida a través del entrenamiento físico específico



Accederás a una propuesta con metodología online y enfoque práctico, basada en conocimientos transmitidos por expertos”





Objetivos específicos

Módulo 1. La Patología en el Contexto Socio - Sanitario Actual

- ♦ Analizar la relación entre sedentarismo y patologías, destacando la importancia de cambiar el estilo de vida
- ♦ Evaluar los beneficios del ejercicio físico en la salud y su adaptación biológica

Módulo 2. Criterios Generales para el Diseño de Programas de Ejercicio Físico en Población Especial

- ♦ Desarrollar programas de ejercicio para población especial, aplicando protocolos adecuados
- ♦ Aplicar principios generales del entrenamiento para mejorar la salud

Módulo 3. Obesidad y Ejercicio Físico

- ♦ Evaluar la obesidad y sus comorbilidades mediante herramientas y protocolos adecuados
- ♦ Aplicar estrategias de ejercicio físico para la prevención y mejora de la obesidad

Módulo 4. Diabetes y Ejercicio Físico

- ♦ Valorar el estado clínico de pacientes con diabetes para una intervención adecuada mediante ejercicio físico
- ♦ Aplicar estrategias de ejercicio físico para el control de la glucemia y el tratamiento de la diabetes *mellitus*

Módulo 5. Síndrome Metabólico y Ejercicio Físico

- ♦ Valorar la condición clínica de pacientes con síndrome metabólico para diseñar programas de ejercicio adecuados
- ♦ Implementar estrategias de ejercicio físico para la mejora del síndrome metabólico y sus comorbilidades

Módulo 6. Enfermedades Cardiovasculares

- ♦ Evaluar el riesgo cardiovascular en pacientes con enfermedades cardíacas para adaptar los programas de ejercicio físico
- ♦ Planificar entrenamientos de fuerza y resistencia ajustados a las necesidades de pacientes con enfermedades cardiovasculares

Módulo 7. Patología Osteoarticular y Dolor Lumbar Inespecífico

- ♦ Definir objetivos y procesos evaluativos en entrenamiento osteoarticular
- ♦ Aplicar protocolos no farmacológicos para el dolor lumbar y osteoporosis

Módulo 8. Patología Respiratoria y Ejercicio Físico

- ♦ Evaluar la función pulmonar y la capacidad funcional en patologías respiratorias
- ♦ Aplicar protocolos de rehabilitación respiratoria en pacientes con EPOC

Módulo 9. Ejercicio Físico y Embarazo

- ♦ Identificar las principales modificaciones morfofuncionales que experimenta la mujer durante el embarazo
- ♦ Desarrollar programas de ejercicio físico adaptados a cada trimestre del embarazo, considerando las necesidades específicas

Módulo 10. Ejercicio Físico en Etapa Infante Juvenil y Adulto Mayor

- ♦ Evaluar el desarrollo físico y motor en las etapas infante - juveniles, considerando la maduración y las fases sensibles
- ♦ Diseñar programas de ejercicio físico que favorezcan el desarrollo de la fuerza, la velocidad y la flexibilidad en niños y adolescentes

05 Prácticas

Una vez completada la fase online, los profesionales tendrán la oportunidad de avanzar hacia una entidad de referencia, lo que les permitirá profundizar y enriquecer sus conocimientos adquiridos. De hecho, durante esta etapa presencial, estarán acompañados y guiados por un tutor especializado, quien les brindará el apoyo necesario para aplicar lo aprendido y seguir desarrollando sus competencias en un entorno profesional de alto nivel.



“

Estas prácticas te facilitarán la incorporación de los enfoques de entrenamiento más avanzados, promoviendo su integración efectiva en el ámbito profesional”

El período de capacitación práctica de este programa universitario en Entrenamiento Personal Terapéutico está compuesto por una estancia intensiva en un centro de referencia de 3 semanas de duración, con jornadas de lunes a viernes de 8 horas consecutivas, siempre bajo la supervisión directa de un especialista adjunto. Esta estancia brindará a los egresados la oportunidad de trabajar en un entorno real, junto a un equipo de expertos reconocidos en el área, permitiéndoles aplicar las técnicas más avanzadas en el entrenamiento terapéutico.

