

Curso

Nutrição para Paratletas

Reconhecido pela NBA





tech universidade
tecnológica

Curso Nutrição para Paratletas

- » Modalidade: online
- » Duração: 6 semanas
- » Certificado: TECH Universidade Tecnológica
- » Dedicção: 16h/semana
- » Horário: no seu próprio ritmo
- » Provas: online

Acesso ao site: www.techtute.com/br/ciencias-do-esporte/curso/nutricao-paratletas

Índice

01

Apresentação

pág. 4

02

Objetivos

pág. 8

03

Direção do curso

pág. 12

04

Estrutura e conteúdo

pág. 16

05

Metodologia

pág. 20

06

Certificado

pág. 28

01

Apresentação

Este programa engloba diferentes situações nutricionais que podemos encontrar em um paratleta, com uma alta qualidade técnica e científica e um componente prático que se destaca das demais capacitações disponíveis em outras instituições.





“

Alimentação e esporte devem andar lado a lado, pois é essencial que o atleta adquira uma dieta adequada que lhe ajude a melhorar seu desempenho”

Neste programa, os alunos aprenderão as diferentes estratégias para resolver e antecipar problemas que possam surgir durante um teste ou sessão de treinamento para paratletas, resolver quaisquer dúvidas que possam surgir ao lidar com o atleta, além de como ensiná-los da melhor maneira possível os aspectos básicos da nutrição esportiva.

Este Curso de Nutrição para Paratletas aborda as diferenças que existem entre as diversas categorias, de acordo com suas limitações físicas e cognitivas. Além disso, no desenvolvimento deste programa, os estudantes adquirirão os conhecimentos necessários para detectar problemas nutricionais e estabelecer um planejamento nutricional para este tipo de atleta. Além disso, serão capazes de atualizar seus conhecimentos, com base nas atuais evidências científicas, sobre a gestão de ajudas ergogênicas em paratletas e para melhorar seu desempenho esportivo.

O plano de estudos conta com um conteúdo multimídia que ajuda a adquirir o conhecimento ministrado, desenvolvido com a mais recente tecnologia educacional. Por sua vez, permitirá ao aluno uma aprendizagem situada e contextualizada, dentro de um ambiente simulado que proporciona uma capacitação focada na solução de problemas reais.

Por se tratar de um programa online, os alunos não serão condicionados por horários fixos ou pela necessidade de se deslocar para outro local físico, mas podem acessar o conteúdo a qualquer hora do dia, conciliando seu trabalho ou vida pessoal com sua vida acadêmica.

Este **Curso de Nutrição para Nutrição para Paratletas** conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado. Suas principais características são:

- ◆ O conteúdo gráfico, esquemático e extremamente prático, proporciona informações que são essenciais para o exercício da profissão
- ◆ Exercícios onde é possível realizar o processo de autoavaliação para melhorar a aprendizagem
- ◆ Sistema de aprendizagem interativo baseado em algoritmos para a tomada de decisões em relação a pacientes com problemas de alimentação
- ◆ Lições teóricas, perguntas aos especialistas, fóruns de discussão sobre temas controversos e trabalhos de reflexão individual
- ◆ Disponibilidade de acesso a todo o conteúdo a partir de qualquer dispositivo, fixo ou portátil, com conexão à Internet



Conheça as dietas mais adequadas para cada tipo de atleta e você será capaz de dar conselhos mais personalizados"

“

Este Curso é o melhor investimento que você pode fazer na seleção de um programa de capacitação por duas razões: além de atualizar seus conhecimentos em nutrição esportiva, você obterá um certificado da principal universidade online do mundo, a TECH”

