

# Formação Prática

## Nutrição Desportiva de Grupos Especiais para Enfermeiros



tech



**tech**

Formação Prática  
Nutrição Desportiva de Grupos  
Especiais para Enfermeiros

# Índice

01

Introdução

---

*pág. 4*

02

Porquê fazer esta  
Formação Prática?

---

*pág. 6*

03

Objetivos

---

*pág. 8*

04

Planeamento do ensino

---

*pág. 10*

05

Onde posso fazer a  
Formação Prática?

---

*pág. 12*

06

Condições gerais

---

*pág. 14*

07

Certificação

---

*pág. 16*

# 01 Introdução

O progresso científico e tecnológico conduziu a novas metodologias para melhorar o desempenho energético e a absorção de nutrientes, o que aumentou a procura de serviços de Nutrição Desportiva. Particularmente no caso de grupos populacionais especiais, são necessários profissionais de Enfermagem altamente qualificados para combater lesões e outros desconfortos. Para responder a esta procura, esta certificação oferece um estágio 100% prático e presencial, que integra conhecimentos úteis sobre este setor de cuidados. O curso de três semanas inclui um estágio num hospital altamente rigoroso, onde os profissionais aprendem com especialistas na área da saúde e adquirem competências inovadoras e manuseiam recursos tecnológicos inovadores.



*Atualize-se sobre os principais desenvolvimentos em Nutrição Desportiva de Grupos Especiais para Enfermeiros com este curso 100% prático, presencial e intensivo"*





Nos últimos anos, os progressos no domínio da Nutrição Desportiva têm sido constantes e levaram ao aparecimento de novos modelos, protocolos e suplementos nutricionais destinados a melhorar o desempenho dos atletas. Por exemplo, foram desenvolvidas bebidas à base de hidrogel para prevenir perturbações esofagogástricas em atletas, bem como orientações nutricionais específicas para determinadas perturbações causadas pela má absorção de substâncias alimentares. No entanto, conhecer em profundidade todas estas inovações e saber como implementá-las na prática diária pode ser um desafio para os profissionais de Enfermagem.

Para responder a esta necessidade, a TECH reuniu estes conhecimentos num completo curso de Formação Prática. Este será desenvolvido de forma presencial, intensiva e com os mais modernos recursos de assistência em benefício do atleta de alto rendimento. Os participantes terão a oportunidade de aplicar estes recursos em atletas reais, adquirindo competências num ambiente de aprendizagem totalmente imersivo e exigente. Além disso, terão um orientador adjunto que lhes permitirá reafirmar as suas novas competências e integrá-las em diferentes dinâmicas de trabalho, contribuindo para uma visita detalhada a todas as particularidades desta disciplina e das suas novas aplicações.

Durante o processo educativo de três semanas, os enfermeiros estarão em contacto direto com especialistas de renome que fazem parte da equipa da instituição. No final do curso, os estudantes estarão aptos a aplicar na sua prática diária os procedimentos mais inovadores, baseados nas mais recentes evidências científicas na matéria, melhorando assim a qualidade de vida e o desempenho dos seus pacientes.

# 02

## Porquê fazer esta Formação Prática?

A Nutrição Desportiva em Grupos Populacionais Especiais para Enfermeiros está em constante crescimento e a TECH desenvolveu uma certificação presencial, intensiva e imersiva de três semanas. Através desta iniciativa, os profissionais poderão obter uma atualização aprofundada sobre as últimas novidades do setor. A formação terá lugar num hospital de primeira classe, onde o médico adquirirá a melhor formação académica com especialistas de renome. Com este curso, poderão manter-se a par dos principais desenvolvimentos neste domínio de uma forma prática e melhorar o desempenho dos atletas de elite através da aplicação das últimas inovações relevantes para o enfermeiro.



