

Programa Avançado

Nutrição e Enfermagem Esportiva

Reconhecido pela NBA





tech universidade
tecnológica

Programa Avançado Nutrição e Enfermagem Esportiva

- » Modalidade: online
- » Duração: 6 meses
- » Certificado: TECH Universidade Tecnológica
- » Horário: no seu próprio ritmo
- » Provas: online

Acesso ao site: www.techtute.com/br/enfermagem/programa-avancado/programa-avancado-nutricao-enfermagem-esportiva

Índice

01

Apresentação

pág. 4

02

Objetivos

pág. 8

03

Estrutura e conteúdo

pág. 12

04

Metodologia

pág. 16

05

Certificado

pág. 24

01

Apresentação

A Enfermagem Desportiva requer uma base que permita que o profissional se atualize no atendimento ao esportista, realizando intervenções baseadas em evidências científicas atuais. Desde o papel dos enfermeiros nos controles de *Doping* e controles *Antidoping* até a importância da nutrição na recuperação de lesões esportivas, destacando o papel do profissional nos distúrbios alimentares. Nesta capacitação 100% online, os enfermeiros terão acesso a uma grande quantidade de conteúdo que reúne as últimas tendências em nutrição esportiva e os métodos de treinamento mais avançados para melhorar o desempenho do atleta.





“

A melhor maneira de assimilar novos avanços científicos é por meio da prática, portanto, este curso é perfeito para você, enfermeiro"

A equipe de enfermagem que fizer este Programa Avançado de Nutrição e Enfermagem Esportiva adquirirá os conhecimentos mais recentes em anatomia funcional e biomecânica aplicada à atividade físico-esportiva, bem como em adaptações cardiovasculares, respiratórias, do sistema musculoesquelético, endócrinas, renais e digestivas à AFD, entre outras. Através de muitas técnicas atuais, o aluno também analisará a ergometria, a espirometria e a somatometria.

O programa abrange os principais tópicos atuais sobre os fundamentos anatomofisiológicos da atividade física, nutrição esportiva, incluindo esportes de alto desempenho. Dessa forma, o enfermeiro será levado a novas oportunidades de aprender diferentes formas de atuação no campo da Enfermagem Esportiva.

Ao mesmo tempo, por ser um programa totalmente online, o enfermeiro não está condicionado a horários fixos ou à necessidade de se deslocar para outro local físico, mas pode acessar um conteúdo rico que o ajudará a permanecer na elite da enfermagem esportiva, conciliando, em seu próprio ritmo, sua vida profissional e pessoal com a acadêmica.

Este **Programa Avançado de Nutrição e Enfermagem Esportiva** conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado. Suas principais características são:

- O desenvolvimento de casos práticos apresentados por especialistas em Enfermagem Esportiva
- O conteúdo gráfico, esquemático e extremamente útil fornece informações científicas e práticas sobre aquelas disciplinas indispensáveis para o exercício da profissão
- Exercícios práticos em que o processo de autoavaliação é realizado para melhorar a aprendizagem
- Destaque especial para as metodologias inovadoras
- Aulas teóricas, perguntas a 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

“Avance profissionalmente através deste Programa Avançado, com um conteúdo inovador e um prestigioso corpo docente”

“

Este programa é uma excelente oportunidade para ajudá-lo a se aprofundar, tanto teórica quanto praticamente, nos últimos avanços científicos e nas mais novas técnicas em nutrição"

O corpo docente do programa conta com profissionais do setor, que transferem toda a experiência adquirida ao longo de suas carreiras para esta capacitação, além de especialistas reconhecidos de instituições de referência e universidades de prestígio.

O conteúdo multimídia, desenvolvido com a mais recente tecnologia educacional, permitirá 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.

A estrutura deste programa se concentra na Aprendizagem Baseada em Problemas, na qual o profissional deverá tentar resolver as diferentes situações de prática profissional que surgirem ao longo do curso. Para isso, contará com a ajuda de um inovador sistema de vídeo interativo realizado por especialistas reconhecidos nesta área.

Aprofunde seu conhecimento sobre os métodos de avaliação do estado nutricional e do gasto de energia.