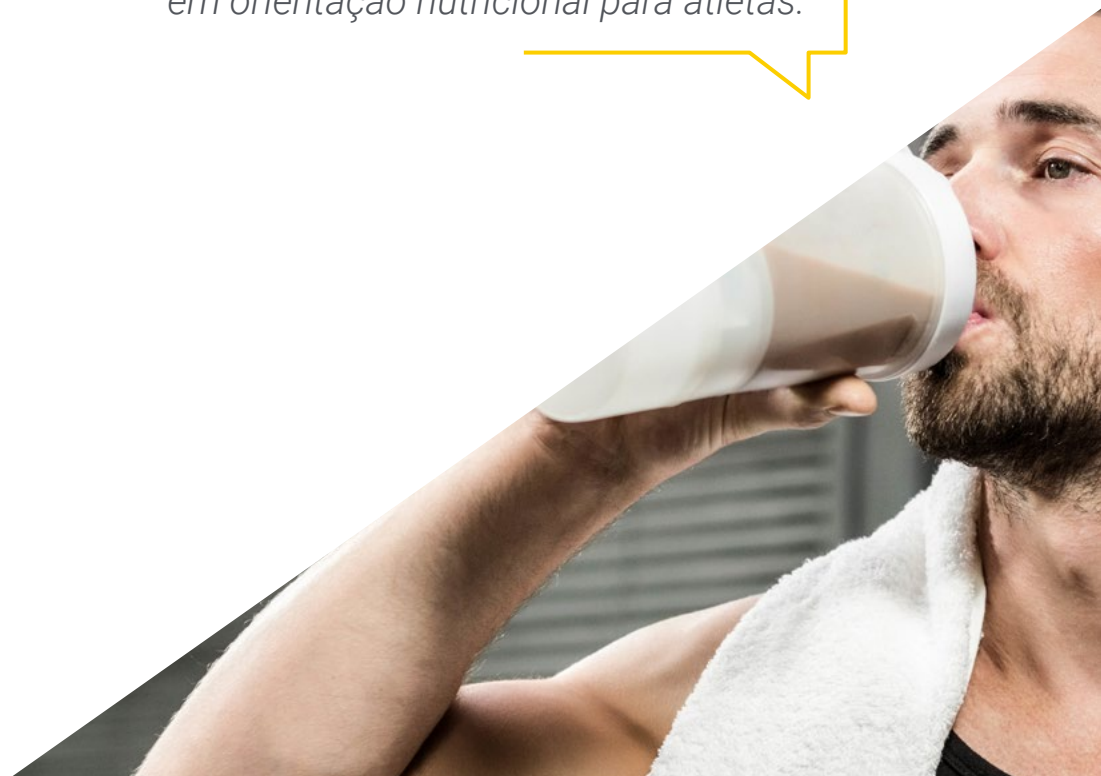
O corpo docente inclui profissionais da área de nutrição, que trazem a experiência de seu trabalho para esta capacitação, assim como especialistas reconhecidos de sociedades renomadas e universidades de prestígio.

O seu conteúdo multimídia, desenvolvido com a mais recente tecnologia educacional, oferece ao profissional uma aprendizagem contextualizada, ou seja, realizada através de um ambiente simulado, proporcionando uma capacitação imersiva e programada para praticar diante de situações reais.

Este programa se fundamenta na Aprendizagem Baseada em Problemas, onde o profissional deverá resolver as diferentes situações de prática profissional que surgirem ao longo do programa. Para isso, contarão com a ajuda de um sistema inovador de vídeo interativo criado por renomados especialistas em Nutrição Esportiva.

O Curso permite que você aprenda em ambientes simulados, o que proporciona uma aprendizagem imersiva programada para situações reais.

Aprofunde-se no estudo deste Curso completo e aprimore suas habilidades em orientação nutricional para atletas.



02

Objetivos

O principal objetivo do programa de estudos é o desenvolvimento do aprendizado teórico e prático, para que o profissional de Ciências do Esporte possa dominar de forma prática e rigorosa o estudo da Nutrição Esportiva em populações especiais.