*A TECH oferece-lhe as melhores competências de Enfermagem para a aplicação das modernas orientações de hidratação no exercício desportivo"*

### 1. Atualize-se a partir da mais recente tecnologia disponível

A Nutrição Desportiva dispõe de ferramentas e protocolos valiosos para os gastos energéticos e planos nutricionais dos atletas, bem como suplementos alimentares inovadores. Com esta Formação Prática, os enfermeiros ficarão a conhecer as particularidades técnicas destes produtos para o desenvolvimento contínuo do setor da saúde.

### 2. Recorrer à experiência dos melhores especialistas

Durante o curso, o enfermeiro trabalhará com profissionais experientes em Nutrição Desportiva para tratar distúrbios alimentares em atletas identificados como Grupos Populacionais Especiais. Além disso, terá um orientador específico que acompanhará permanentemente e de forma rigorosa os seus progressos académicos.

### 3. Aceder a ambientes clínicos de excelência

TECH fez uma seleção cuidadosa de todos os centros que estão agora à disposição do profissional de enfermagem para completar esta Formação Prática. Estas unidades de saúde foram selecionadas pelo seu desempenho e prestígio internacional. Isto foi possível graças ao seu excelente pessoal especializado e à utilização de recursos tecnológicos de última geração.



#### 4. Por em prática o que aprendeu desde o início

A TECH destaca-se pelo desenvolvimento de um curso de formação em Nutrição Desportiva de Grupos Especiais, o único do género que oferece uma atualização prática ao profissional de Enfermagem. O curso permite ao especialista lidar diretamente com doentes reais e manusear ferramentas poderosas desde o primeiro dia.

#### 5. Expandir as fronteiras do conhecimento

Os cursos da TECH foram concebidos de modo a que os seus participantes alcancem prestígio internacional após a sua conclusão. Para tal, concebeu um modelo educativo intensivo que facilitará o estágio do profissional em instituições médicas de vanguarda, situadas em diversas latitudes geográficas.