En esta propuesta académica, completamente práctica, las actividades están enfocadas en el desarrollo y perfeccionamiento de las competencias necesarias para ofrecer servicios de Entrenamiento Personal Terapéutico, que requieren un alto nivel de especialización. A su vez, esta metodología se orientará específicamente a capacitar al alumnado para desempeñar su actividad en cualquier entorno profesional relacionado con el ámbito del entrenamiento físico y terapéutico.

De este modo, la titulación universitaria se configura como una oportunidad única para que los profesionales se especialicen en un entorno de vanguardia tecnológica. Además, tendrán la oportunidad de integrar las estrategias clave del Entrenamiento Personal Terapéutico en escenarios reales y en instalaciones plenamente equipadas, lo que les permitirá perfeccionar y optimizar sus competencias en un contexto dinámico y de alto nivel.

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 deportiva (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 estará sujeta a la disponibilidad propia del centro y su volumen de trabajo, siendo las actividades propuestas las siguientes:



Realizarás una estancia intensiva y presencial en un centro de referencia en el ámbito del Entrenamiento Personal Terapéutico"



Módulo	Actividad Práctica
Evaluación y diagnóstico	Entrevistar al cliente para evaluar su estado actual y recopilar información relevante
	Realizar mediciones antropométricas, evaluar la postura y movilidad, y realizar pruebas de fuerza y resistencia, entre otras
	Administrar cuestionarios de personalidad y pruebas de habilidades sociales para evaluar aspectos psicológicos
	Revisar los antecedentes médicos y de salud del cliente, identificando posibles limitaciones o condiciones preexistentes que puedan influir en el programa de entrenamiento
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
	Establecer metas a corto y largo plazo junto al cliente, asegurándose de que sean alcanzables y alineadas con sus objetivos personales
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
	Adaptar y modificar los entrenamientos en tiempo real según las necesidades y capacidades del cliente, ajustando la intensidad y el tipo de ejercicio para maximizar los resultados y prevenir lesiones
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
	Proporcionar retroalimentación constructiva y motivacional, fomentando la adherencia al programa de entrenamiento y promoviendo una actitud positiva hacia los objetivos del cliente

Seguro de responsabilidad civil

La máxima preocupación de la universidad 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, la universidad 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 de 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 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.

06

Centros de prácticas

TECH Universidad ofrecerá al alumnado una experiencia de capacitación única dado que el profesional podrá realizar prácticas en centros de prestigio dedicados al Entrenamiento Personal Terapéutico. A través de esta colaboración con diversas instituciones de renombre distribuidas a lo largo de la geografía nacional. De este modo, TECH Universidad se asegura que los profesionales puedan aplicar sus conocimientos en escenarios reales y variados, lo que les permitirá perfeccionar sus habilidades y adquirir una experiencia invaluable en el campo.



“

Un tutor especializado en el área te acompañará el proceso de prácticas, orientando el fortalecimiento de los conocimientos adquiridos”

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



Ciencias del deporte

Club Metropolitano 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



Ciencias del deporte

Club Metropolitano 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



Ciencias del deporte

Club Metropolitano 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



Ciencias del deporte

Club Metropolitano Las Arenas

País: España
Ciudad: Barcelona

Dirección: Gran Vía 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



Ciencias del deporte

Club Metropolitano 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



Ciencias del deporte

Club Metropolitano 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



Ciencias del deporte

Club Metropolitano 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



Ciencias del deporte

Club Metropolitano 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



Ciencias del deporte

Club Metropolitan Eurobuilding

País Ciudad
España 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

Ciencias del deporte

Club Metropolitan Isozaki

País Ciudad
España 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

Ciencias del deporte

Club Metropolitan Begoña

País Ciudad
España 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

Ciencias del deporte

Club Metropolitan Romareda

País Ciudad
España 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

Ciencias del deporte

Club Metropolitan Paraíso

País Ciudad
España 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

Ciencias del deporte

Club Metropolitan Sevilla

País Ciudad
España 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

Ciencias del deporte

Club Metropolitan Gijón

País Ciudad
España 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

Ciencias del deporte

Club Metropolitan Vigo

País Ciudad
España 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



Ciencias del deporte

Club Metropolitano 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



Ciencias del deporte

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



Ciencias del deporte

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



Ciencias del deporte

Fitness 4 All

País: España
Ciudad: Madrid

Dirección: C. de Virgen de Lluç, 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