“

Este programa de atualização lhe proporcionará uma sensação de segurança em sua prática diária, contribuindo para seu crescimento pessoal e profissional”



Objetivos gerais

- ◆ Dominar conhecimentos avançados sobre planejamento nutricional em esportistas profissionais e não profissionais para o desempenho saudável do exercício físico
- ◆ Gerenciar conhecimentos avançados de planejamento nutricional para atletas profissionais de diferentes modalidades a fim de atingir o máximo desempenho esportivo
- ◆ Gerenciar conhecimentos avançados de planejamento nutricional para atletas profissionais em modalidades de equipes, a fim de atingir o máximo desempenho esportivo
- ◆ Manejar e consolidar a iniciativa, o espírito empreendedor, para criar projetos relacionados à nutrição na atividade física e no esporte
- ◆ Saber incorporar os diferentes avanços científicos em seu próprio campo profissional
- ◆ Capacidade de trabalhar em um ambiente multidisciplinar
- ◆ Compreensão avançada do contexto no qual a área de sua especialidade se encontra
- ◆ Gerenciar habilidades avançadas para detectar os possíveis sinais de alteração nutricional associados à prática esportiva
- ◆ Gerenciar as habilidades necessárias através do processo de ensino e aprendizagem que lhes permitirá continuar a formação e aprendizagem no campo da nutrição esportiva, tanto através dos contatos estabelecidos com professores e profissionais desta capacitação como também de forma autônoma
- ◆ Especializar-se na estrutura do tecido muscular e suas implicações no esporte
- ◆ Compreender as necessidades energéticas e nutricionais dos atletas em diferentes situações fisiopatológicas
- ◆ Especializar-se nas necessidades energéticas e nutricionais dos atletas em diferentes situações específicas de idade e sexo
- ◆ Especializar-se em estratégias dietéticas para a prevenção e tratamento do esportista lesionado
- ◆ Especializar-se nas necessidades energéticas e nutricionais das crianças atletas
- ◆ Especializar-se nas necessidades energéticas e nutricionais dos esportistas paraolímpicos





Objetivos específicos

- ◆ Aprofundar nas diferenças entre as distintas categorias de paraesportistas e suas limitações fisiológico-metabólicas
- ◆ Determinar as necessidades nutricionais dos diferentes paratletas, a fim de estabelecer um plano nutricional preciso
- ◆ Aprofundar nos conhecimentos necessários para estabelecer interações entre a ingestão de fármacos e nutrientes nestes esportistas, a fim de evitar déficits
- ◆ Compreender a composição corporal dos paratletas em diferentes modalidades esportivas
- ◆ Aplicar as atuais evidências científicas sobre as ajudas nutricionais ergogênicas

“

Aproveite a oportunidade para se atualizar sobre as últimas novidades em Nutrição para Paratletas”

03

Direção do curso

A equipe de professores da TECH, especialista em Nutrição Esportiva, conta com um amplo reconhecimento na área e são profissionais com anos de experiência de ensino que se uniram para ajudar os estudantes a dar um impulso à sua profissão. Para isso, desenvolveram este programa de estudos com os últimos avanços na área, possibilitando que você se capacite e aumente suas habilidades neste setor.





“

Aprenda com os melhores profissionais e se torne também um profissional de sucesso”

Direção



Dr. Javier Marhuenda Hernández

- ♦ Nutricionista em clubes profissionais de futebol
- ♦ Chefe da área de nutrição esportiva da Albacete Balompié
- ♦ Responsável pela área de nutrição esportiva do UCAM Murcia de Fútbol
- ♦ Consultor científico da Nutrium
- ♦ Assessor Nutricional do Centro Impulso
- ♦ Palestrante e coordenador de estudos de pós-graduação
- ♦ Doutor em Nutrição e Segurança Alimentar pela UCAM
- ♦ Formado em Nutrição Humana e Dietética pela UCAM
- ♦ Mestrado em Nutrição Clínica pela UCAM
- ♦ Membro da Academia Espanhola de Nutrição e Dietética

Professores

Dr. Francisco Javier Martínez Noguera

- ♦ Nutricionista esportivo da CIARD-UCAM
- ♦ Nutricionista esportivo da Clínica Fisioterapia Jorge Lledó
- ♦ Assistente de pesquisa na CIARD-UCAM
- ♦ Nutricionista esportivo do UCAM Murcia Clube de Futebol
- ♦ Nutricionista do SANO Center
- ♦ Nutricionista esportivo do UCAM Murcia Clube de Basquetebol
- ♦ Doutor em Ciências do Esporte pela Universidade Católica San Antonio de Murcia
- ♦ Formado em Nutrição Humana e Dietética pela Universidade Católica San Antonio de Murcia
- ♦ Mestre em Nutrição e Segurança Alimentar pela Universidade Católica San Antonio de Murcia



04

Estrutura e conteúdo

A estrutura do conteúdo foi desenvolvida por uma equipe de profissionais conhecedores das implicações da capacitação na prática diária, conscientes da relevância das questões atuais na educação nutricional esportiva e comprometidos com a qualidade do ensino através de novas tecnologias educacionais.