“

*Terá uma imersão prática completa numa escola da sua escolha”*

# 03

## Objetivos

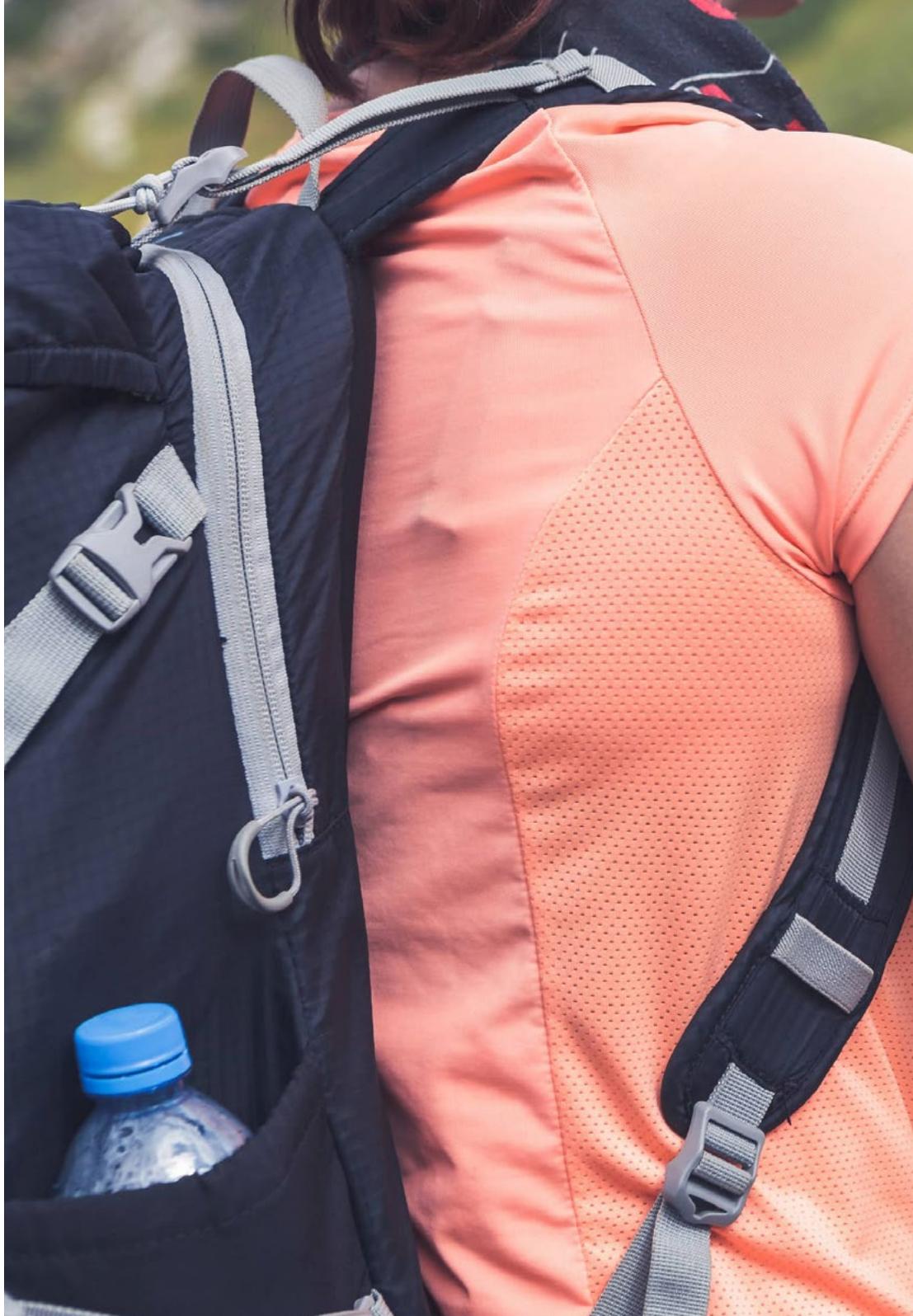
O principal objetivo deste curso é atualizar o estudante nos procedimentos mais inovadores em Nutrição Desportiva de Grupos Especiais para Enfermeiros. Para o efeito, foi organizado um estágio prático, intensivo e imersivo que permitirá ao enfermeiro manusear novas tecnologias para tratar perturbações nutricionais em atletas reais. Esta experiência proporcionará ao profissional uma atualização completa numa área em constante crescimento.



### Objetivos gerais

---

- ♦ Dominar conhecimentos avançados sobre planeamento nutricional em atletas profissionais e não-profissionais para o desempenho saudável do exercício físico
- ♦ Realizar o planeamento nutricional para atletas profissionais de diferentes modalidades para atingir o máximo desempenho desportivo
- ♦ Consolidar a iniciativa e o espírito empreendedor para criar projetos relacionados com a nutrição na atividade física e no desporto
- ♦ Incorporar os diferentes desenvolvimentos científicos na sua própria área profissional





## Objetivos específicos

---

- ◆ Adquirir aptidões avançadas para detetar os possíveis sinais de alteração nutricional associados à prática desportiva
- ◆ Implementar as competências necessárias através do processo de ensino-aprendizagem para lhes permitir continuar a preparar-se e a aprender no domínio da nutrição desportiva
- ◆ Conhecer a estrutura do tecido muscular e na sua implicação no desporto
- ◆ Identificar as necessidades energéticas e nutricionais dos atletas em diferentes situações fisiopatológicas
- ◆ Compreender as necessidades energéticas e nutricionais dos desportistas em diferentes situações específicas de idade e sexo
- ◆ Aplicar estratégias dietéticas para a prevenção e tratamento do atleta lesionado
- ◆ Reconhecer as necessidades energéticas e nutricionais das crianças atletas
- ◆ Especializar-se nas necessidades energéticas e nutricionais dos atletas paraolímpicos
- ◆ Determinar as diferentes fases da lesão
- ◆ Ajudar na prevenção das lesões
- ◆ Melhorar o prognóstico da lesão
- ◆ Estabelecer uma estratégia nutricional de acordo com as novas exigências nutricionais que surgem durante o período lesivo