Ciencias del deporte

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



Ciencias del deporte

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



Ciencias del deporte

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



Ciencias del deporte

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



Ciencias del deporte

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



Ciencias del deporte

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



Ciencias del deporte

Club Metropolitano Plenilunio

País
España

Ciudad
Madrid

Dirección: C. de Aracne, s / n, San Blas-Canillejas,
28022 Madrid, España

Club que combina las últimas novedades
y tendencias de fitness, belleza, SPA,
medicina deportiva y nutrición

Capacitaciones prácticas relacionadas:

-Entrenamiento Personal Terapéutico
-Monitor de Gimnasio



Ciencias del deporte

Club Metropolitano Ourense

País
España

Ciudad
Ourense

Dirección: Rúa do Progreso, 85,
32003 Ourense, España

Club que combina las últimas novedades
y tendencias de fitness, belleza, SPA,
medicina deportiva y nutrición

Capacitaciones prácticas relacionadas:

-Entrenamiento Personal Terapéutico
-Monitor de Gimnasio



Ciencias del deporte

Club Metropolitano San Sebastián

País
España

Ciudad
Gipuzkoa

Dirección: Pio Baroja, 15, 20008
Donostia-San Sebastian, Gipuzkoa

Club que combina las últimas novedades
y tendencias de fitness, belleza, SPA,
medicina deportiva y nutrición

Capacitaciones prácticas relacionadas:

-Entrenamiento Personal Terapéutico
-Monitor de Gimnasio



Ciencias del deporte

Club Metropolitano Sant Just

País
España

Ciudad
Barcelona

Dirección: Carrer de Frederic Mompou, 1, 08960
Sant Just Desvern, Barcelona

Club que combina las últimas novedades
y tendencias de fitness, belleza, SPA,
medicina deportiva y nutrición

Capacitaciones prácticas relacionadas:

-Entrenamiento Personal Terapéutico
-Monitor de Gimnasio



Ciencias del deporte

Centro Sano San Pedro

País
España

Ciudad
Burgos

Dirección: San Pedro y San Felices
nº15-nº17. 09001. Burgos

Asesor en administración de empresas en Madrid

Capacitaciones prácticas relacionadas:

-Entrenamiento Personal Terapéutico
-Nutrición Deportiva



Ciencias del deporte

Centro Sano Paseo de la Isla

País
España

Ciudad
Burgos

Dirección: Paseo la Isla, 7. 09003. Burgos

Asesor en administración de empresas en Madrid

Capacitaciones prácticas relacionadas:

-Entrenamiento Personal Terapéutico
-Nutrición Deportiva



Ciencias del deporte

Centro Sano López Bravo

País	Ciudad
España	Burgos

Dirección: C/ López Bravo 1, Puerta 4, módulo 4.
09001. Villalonquejar

Asesor en administración de empresas en Madrid

Capacitaciones prácticas relacionadas:

- Entrenamiento Personal Terapéutico
- Nutrición Deportiva





“

Inscríbete ahora y avanza en tu campo de trabajo con un programa integral, que te permitirá poner en práctica todo lo aprendido”

07

Salidas profesionales

Al concluir este programa universitario, el egresado tendrá acceso a un amplio espectro de oportunidades profesionales en sectores clave del ámbito del Entrenamiento Personal Terapéutico. Gracias a su dominio de técnicas avanzadas y a la experiencia adquirida en centros especializados, estará preparado para ocupar posiciones de relevancia en gimnasios de alto rendimiento, centros de rehabilitación, clínicas deportivas y consultorios privados. De este modo, podrá contribuir a la mejora de la salud y bienestar de sus clientes, destacándose por su capacidad para diseñar planes personalizados y adaptados a diversas necesidades terapéuticas.