Conheça os últimos avanços nos estudos sobre carboidratos, gorduras, proteínas e exercícios físicos.



02

Objetivos

O objetivo deste Programa Avançado é acompanhar e incentivar a equipe de enfermagem em um processo de atualização profissional que lhes permitirá atingir o mais alto nível de desempenho. A TECH reúne os conhecimentos mais interessantes e atualizados do momento em um curso intensamente voltado para a prática.





“

Este programa permitirá que você atualize as habilidades necessárias para continuar contribuindo com o mais alto nível de qualidade em sua prática profissional”



Objetivos gerais

- Revisar os principais fundamentos da nutrição esportiva e a anatomofisiologia da atividade física
- Estudar a legislação atual sobre atividade esportiva e enfermagem
- Atualizar a abordagem das principais patologias esportivas
- Estudar a psicologia esportiva e avaliação do atleta em diferentes momentos da temporada
- Intensificar o uso e o estudo da biomecânica em ambientes esportivos de alto desempenho
- Desenvolver o conceito de nutrição esportiva em contextos esportivos de alto desempenho

“

Você tem diante de si um curso com objetivos realistas que se transformarão em avanço profissional imediato”





Objetivos específicos

Módulo 1. Fundamentos anatomofisiológicos da atividade física

- ♦ Ampliar a compreensão da fisiologia do exercício e dos sistemas de energia
- ♦ Conhecer as principais adaptações cardiovasculares, respiratórias, endócrinas, digestivas e musculoesqueléticas à atividade física esportiva
- ♦ Estudar o papel da intervenção de enfermagem na avaliação da condição física e esportiva do jogador
- ♦ Descobrir a importância de administrar a fadiga e o excesso de treinamento no esporte

Módulo 2. Nutrição esportiva

- ♦ Desenvolver o papel da enfermeira na avaliação dos gastos energéticos e na nutrição esportiva
- ♦ Conhecer os mais recentes avanços nos estudos sobre hidratos de carbono, gorduras, proteínas e exercício físico
- ♦ Estudar o papel do enfermeiro no *Doping* e controles *Antidoping*
- ♦ Ampliar a importância da nutrição na recuperação de lesões esportivas

Módulo 3. Nutrição aplicada ao Alto Desempenho Esportivo

- ♦ Examinar o metabolismo energético dentro do esforço físico do atleta
- ♦ Ampliar os métodos de avaliação do estado nutricional e do gasto energético
- ♦ Desenvolver a nutrição em força, resistência e esportes de equipe
- ♦ Destacar o papel do enfermeiro esportivo em lesões e distúrbios alimentares

03

Estrutura e conteúdo

A TECH, com a segurança e garantia de ser a maior universidade online do mundo, desenvolveu um compêndio de conhecimentos especializados e atualizados para oferecer à equipe de enfermagem a oportunidade de se atualizar. O profissional que concluir este programa incorporará os métodos mais avançados de nutrição e enfermagem esportiva do cenário atual.



“

Um compilado de informações criado para lhe proporcionar a oportunidade de se atualizar e incorporar os conhecimentos mais avançados sobre nutrição na prática esportiva”

Módulo 1. Fundamentos anatomofisiológicos da atividade física

- 1.1. Conceitos e história da medicina e enfermagem da atividade física e do esporte
- 1.2. Anatomia funcional e biomecânica aplicada à atividade física e ao esporte (AFD)
- 1.3. Fisiologia do exercício. Sistemas energéticos
- 1.4. Adaptações cardiovasculares à AFD
- 1.5. Adaptações respiratória à AFD
- 1.6. Adaptações do sistema musculoesquelético à AFD
- 1.7. Adaptações endócrinas, renais e digestivas à AFD
- 1.8. Avaliação da condição física e esportiva. Ergometria, espirometria, somatometria. Intervenções de enfermagem
- 1.9. Atividade física em estresse ambiental. Altitude e profundidade
- 1.10. Termorregulação durante a atividade física. Intervenções de enfermagem
- 1.11. Fadiga e sobretreinamento

Módulo 2. Nutrição esportiva;