# 04

## Planificação do programa de estágio

Durante esta Formação Prática, o enfermeiro será acolhido durante três semanas num prestigiado centro dedicado à medicina desportiva. Aí, cumprirá turnos de oito horas diárias, de segunda a sexta-feira, ao lado dos mais conceituados profissionais da área da Nutrição Desportiva em Grupos Especiais, manuseando equipamento complexo e moderno para oferecer diagnósticos e tratamentos de alto nível a atletas com necessidades alimentares específicas. Esta experiência permitirá aos profissionais atualizarem os seus conhecimentos num ambiente prático de total imersão educativa.

Nesta proposta de formação totalmente prática, as atividades visam desenvolver e aperfeiçoar as competências necessárias à prestação de cuidados sanitários em áreas e condições que exigem um elevado nível de qualificação, sendo orientadas para a formação específica para o exercício da atividade, num ambiente de segurança para o doente e de elevado desempenho profissional.

O ensino prático será realizado com a participação ativa do aluno na realização das atividades e procedimentos de cada área de competência (aprender a aprender e aprender a fazer), com o acompanhamento e orientação dos professores e outros parceiros de qualificação para facilitar o trabalho em equipa e a integração multidisciplinar como competências transversais à prática da Enfermagem Clínica (aprender a ser e aprender a relacionar-se).

Os procedimentos descritos a seguir constituirão a base da parte prática da formação e a sua aplicação está sujeita tanto à adequação dos pacientes como à disponibilidade do centro e à sua carga de trabalho, sendo as atividades propostas as seguintes:





Módulo	Atividade Prática
<b>Novos progressos na alimentação e nutrição</b>	Realização de tabelas de composição de alimentos e bases de dados nutricionais
	Testar alimentos transgénicos para abordagens dietéticas contemporâneas
	Avaliar as implicações dos fitoquímicos e dos compostos não-nutricionais na dieta diária do atleta
<b>Metodologias da consulta nutricional</b>	Avaliar a adaptação fisiológica a diferentes tipos de exercício físico
	Examinar regularmente as bases da regulação fisiológica da alimentação, do apetite e da saciedade
	Explorar as necessidades nutricionais em situações de stress metabólico
<b>Avaliação do estado nutricional e da dieta</b>	Cálculo do gasto energético através de métodos de avaliação específicos
	Prevenir as perturbações alimentares como a Vigorexia, a Ortorexia e a Anorexia através da assistência psicológica necessária
	Deteção de problemas gastrointestinais através de bebidas energéticas e géis fabricados com tecnologia de hidrogel
	Examinar a ingestão de proteínas através da absorção de micronutrientes como a vitamina D
<b>Nutrição para o atleta diabético e o paraatleta</b>	Avaliar as diferentes insulinas ou medicamentos utilizados pelos diabéticos e determinar como a sua utilização é mais adequada ao exercício físico realizado pelo atleta doente
	Monitorizar as necessidades nutricionais das pessoas com diabetes na sua vida diária como no exercício para melhorar a sua saúde
	Medir adequadamente as interações entre a ingestão de fármacos nestes atletas e os nutrientes para evitar défices

“

*Forme-se numa instituição que lhe ofereça todas estas possibilidades, com um curso inovador e uma equipa humana capaz de o desenvolver ao máximo”*

# 05

## Onde posso fazer a Formação Prática?

Com esta Formação Prática, a TECH procura alargar os horizontes académicos do profissional de Enfermagem aos mais elevados padrões. Os especialistas terão acesso a centros hospitalares de renome em diferentes localizações geográficas para se manterem atualizados sobre as últimas tendências em Nutrição Desportiva de Grupos Especiais. Esta experiência será realizada num ambiente de máxima inovação científica e sob o aconselhamento de grandes especialistas, o que permitirá aos profissionais alargarem os seus conhecimentos e enriquecerem a sua prática diária no domínio da nutrição desportiva.