“

Te prepararás para ser un referente en el diseño de entrenamientos personalizados para la prevención y rehabilitación de lesiones en centros de rehabilitación”

Perfil del egresado

El egresado será capaz de liderar procesos de rehabilitación en entornos especializados, aplicando técnicas avanzadas de evaluación y tratamiento. De hecho, contará con un profundo conocimiento en fisiología del ejercicio y su relación con las lesiones, lo que le permitirá diseñar planes personalizados para cada paciente. Además, sabrá integrar innovaciones tecnológicas y metodologías científicas para optimizar el rendimiento y acelerar la recuperación. Como resultado, podrá aplicar a clínicas deportivas y en colaboración con otros profesionales de la salud, destacándose por su capacidad de adaptación a diversos contextos clínicos.

Ampliarás tu perspectiva sobre el impacto de las innovaciones tecnológicas en los procesos terapéuticos, integrando con precisión herramientas digitales.

- ♦ **Pensamiento crítico:** analizar de manera objetiva las necesidades del paciente, interpretar datos clínicos y tomar decisiones informadas que mejoren los procesos de recuperación y prevención de lesiones
- ♦ **Comunicación empática:** establecer vínculos de confianza con los usuarios, comprendiendo sus emociones y motivaciones, lo cual favorece la adherencia al tratamiento y mejora la experiencia terapéutica
- ♦ **Trabajo colaborativo:** interactuar eficazmente con profesionales del área médica, fisioterapéutica y deportiva, coordinando estrategias de intervención con enfoque integral
- ♦ **Gestión del tiempo:** planificar y ejecutar sesiones personalizadas de manera eficiente, equilibrando la carga de trabajo y garantizando el seguimiento adecuado de cada caso clínico



Después de realizar el programa universitario, podrás desempeñar tus conocimientos y habilidades en los siguientes cargos:

1. **Entrenador Personal Terapéutico:** encargado de diseñar y supervisar programas de ejercicio físico adaptado a personas con patologías, limitaciones funcionales o en procesos de rehabilitación.

Responsabilidad: Planificar y supervisar programas de ejercicio físico adaptado, con el objetivo de mejorar la condición funcional, prevenir lesiones y favorecer la recuperación de personas con necesidades específicas.

2. **Asesor en Actividad Física para la Salud:** dedicado a promover estilos de vida activos, diseñando rutinas individualizadas para prevenir enfermedades crónicas y mejorar la calidad de vida.

Responsabilidad: Promover hábitos de vida activos y sostenibles, ajustando recomendaciones y planes de ejercicio a las condiciones físicas, edad y objetivos de cada persona.

3. **Líder de Programas de Ejercicio Adaptado:** responsable de planificar, implementar y evaluar programas de ejercicio dirigidos a poblaciones con necesidades especiales, en centros de salud o instituciones deportivas.

Responsabilidad: Diseñar, implementar y supervisar planes de actividad física ajustados a las capacidades y limitaciones de personas con condiciones específicas, ya sean físicas, sensoriales o cognitivas.

4. **Consultor en Prevención de Lesiones Musculoesqueléticas:** dedicado a analizar factores de riesgo y desarrollar estrategias de intervención para evitar lesiones en contextos deportivos o laborales.

Responsabilidad: Identificar factores de riesgo en entornos laborales, deportivos o clínicos, y propone estrategias de intervención para minimizar la incidencia de lesiones.

5. **Técnico en Rehabilitación Física:** encargado de colaborar con fisioterapeutas y médicos en la aplicación práctica de rutinas terapéuticas que promuevan la recuperación de la funcionalidad corporal.

Responsabilidad: Implementar programas de rehabilitación para pacientes que han sufrido lesiones musculoesqueléticas, neurológicas o traumáticas.

6. **Entrenador en Salud Musculoesquelética:** dedicado a brindar orientación y capacitación sobre el cuidado del cuerpo y la práctica de ejercicio seguro, especialmente en poblaciones vulnerables.

Responsabilidad: Promover hábitos saludables relacionados con el sistema musculoesquelético, tanto en la prevención como en la rehabilitación de lesiones.