“

*Este Curso de Nutrição para Paratletas
conta com o conteúdo científico mais
completo e atualizado do mercado”*

Módulo 1. Paratleta

- 1.1. Classificação e categorias em paratletas
 - 1.1.1. O que é um paratleta?
 - 1.1.2. Como são classificados os paratletas?
- 1.2. Ciência do esporte em paratletas
 - 1.2.1. Metabolismo e fisiologia
 - 1.2.2. Biomecânica
 - 1.2.3. Psicologia
- 1.3. Requisitos de energia e hidratação em paratletas
 - 1.3.1. Ótimas demandas de energia para treinamento
 - 1.3.2. Planejamento de hidratação antes, durante e depois dos treinamentos e competições
- 1.4. Problemas nutricionais em diferentes categorias de paraesportistas de acordo com sua patologia ou anomalia
 - 1.4.1. Lesões da medula espinhal
 - 1.4.2. Paralisia cerebral e lesões cerebrais adquiridas
 - 1.4.3. Amputados
 - 1.4.4. Deficiência visual e auditiva
 - 1.4.5. Deficiências intelectuais
- 1.5. Planejamento nutricional em paratletas com lesão medular e paralisia cerebral e lesões cerebrais adquiridas
 - 1.5.1. Requisitos nutricionais (macro e micronutrientes)
 - 1.5.2. Transpiração e reposição de líquidos durante o exercício
- 1.6. Planejamento nutricional em paratletas com amputações
 - 1.6.1. Necessidades energéticas
 - 1.6.2. Macronutrientes
 - 1.6.3. Termorregulação e hidratação
 - 1.6.4. Questões nutricionais relacionadas às próteses
- 1.7. Planejamento e problemas nutricionais em paratletas com deficiência visual e déficits intelectuais
 - 1.7.1. Problemas de nutrição esportiva com deficiência visual: retinite pigmentosa, retinopatia diabética, albinismo, doença de Stargardt e patologias da audição
 - 1.7.2. Problemas de nutrição esportiva com deficiências intelectuais: síndrome de Down, autismo e Asperger, fenilcetonúria





- 1.8. Composição do corpo em paratletas
 - 1.8.1. Técnicas de medição
 - 1.8.2. Fatores que influenciam a confiabilidade de diferentes métodos de medição
- 1.9. Farmacologia e interações com nutrientes
 - 1.9.1. Diferentes tipos de medicamentos ingeridos por paratletas
 - 1.9.2. Carências de micronutrientes em paratletas
- 1.10. Ajudas ergogênicas
 - 1.10.1. Suplementos potencialmente benéficos para os paratletas
 - 1.10.2. Consequências negativas para a saúde e contaminação e problemas de dopagem devido à ingestão de produtos ergogênicos

“

*Uma experiência de capacitação
única, fundamental e decisiva
para impulsionar seu
crescimento profissional”*

05

Metodologia

Esta capacitação oferece uma maneira diferente de aprender. Nossa metodologia é desenvolvida através de um modelo de aprendizagem cíclico: **o Relearning**. Este sistema de ensino é utilizado, por exemplo, nas faculdades de medicina mais prestigiadas do mundo e foi considerado um dos mais eficazes pelas principais publicações científicas, como o *New England Journal of Medicine*.



“

Descubra o Relearning, um sistema que abandona a aprendizagem linear convencional para realizá-la através de sistemas de ensino cíclicos: uma forma de aprendizagem que se mostrou extremamente eficaz, especialmente em disciplinas que requerem memorização"

Estudo de caso para contextualizar todo o conteúdo

Nosso programa oferece um método revolucionário para desenvolver as habilidades e o conhecimento. Nosso objetivo é fortalecer as competências em um contexto de mudança, competitivo e altamente exigente.