- 2.1. Avaliação do gasto energético. Antropometria, e composição corporal. Intervenções de enfermagem
- 2.2. Hidratos de carbono e exercício físico
- 2.3. Gorduras e exercício físico
- 2.4. Proteínas e exercício físico
- 2.5. Suplementos vitamínicos e minerais no exercício físico
- 2.6. Alimentação pré, entra e pós-exercício. Intervenções de enfermagem
- 2.7. Substituição de fluidos e eletrólitos após AFD. Intervenções de enfermagem
- 2.8. *Doping* e ajudas ergogênicas. Controle de *doping*: metodologia de coleta de amostras. Intervenções de enfermagem
- 2.9. Transtornos alimentares AFD. Intervenções de enfermagem
- 2.10. Nutrição na recuperação de lesões esportivas





Módulo 3. Nutrição aplicada ao Alto Rendimento Esportivo

- 3.1. Metabolismo energético do esforço físico
- 3.2. Avaliação do estado nutricional e da composição corporal
- 3.3. Avaliação do gasto de energético
- 3.4. Nutrição no fisiculturismo e recomposição do corpo
- 3.5. Nutrição em esportes de força
- 3.6. Nutrição em esportes coletivos
- 3.7. Nutrição em esportes de resistência
- 3.8. Ajudas ergonômicas nutricionais
- 3.9. Transtornos alimentares e lesões esportivas
- 3.10. Avanços e pesquisas em nutrição esportiva

“

Um Programa Avançado desenvolvido para ser ideal em todos os seus aspectos, levando em consideração um critério global de excelência. Matricule-se hoje mesmo e atualize-se em sua profissão”

05

Metodologia

Este curso oferece uma maneira diferente de aprender. Nossa metodologia é desenvolvida através de um modo 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”

Na TECH Nursing School usamos o Método de Estudo de Caso

Em uma situação concreta, o que um profissional deveria fazer? Ao longo deste programa, os alunos irão se deparar com diversos casos clínicos simulados, baseados em pacientes reais, onde deverão investigar, estabelecer hipóteses e finalmente resolver as situações. Há inúmeras evidências científicas sobre a eficácia deste método. Os enfermeiros aprendem melhor, mais rápido e de forma mais sustentável ao longo do tempo.

Com a TECH os enfermeiros experimentam uma maneira de aprender que está revolucionando as bases das universidades tradicionais em todo o mundo.



Segundo o Dr. Gérvas, o caso clínico é a apresentação comentada de um paciente, ou grupo de pacientes, que se torna um "caso", um exemplo ou modelo que ilustra algum componente clínico peculiar, seja pelo seu poder de ensino ou pela sua singularidade ou raridade. É essencial que o caso estudado seja fundamentado na vida profissional atual, recriando as condições reais na prática da enfermagem profissional.

“

Você sabia que este método foi desenvolvido em 1912, em Harvard, para os alunos de Direito? O método do caso consistia em apresentar situações reais e complexas para que os alunos tomassem decisões e justificassem como resolvê-las. Em 1924 foi estabelecido como o método de ensino padrão em Harvard”

A eficácia do método é justificada por quatro conquistas fundamentais:

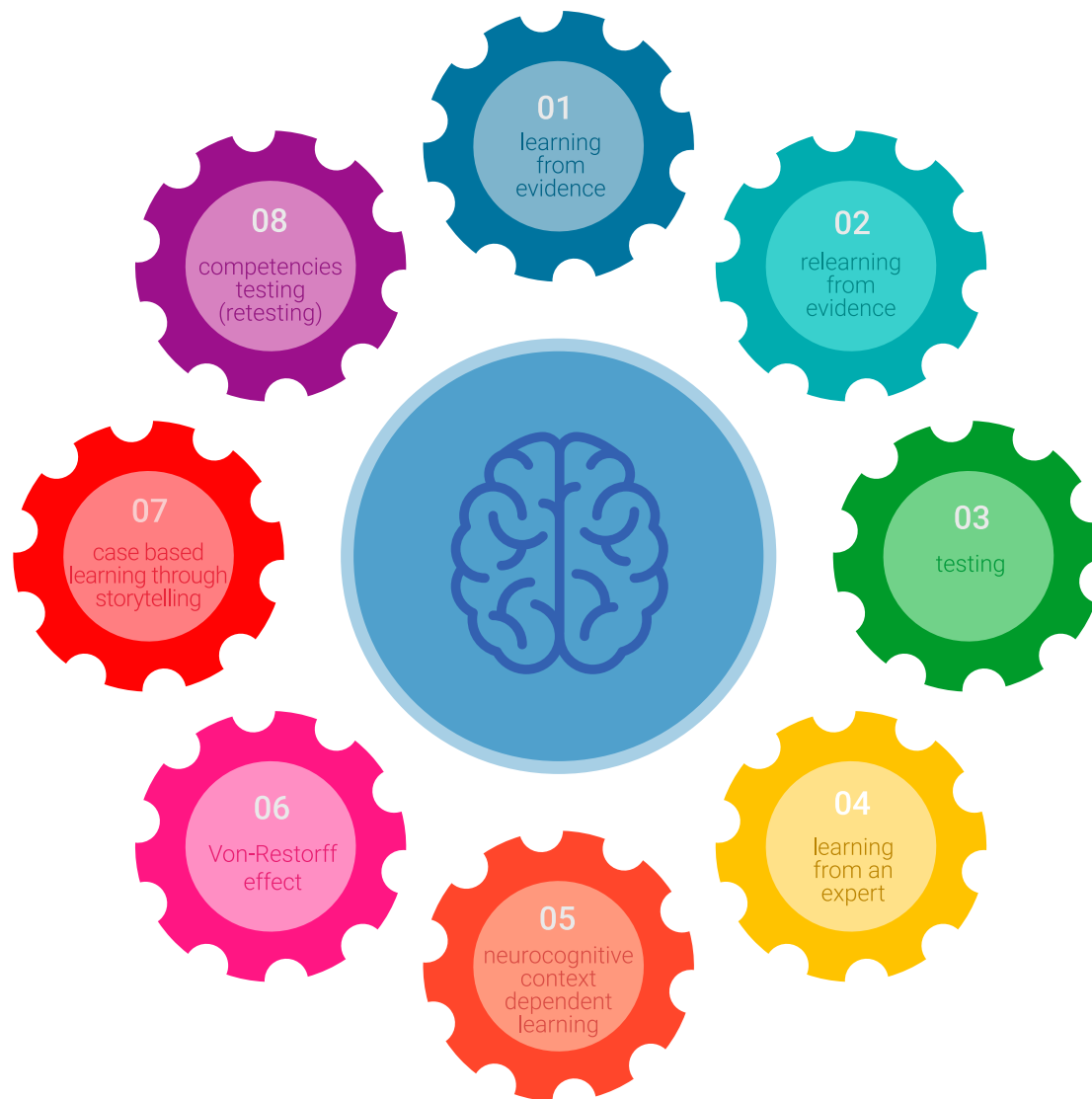
1. Os enfermeiros que seguem este método não só assimilam os conceitos, mas também desenvolvem a capacidade mental através de exercícios que avaliam situações reais e a aplicação do conhecimento.
2. A aprendizagem se consolida através das habilidades práticas, permitindo que o profissional de enfermagem integre melhor o conhecimento no ambiente hospitalar ou no atendimento primário.
3. A assimilação de ideias e conceitos se torna mais fácil e mais eficiente, graças ao uso de situações decorrentes da realidade.
4. A sensação de eficiência do esforço investido se torna um estímulo muito importante para os alunos, o que se traduz em um maior interesse pela aprendizagem e um aumento no tempo dedicado ao curso.



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.



O enfermeiro aprenderá através de casos reais e da resolução de situações complexas em ambientes simulados de aprendizagem. Estes simulados são realizados através de softwares de última geração para facilitar a aprendizagem imersiva.

Na vanguarda da pedagogia mundial, o método Relearning conseguiu melhorar os níveis de satisfação geral dos profissionais que concluíram seus estudos, com relação aos indicadores de qualidade da melhor universidade online do mundo (Universidade de Columbia).