Diseñarás intervenciones orientadas a mejorar la movilidad, la fuerza y la funcionalidad en personas con limitaciones físicas”

08

Metodología de estudio

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

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



“

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

El alumno: la prioridad de todos los programas de TECH

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

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

“

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



Los planes de estudios más exhaustivos a nivel internacional

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

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

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

“

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

Case studies o Método del caso

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

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

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



Método Relearning

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

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

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

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



Un Campus Virtual 100% online con los mejores recursos didácticos

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

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

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

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



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

La eficacia del método se justifica con cuatro logros fundamentales:

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

La metodología universitaria mejor valorada por sus alumnos

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

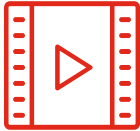
La valoración de los estudiantes sobre la calidad docente, calidad de los materiales, estructura del curso y sus objetivos es excelente. No en valde, la institución se convirtió en la universidad mejor valorada por sus alumnos según el índice global score, obteniendo un 4,9 de 5.

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

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



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



Material de estudio

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

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



Prácticas de habilidades y competencias

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



Resúmenes interactivos

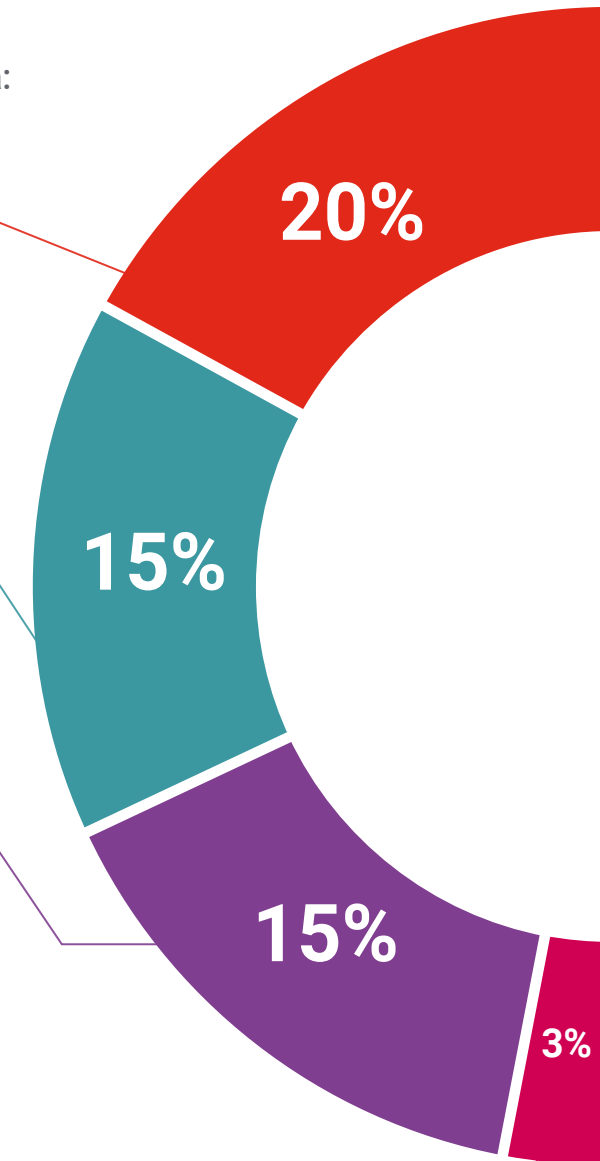
Presentamos los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audio, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