“

Com a TECH você irá experimentar uma forma de aprender que está revolucionando as bases das universidades tradicionais em todo o mundo”



Você terá acesso a um sistema de aprendizagem baseado na repetição, por meio de um ensino natural e progressivo ao longo de todo o programa.



O aluno aprenderá, através de atividades de colaboração e casos reais, como resolver situações complexas em ambientes empresariais reais.

Um método de aprendizagem inovador e diferente

Este curso da TECH é um programa de ensino intensivo, criado do zero, que propõe os desafios e decisões mais exigentes nesta área, em âmbito nacional ou internacional. Através desta metodologia, o crescimento pessoal e profissional é impulsionado, sendo este um passo decisivo para alcançar o sucesso. O método do caso, técnica que constitui as bases deste conteúdo, garante que a realidade econômica, social e profissional mais atual seja seguida.

“*Nosso programa prepara você para enfrentar novos desafios em ambientes incertos e alcançar o sucesso em sua carreira*”

O método do caso foi o sistema de aprendizagem mais utilizado nas melhores faculdades do mundo. Desenvolvido em 1912 para que os alunos de Direito pudessem aprender a lei não apenas com base no conteúdo teórico, o método do caso consistia em apresentar situações reais realmente complexas para que eles tomassem decisões e fizessem juízos de valor fundamentados sobre como resolvê-las. Em 1924 foi estabelecido como o método de ensino padrão em Harvard.

Em uma determinada situação, o que um profissional deveria fazer? Esta é a pergunta que nos deparamos no método de caso, um método de aprendizagem orientado à ação. Ao longo do programa, os alunos irão se deparar com diversos casos reais. Terão que integrar todos os seus conhecimentos, pesquisar, argumentar e defender suas ideias e decisões.

Metodologia Relearning

A TECH utiliza de maneira eficaz a metodologia do estudo de caso com um sistema de aprendizagem 100% online, baseado na repetição, combinando 8 elementos didáticos diferentes em cada aula.

Potencializamos o Estudo de Caso com o melhor método de ensino 100% online: o Relearning.

Em 2019 alcançamos os melhores resultados de aprendizagem entre todas as universidades online do mundo.

Na TECH você aprende através de uma metodologia de vanguarda, desenvolvida para capacitar os gerentes do futuro. Este método, na vanguarda da pedagogia mundial, se chama Relearning.

Nossa universidade é a única com licença para usar este método de sucesso. Em 2019 conseguimos melhorar os níveis de satisfação geral de nossos alunos (qualidade de ensino, qualidade dos materiais, estrutura dos curso, objetivos, entre outros) com relação aos indicadores da melhor universidade online.



No nosso programa, a aprendizagem não é um processo linear, ela acontece em espiral (aprender, desaprender, esquecer e reaprender). Portanto, combinamos cada um desses elementos de forma concêntrica. Esta metodologia já capacitou mais de 650.000 graduados universitários com um sucesso sem precedentes em áreas tão diversas como bioquímica, genética, cirurgia, direito internacional, habilidades gerenciais, ciências do esporte, filosofia, direito, engenharia, jornalismo, história ou mercados e instrumentos financeiros. Tudo isso em um ambiente altamente exigente, com um grupo de alunos universitários de alto perfil socioeconômico e uma média de idade de 43,5 anos.

O Relearning Ihe permitirá aprender com menos esforço e mais desempenho, fazendo com que você se envolva mais na sua capacitação, desenvolvendo seu espírito crítico e sua capacidade de defender argumentos e contrastar opiniões, ou seja, uma equação de sucesso.

A partir das últimas evidências científicas no campo da neurociência, sabemos não somente como organizar informações, ideias, imagens e memórias, mas sabemos também que o lugar e o contexto onde aprendemos algo é fundamental para nossa capacidade de lembrá-lo e armazená-lo no hipocampo, para mantê-lo em nossa memória a longo prazo.

Desta forma, no que se denomina Neurocognitive context-dependent e-learning, os diferentes elementos do nosso programa de estudos estão ligados ao contexto onde o participante desenvolve sua prática profissional.