*Matricule-se na TECH e atualize as suas competências de Nutrição Desportiva de Grupos Especiais para Enfermeiros, com os melhores dispositivos para avaliar o gasto energético dos atletas"*





O estudante poderá efetuar esta formação nos seguintes centros:



Enfermagem

### Hospital HM Regla

País: Espanha  
Cidade: Leão

Direção: Calle Cardenal Landázuri, 2,  
24003, León

Rede de clínicas, hospitais e centros especializados  
privados em toda a Espanha

**Formações práticas relacionadas:**

- Atualização dos Tratamentos Psiquiátricos de Pacientes Menores



Enfermagem

### Hospital HM Nou Delfos

País: Espanha  
Cidade: Barcelona

Direção: Avinguda de Vallcarca, 151,  
08023 Barcelona

Rede de clínicas, hospitais e centros especializados  
privados em toda a Espanha

**Formações práticas relacionadas:**

- Medicina Estética
- Nutrição Clínica em Medicina



Enfermagem

### Hospital HM Nuevo Belén

País: Espanha  
Cidade: Madrid

Direção: Calle José Silva, 7, 28043, Madrid

Rede de clínicas, hospitais e centros especializados  
privados em toda a Espanha

**Formações práticas relacionadas:**

- Cirurgia Geral e do Aparelho Digestivo
- Nutrição Clínica em Medicina



Enfermagem

### Policlínico HM Distrito Telefónica

País: Espanha  
Cidade: Madrid

Direção: Ronda de la Comunicación,  
28050, Madrid

Rede de clínicas, hospitais e centros especializados  
privados em toda a Espanha

**Formações práticas relacionadas:**

- Tecnologias Óticas e Optometria Clínica
- Cirurgia Geral e do Aparelho Digestivo



Enfermagem

### Policlínico HM Gabinete Velázquez

País: Espanha  
Cidade: Madrid

Direção: C. de Jorge Juan, 19, 1º 28001,  
28001, Madrid

Rede de clínicas, hospitais e centros especializados  
privados em toda a Espanha

**Formações práticas relacionadas:**

- Nutrição Clínica em Medicina
- Cirurgia Plástica Estética



Enfermagem

### Policlínico HM Las Tablas

País: Espanha  
Cidade: Madrid

Direção: C. de la Sierra de Atapuerca, 5,  
28050, Madrid

Rede de clínicas, hospitais e centros especializados  
privados em toda a Espanha

**Formações práticas relacionadas:**

- Enfermagem no Serviço de Traumatologia
- Diagnóstico em Fisioterapia



Enfermagem

### Policlínico HM Moraleja

País: Espanha  
Cidade: Madrid

Direção: P.º de Alcobendas, 10, 28109,  
Alcobendas, Madrid

Rede de clínicas, hospitais e centros especializados  
privados em toda a Espanha

**Formações práticas relacionadas:**

- Medicina de Reabilitação na Abordagem da Lesão Cerebral Adquirida



Enfermagem

### Policlínico HM Sanchinarro

País: Espanha  
Cidade: Madrid

Direção: Av. de Manoteras, 10,  
28050, Madrid

Rede de clínicas, hospitais e centros especializados  
privados em toda a Espanha

**Formações práticas relacionadas:**

- Cuidados Ginecológicos para Médicos Parteiros
- Enfermagem no Serviço de Aparelho Digestivo

# 06

## Condições gerais

### Seguro de responsabilidade civil

A principal preocupação desta instituição é garantir a segurança dos profissionais que realizam o estágio e dos demais colaboradores necessários para o processo de formação prática na empresa. Entre as medidas adotadas para alcançar este objetivo está a resposta a qualquer incidente que possa ocorrer ao longo do processo de ensino-aprendizagem.