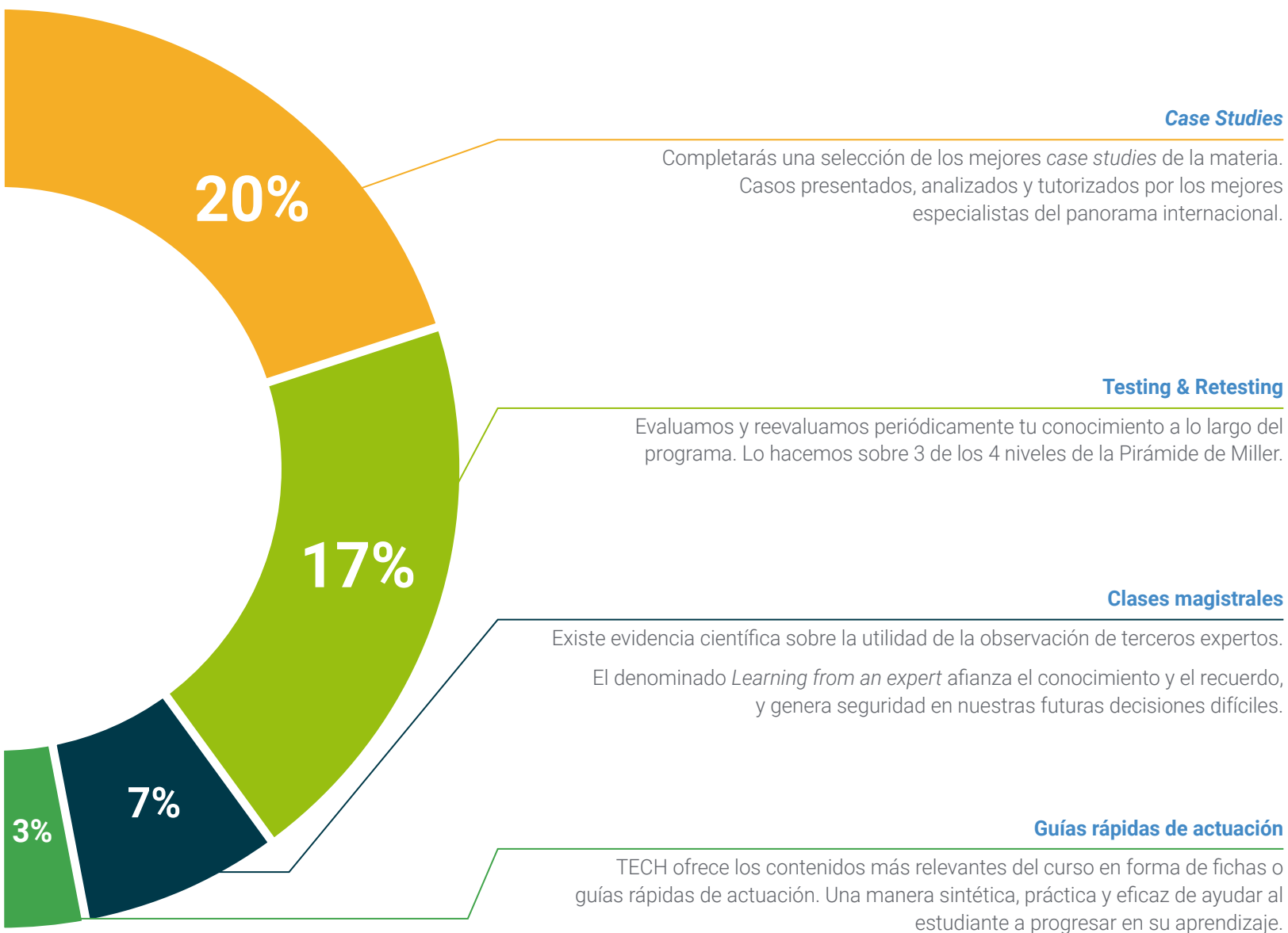
Este sistema exclusivo educativo para la presentación de contenidos multimedia fue premiado por Microsoft como "Caso de éxito en Europa".



Lecturas complementarias

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





09

Cuadro docente

El equipo docente de este Máster Semipresencial en Entrenamiento Personal Terapéutico está integrado por expertos de renombre con vasta experiencia en las áreas de Entrenamiento Personal, terapia física y rehabilitación. Cada uno de ellos se especializa en disciplinas clave, lo que garantiza una capacitación integral y actualizada. Así, su enfoque multidisciplinario asegura que los contenidos del programa universitario sean tratados con profundidad y precisión, ofreciendo al alumnado una visión completa y avanzada de las mejores prácticas y técnicas del sector.