Essa metodologia já capacitou mais de 175 mil enfermeiros com sucesso sem precedentes em todas as especialidades, independente da carga prática. Nossa metodologia de ensino é desenvolvida em um ambiente altamente exigente, com um corpo discente com um perfil socioeconômico médio-alto e uma média de idade de 43,5 anos.

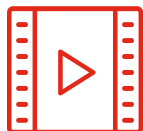
O Relearning permitirá uma aprendizagem com menos esforço e mais desempenho, fazendo com que você se envolva mais em sua especialização, desenvolvendo o espírito crítico e sua capacidade de defender argumentos e contrastar opiniões: uma equação de sucesso.

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.

A nota geral do sistema de aprendizagem da TECH é de 8,01, de acordo com os mais altos padrões internacionais.



Neste programa, oferecemos o melhor material educacional, preparado especialmente para os profissionais:



Material de estudo

Todo o conteúdo didático foi desenvolvido especialmente para o programa pelos especialistas que irão ministrá-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 inovadoras e oferecendo alta qualidade em cada um dos materiais que colocamos à disposição do aluno.



Técnicas e procedimentos de enfermagem em vídeo

A TECH aproxima o aluno das técnicas mais recentes, dos últimos avanços educacionais e da vanguarda das técnicas de enfermagem atuais. Tudo isso com o máximo rigor, explicado e detalhado para contribuir para a assimilação e compreensão do aluno. E o melhor de tudo, você pode vê-los quantas vezes quiser.



Resumos interativos

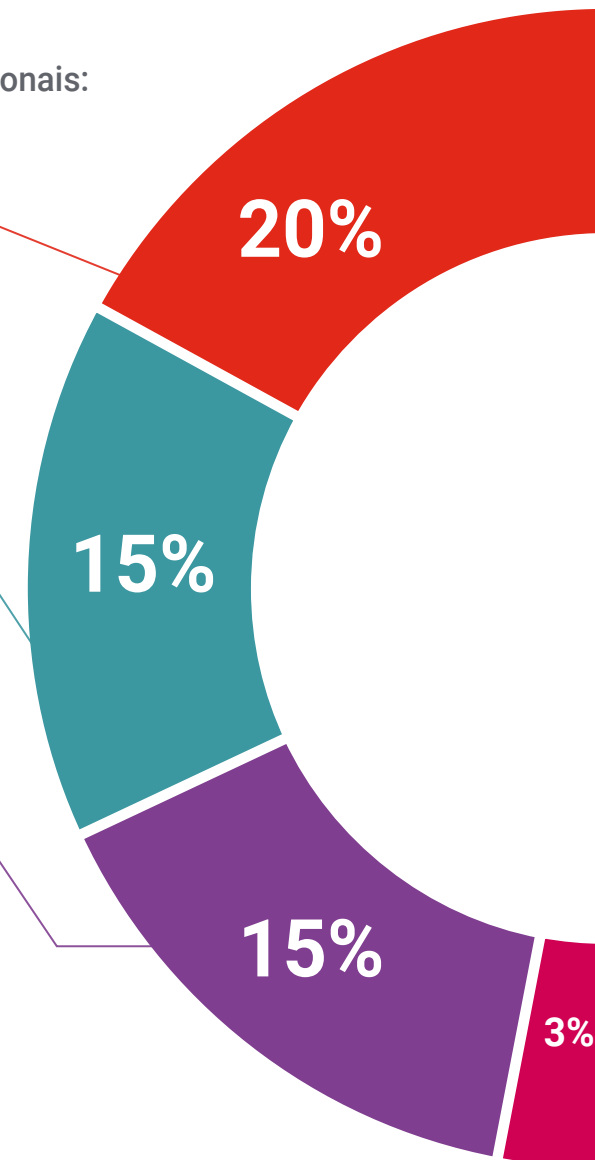
A equipe da TECH apresenta o conteúdo de forma atraente e dinâmica através de pílulas multimídia que incluem áudios, vídeos, imagens, gráficos e mapas conceituais para consolidar o conhecimento.