Para tal, esta entidade educativa compromete-se a fazer um seguro de responsabilidade civil que cubra qualquer eventualidade que possa surgir durante o período de estágio no centro onde se realiza a formação prática.

Esta apólice de responsabilidade civil terá uma cobertura ampla e deverá ser aceita antes do início da formação prática. Desta forma, o profissional não tem de se preocupar caso tenha de lidar com uma situação inesperada e fica coberto até ao final do curso prático no centro.



## Condições Gerais da Formação Prática

As condições gerais do contrato de estágio para o programa são as seguintes:

**1. ORIENTAÇÃO:** durante a Formação Prática, serão atribuídos ao aluno dois orientadores que o acompanharão ao longo de todo o processo, esclarecendo quaisquer dúvidas e questões que possam surgir. Por um lado, haverá um orientador profissional pertencente ao centro de estágios, cujo objetivo será orientar e apoiar o estudante em todos os momentos. Por outro lado, será também atribuído um orientador académico, cuja missão será coordenar e ajudar o aluno ao longo de todo o processo, esclarecendo dúvidas e auxiliando-o em tudo o que necessitar. Desta forma, o profissional estará sempre acompanhado e poderá esclarecer todas as dúvidas que possam surgir, tanto de natureza prática como académica.

**2. DURAÇÃO:** o programa de estágio terá a duração de 3 semanas consecutivas de formação prática, distribuídas por turnos de 8 horas, em 5 dias por semana. Os dias de comparência e o horário serão da responsabilidade do centro, informando o profissional devidamente e antecipadamente, com tempo suficiente para facilitar a sua organização.

**3. NÃO COMPARÊNCIA:** em caso de não comparência no dia do início da Formação Prática, o aluno perderá o direito à mesma sem possibilidade de reembolso ou de alteração de datas. A ausência por mais de 2 dias de estágio, sem causa justificada/ médica, implica a anulação do estágio e, por conseguinte, a sua rescisão automática. Qualquer problema que surja no decurso da participação no estágio deve ser devidamente comunicado, com caráter de urgência, ao orientador académico.

**4. CERTIFICAÇÃO** o aluno que concluir a Formação Prática receberá um certificado que acreditará a sua participação no centro em questão.

**5. RELAÇÃO PROFISSIONAL:** a Formação Prática não constitui uma relação profissional de qualquer tipo.

**6. ESTUDOS PRÉVIOS:** alguns centros podem solicitar um certificado de estudos prévios para a realização da Formação Prática. Nestes casos, será necessário apresentá-lo ao departamento de estágios da TECH, para que seja confirmada a atribuição do centro selecionado.

**7. NÃO INCLUI:** a Formação Prática não incluirá qualquer elemento não descrito nas presentes condições. Por conseguinte, não inclui alojamento, transporte para a cidade onde se realizam os estágios, vistos ou qualquer outro serviço não descrito acima.

No entanto, o aluno poderá consultar o seu tutor académico se tiver qualquer dúvida ou recomendação a este respeito. Este fornecer-lhe-á todas as informações necessárias para facilitar os procedimentos envolvidos.

# 07 Certificação

Este certificado de **Formação Prática em Nutrição Desportiva de Grupos Especiais para Enfermeiros** conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do panorama profissional e académico.

Uma vez concluído o programa de estágio, o aluno receberá por correio, com aviso de receção, o certificado da Formação Prática, emitido pela TECH Universidade Tecnológica.

O certificado emitido pela TECH indicará a classificação obtida no estágio.

Certificação: **Formação Prática em Nutrição Desportiva de Grupos Especiais para Enfermeiros**

Duração: **3 semanas**

Modalidade: **de segunda a sexta-feira, turnos de 8 horas consecutivas**

Total de horas: **120 horas de estágio profissional**

Reconhecimento: **5 ECTS**



**tech**

Formação Prática  
Nutrição Desportiva de Grupos  
Especiais para Enfermeiros

# Formação Prática

## Nutrição Desportiva de Grupos Especiais para Enfermeiros



tech