Curso Universitario

Nutrición Deportiva para Enfermería

Avalado por la NBA

tech universidad tecnológica

tech universidad tecnológica

Curso Universitario
Nutrición Deportiva para Enfermería

- Modalidad: **online**
- Duración: **6 semanas**
- Titulación: **TECH Universidad Tecnológica**
- Acreditación: **4 ECTS**
- Horario: **a tu ritmo**
- Exámenes: **online**

Acceso web: **www.techtitute.com/enfermeria/curso-universitario/nutricion-deportiva-enfermeria**

Índice

01
Presentación
pág. 4

02
Objetivos
pág. 8

03
Dirección del curso
pág. 12

04
Estructura y contenido
pág. 18

05
Metodología
pág. 22

06
Titulación
pág. 30

01

Presentación

La nutrición deportiva es esencial para mejorar el rendimiento físico y prevenir lesiones en los deportistas. Para los enfermeros, tener conocimientos en esta área es fundamental, ya que les permite proporcionar una atención integral y personalizada a los diferentes atletas. Además, en la actualidad, existe una creciente demanda de atención especializada en este campo debido al aumento del interés por la actividad física y el deporte en la población. Un enfermero con habilidades en el área puede ayudar a diseñar planes nutricionales específicos para cada deportista y brindar asesoramiento en cuanto a suplementación e hidratación adecuadas. Por tanto, esta titulación 100% online se convierte en una oportunidad para el profesional que quiera actualizar su conocimiento sobre estos temas.

Adquiere las habilidades y competencias necesarias para trabajar en enfermería en el área de Nutrición Clínica con un Curso Universitario de alta intensidad educativa"

La mayoría de los factores que determinan el estado de salud están ligados tanto a la alimentación como a la práctica regular de ejercicio físico. En el deportista una dieta equilibrada tiene que suministrar la energía suficiente para cubrir todas las necesidades, y debe proporcionar todos los nutrientes en las cantidades adecuadas, teniendo en cuenta las características y necesidades individuales, y adaptando la ingesta al tipo de deporte realizado y a los entrenamientos.

Una dieta adecuada, en términos de cantidad y calidad, antes, durante y después de la actividad físico-deportiva es imprescindible para optimizar el rendimiento. Mientras que una buena alimentación no puede sustituir un entrenamiento incorrecto o una forma física regular, una dieta inadecuada puede perjudicar el rendimiento en un deportista bien entrenado.

Por ello, tener estos conocimientos son de vital importancia para el campo de la enfermería, puesto que el personal es uno de los más cercanos al paciente, y puede influir de manera positiva en su ingesta alimenticia, más aún si se habla de un competidor o deportista de alto rendimiento.

Con esta capacitación el profesional tendrá la oportunidad de actualizar su conocimiento en este ámbito, adquiriendo además nuevas destrezas para su praxis diaria. Adicional a ello, se desarrolla en un formato 100% online, con fácil acceso desde cualquier dispositivo con conexión a internet, sin horarios preestablecidos ni traslados a centros presenciales. Así, el egresado contará con el acceso exclusivo a una *Masterclass* impartida por un docente de reconocido prestigio mundial.

Este **Curso Universitario en Nutrición Deportiva para Enfermería** contiene el programa científico más completo y actualizado del mercado. Sus características más destacadas son:

- Casos clínicos presentados por expertos. Sus contenidos gráficos, esquemáticos y eminentemente prácticos con los que están concebidos, recogen una información científica y asistencial sobre aquellas disciplinas médicas indispensables para el ejercicio profesional
- Novedades diagnóstico-terapéuticas sobre la atención al deportista
- Abordaje del papel de la enfermería en la planificación nutricional del programa deportivo del profesional y del deportista amateur
- Sistema interactivo de aprendizaje basado en algoritmos para la toma de decisiones sobre las situaciones clínicas planteadas
- Incluye 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

"A través de este Curso Universitario podrás actualizar tus conocimientos en la planificación nutricional del deportista accediendo a una exclusiva Masterclass"

Una capacitación creada y dirigida por profesionales expertos en Nutrición Clínica que convierten este Curso Universitario en una ocasión única de crecimiento profesional"

El Curso Universitario permite ejercitarse en entornos simulados, que proporcionan un aprendizaje inmersivo programado para entrenarse ante situaciones reales.

Incluye casos clínicos para acercar al máximo el desarrollo del programa a la realidad de la atención en enfermería deportiva.

El programa incluye en su cuadro docente a profesionales del sector que vierten en esta capacitación la experiencia de su trabajo, además de reconocidos especialistas de sociedades de referencia y universidades de prestigio.