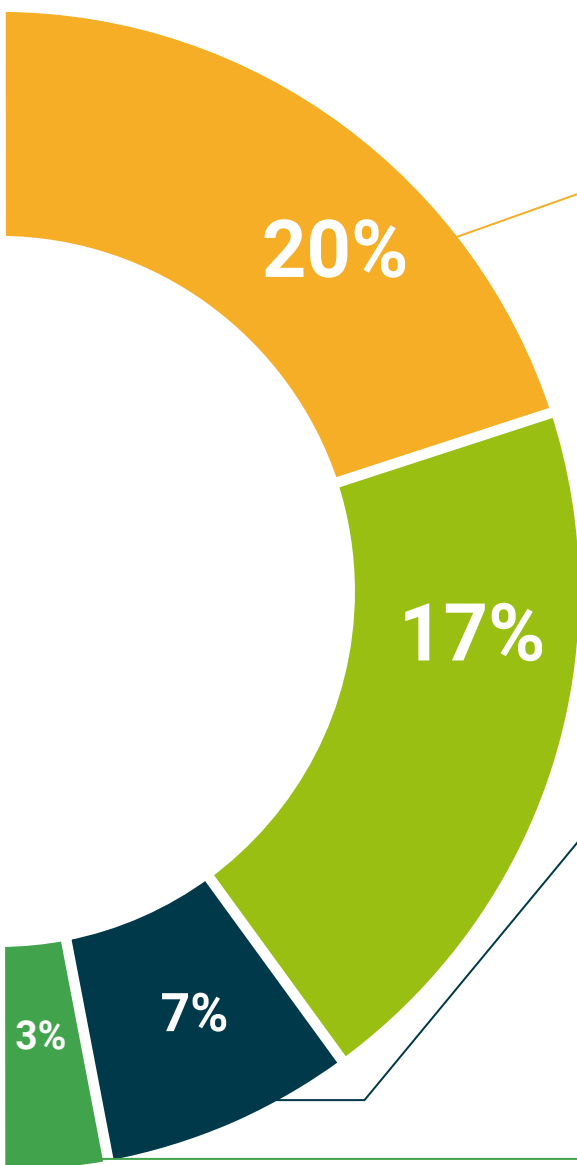
Este sistema exclusivo de capacitação por meio da apresentação de conteúdo multimídia foi premiado pela Microsoft como "Caso de sucesso na Europa".



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 a sua capacitação.





Estudos de casos elaborados e orientados por especialistas

A aprendizagem efetiva deve ser necessariamente contextual. Portanto, na TECH apresentaremos casos reais em que o especialista guiará o aluno através do desenvolvimento da atenção e da resolução de diferentes situações: uma forma clara e direta de alcançar o mais alto grau de compreensão.



Testing & Retesting

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



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.



Guias rápidos de ação

A TECH oferece o conteúdo mais relevante do curso em formato de fichas de trabalho ou guias rápidos de ação. Uma forma sintetizada, prática e eficaz de ajudar os alunos a progredirem na aprendizagem.



05

Certificado

O Programa Avançado de Nutrição e Enfermagem Esportiva garante, além da capacitação mais rigorosa e atualizada, o acesso a um título de Programa Avançado 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 **Programa Avançado de Nutrição e Enfermagem Esportiva** conta com o conteúdo mais completo e atualizado do mercado.

Uma vez aprovadas as avaliações, o aluno receberá por correio o certificado* do **Programa Avançado** emitido pela **TECH Universidade Tecnológica**.

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

Título: **Programa Avançado de Nutrição e Enfermagem Esportiva**

Modalidade: **online**

Duração: **6 meses**

Reconhecido pela NBA



*Apostila de Haia: Caso o aluno solicite que seu certificado seja apostilado, a TECH EDUCATION providenciará a obtenção do mesmo a um custo adicional.

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

tech universidade
tecnológica

Programa Avançado
Nutrição e Enfermagem
Esportiva

- » Modalidade: online
- » Duração: 6 meses
- » Certificado: TECH Universidade Tecnológica
- » Horário: no seu próprio ritmo
- » Provas: online

Programa Avançado

Nutrição e Enfermagem Esportiva

Reconhecido pela NBA



tech universidade
tecnológica