“

*Los expertos en Entrenamiento Personal
Terapéutico te guiarán a través de un programa
universitario que combina conocimientos
avanzados con experiencia práctica”*

Dirección



Dr. Rubina, Dardo

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

Profesores

Dña. Ávila, María Belén

- ♦ Psicóloga Deportiva y Nutricionista con consultorio privado
- ♦ Nutricionista en la Federación Argentina de Diabetes
- ♦ Nutricionista en el Comité Científico Adulto Mayor de la Sociedad Argentina de Diabetes
- ♦ Psicóloga Deportiva del Club Atlético Vélez Sarsfield
- ♦ Experta en Terapia Integral para el Tratamiento del Sobrepeso y Obesidad por el Centro de Investigaciones Metabólicas
- ♦ Educadora Certificada en Diabetes por la Sociedad Argentina de Diabetes
- ♦ Especialista en Psicología Deportiva por la Asociación de Psicología del Deporte Argentina
- ♦ Licenciada en Psicología por la Universidad del Salvador
- ♦ Licenciada en Alto Rendimiento Deportivo por la Universidad Nacional de Lomas de Zamora
- ♦ Miembro de: Comité Científico Psicología del Hospital de Clínicas José de San Martín

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.º1 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
- ♦ 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
- ♦ 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
- ♦ Maestría en Educación Física por la Universidad Nacional de Lomas de Zamora
- ♦ Licenciado en Educación Física por la Universidad Nacional de General San Martín
- ♦ Licenciado en Kinesiología y Fisiatría por el Instituto Universitario HA Barceló





“

*Aprovecha la oportunidad para conocer
los últimos avances en esta materia
para aplicarla a tu práctica diaria"*

10 Titulación

El Máster Semipresencial en Entrenamiento Personal Terapéutico garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Máster Semipresencial expedido por TECH Universidad.





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

Este **Máster Semipresencial en Entrenamiento Personal Terapéutico** contiene el programa universitario más completo y actualizado del mercado.

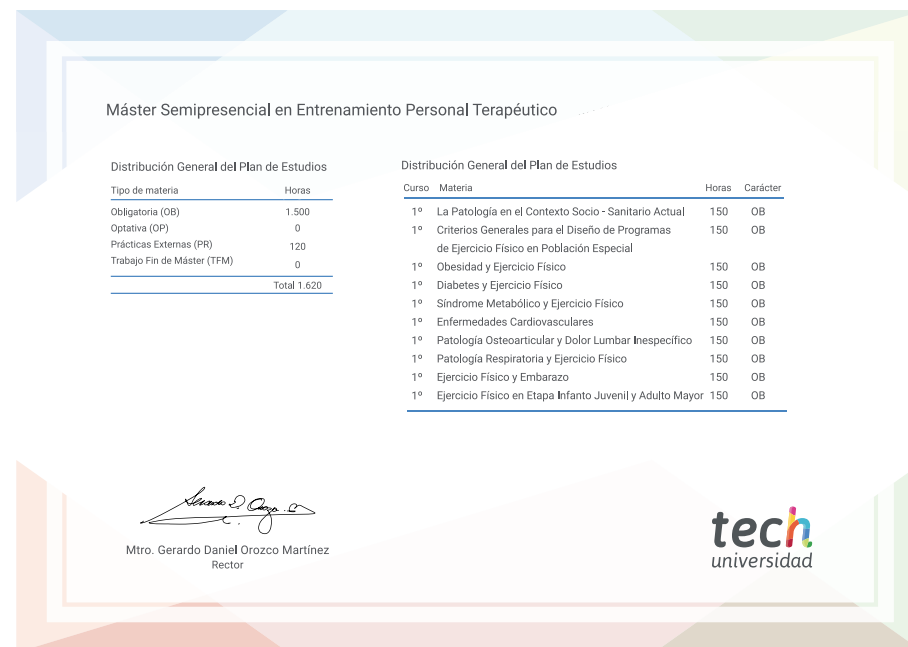
Tras la superación de la evaluación, el alumno recibirá por correo postal* con acuse de recibo su correspondiente título de **Máster Semipresencial** emitido por **TECH Universidad**.

Este título expedido por **TECH Universidad** expresará la calificación que haya obtenido en el Máster Semipresencial, y reunirá los requisitos comúnmente exigidos por las bolsas de trabajo, oposiciones y comités evaluadores de carreras profesionales.

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

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

Duración: **12 meses**





Máster Semipresencial

Entrenamiento
Personal Terapéutico

Modalidad: Semipresencial (Online + Prácticas)

Duración: 12 meses

Titulación: TECH Universidad

Máster Semipresencial

Entrenamiento Personal Terapéutico

Avalado por la NBA



tech
universidad