Neste programa de estudos, oferecemos o melhor material educacional, preparado especialmente para você:



Material de estudo

Todo o conteúdo didático foi elaborado especificamente para o programa de estudos pelos especialistas que irão ministra-lo, o que permite que o desenvolvimento didático seja realmente específico e concreto.

Esse conteúdo é adaptado ao formato audiovisual, para criar o método de trabalho online da TECH. Tudo isso com as técnicas mais avançadas e oferecendo alta qualidade em cada um dos materiais que colocamos à disposição do aluno.



Masterclasses

Há evidências científicas sobre a utilidade da observação de terceiros especialistas.

O "Learning from an expert" fortalece o conhecimento e a memória, além de gerar segurança para a tomada de decisões difíceis no futuro.



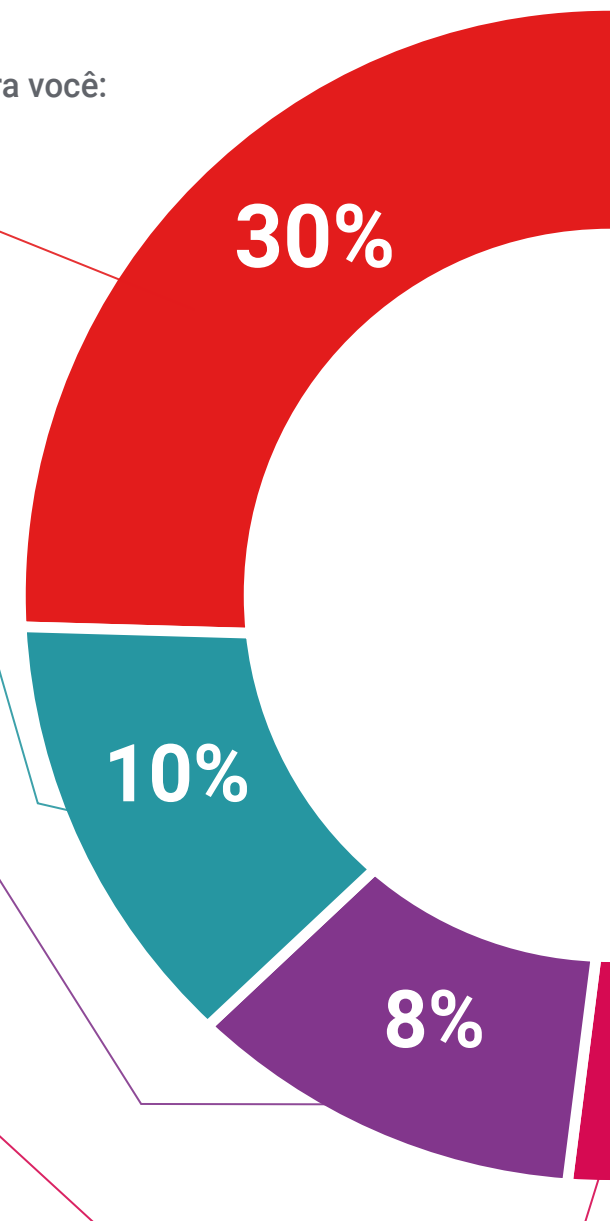
Práticas de aptidões e competências

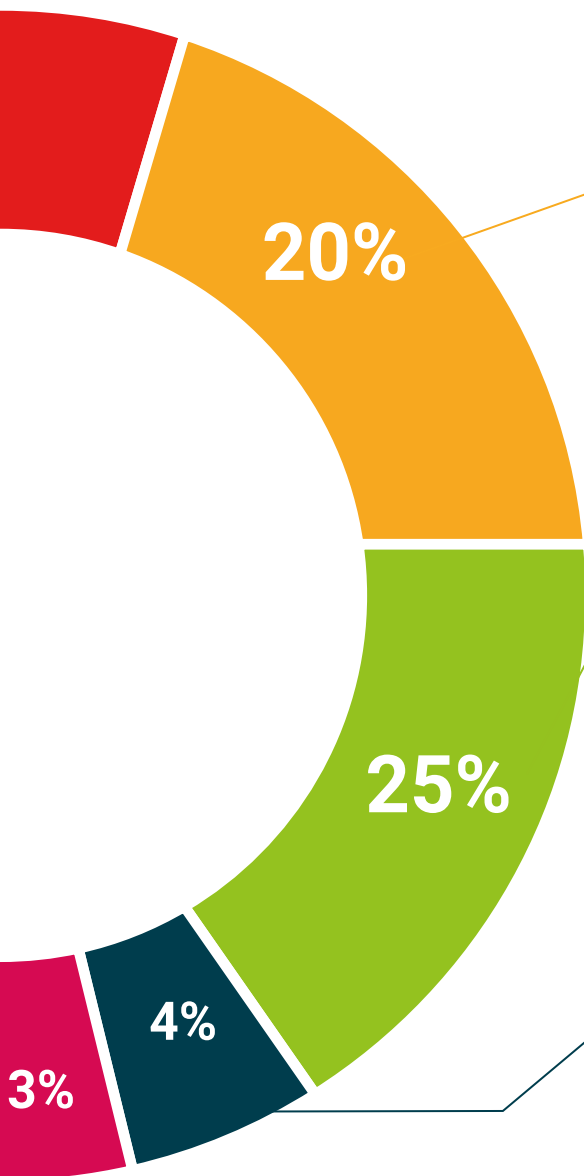
Serão realizadas atividades para desenvolver competências e habilidades específicas em cada área temática. Práticas e dinâmicas para adquirir e ampliar as competências e habilidades que um especialista precisa desenvolver no contexto globalizado em que vivemos.



Leituras complementares

Artigos recentes, documentos de consenso e diretrizes internacionais, entre outros. Na biblioteca virtual da TECH o aluno terá acesso a tudo o que for necessário para complementar sua capacitação.





Case studies

Os alunos irão completar uma seleção dos melhores estudos de caso escolhidos especificamente para esta situações. Casos apresentados, analisados e orientados pelos melhores especialistas no cenário internacional.



Resumos interativos

A equipe da TECH apresenta o conteúdo de forma atraente e dinâmica através de pílulas multimídia que incluem áudios, vídeos, imagens, diagramas e mapas conceituais, a fim de reforçar o conhecimento. Este sistema educacional exclusivo de apresentação de conteúdo multimídia, foi premiado pela Microsoft como "Caso de sucesso na Europa".



Testing & Retesting

Avaliamos e reavaliamos periodicamente o seu conhecimento ao longo do programa através de atividades e exercícios de avaliação e autoavaliação, para que você possa comprovar que está alcançando seus objetivos.



06

Certificado

O Curso de Nutrição para Paratletas garante, além da capacitação mais rigorosa e atualizada, acesso ao certificado do Curso emitido pela TECH Universidade Tecnológica.



“

*Conclua este programa de estudos
com sucesso e receba o seu certificado
sem sair de casa e sem burocracias”*

Este **Curso de Nutrição para Paratletas** conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado.

Uma vez aprovadas as avaliações, o aluno receberá por correio o certificado* correspondente ao **Curso**, emitido pela **TECH Universidade Tecnológica**.

O certificado emitido pela **TECH Universidade Tecnológica** expressará a qualificação obtida no Curso, atendendo aos requisitos normalmente exigidos pelas bolsas de empregos, concursos públicos e avaliação de carreira profissional.

Título: **Curso de Nutrição para Paratletas**

N.º de Horas letivas: **150h**

Reconhecido pela NBA



futuro
saúde confiança pessoas
informação orientadores
educação certificação ensino
garantia aprendizagem
instituições tecnologia
comunidade compromisso
atenção personalizada
conhecimento inovação
presente qualidade
desenvolvimento simulação

tech universidade
tecnológica

Curso

Nutrição para Paratletas

- » Modalidade: online
- » Duração: 6 semanas
- » Certificado: TECH Universidade Tecnológica
- » Dedicção: 16h/semana
- » Horário: no seu próprio ritmo
- » Provas: online

Curso

Nutrição para Paratletas

Reconhecido pela NBA