Su contenido multimedia, elaborado con la última tecnología educativa, permitirá al profesional un aprendizaje situado y contextual, es decir, un entorno simulado que proporcionará una capacitación inmersiva programada para entrenarse ante situaciones reales.

El diseño de este programa se centra en el Aprendizaje Basado en Problemas, mediante el cual el profesional deberá tratar de resolver las distintas situaciones de práctica profesional que se le planteen a lo largo del curso académico. Para ello, contará con la ayuda de un novedoso sistema de vídeo interactivo realizado por reconocidos expertos.

02

Objetivos

Este programa está orientado hacia una revisión de los principales aspectos de la enfermería del deporte, basándose en la evidencia científica y en la experiencia de reconocidos profesionales, haciendo un especial hincapié en la planificación nutricional del deportista.

Esta capacitación generará una sensación de seguridad en la toma de decisiones y prestación de cuidados, que te ayudará a crecer personal y profesionalmente"

Objetivo general

- Actualizar a los profesionales de enfermería en los procedimientos de planificación de la nutrición en el programa deportivo del profesional o del deportista amateur para optimizar su rendimiento deportivo manteniendo un nivel óptimo de salud, evitando la introducción de sustancias potenciadoras del rendimiento ilegales y no saludables

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

Objetivos específicos

- Evaluar y prescribir la actividad física como factor implicado en el estado nutricional
- Estudiar las últimas novedades en fisiología del ejercicio
- Resaltar la importancia de una buena hidratación en toda disciplina deportiva
- Conocer las recomendaciones más recientes de AMA y AEPSAD
- Tratar los trastornos alimentarios comunes en la práctica deportiva como la Vigorexia, Ortorexia o Anorexia

03

Dirección del curso

Nuestro equipo docente, experto en Nutrición Clínica, cuenta con un amplio prestigio en la profesión y son profesionales con años de experiencia docente que se han unido para ayudarte a dar un impulso a tu carrera. Para ello, han elaborado este máster con actualizaciones recientes en la materia que te permitirá capacitarte y aumentar tus habilidades en este sector.

Aprende de profesionales de referencia, los últimos avances en nutrición deportiva para enfermería"

Director Invitado Internacional

El Doctor Sumantra Ray es un reconocido especialista en **Nutrición** a nivel internacional y sus principales áreas de interés son la **Educación Nutricional en los Sistemas de Salud** y la **Prevención de Enfermedades Cardiovasculares**. Con su destacada experiencia en esta rama sanitaria, ha desempeñado labores como consultor en calidad de misión especial para la **Dirección de Nutrición** de la Sede de la **Organización Mundial de la Salud** en Ginebra. Asimismo, ha trabajado como **Director de Investigación** en Seguridad Alimentaria, Salud y Sociedad en la Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales de la Universidad de Cambridge.

Por su compromiso constante en la divulgación de hábitos saludables de **Alimentación**, ha recibido el **premio Josephine Lansdell** de la Asociación Médica Británica. Específicamente, este reconocimiento resaltó sus aportes relacionados con la alimentación y la **Prevención Cardiovascular**. También, como experto internacional, ha participado en un programa de trabajo sobre **Alimentos, Nutrición y Educación** en la India, dirigido por la Universidad de Cambridge y financiado por el Fondo de Investigación sobre Retos Mundiales del Reino Unido.

Los estudios del Doctor Sumantra Ray son referentes a nivel mundial, incidiendo en la **seguridad alimentaria global**, ya que es un aspecto fundamental para el desarrollo de las sociedades. Además, su capacidad de liderazgo la ha demostrado como **Científico Clínico Senior en el Consejo de Investigación Médica** centrado en estudios de **Nutrición** y **Vasculares**. En este cargo dirigió una instalación de medicina experimental dedicada a estudios de **Nutrición Humana**.

A lo largo de su trayectoria ha redactado más de **200 publicaciones científicas**. También ha escrito el **'Manual Oxford de investigación clínica y sanitaria'**, destinado a reforzar las capacidades de investigación básica del personal sanitario de todo el mundo. En este sentido, sus hallazgos científicos los ha compartido en numerosas ponencias y congresos, en los que ha participado en diferentes países.

Dr. Ray, Sumantra

- Director Ejecutivo y Fundador del Centro Mundial de Nutrición y Salud NNEdPro, Cambridge, UK
- Director de Investigación en Seguridad Alimentaria, Salud y Sociedad en la Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales, Universidad de Cambridge
- Cofundador y Presidente de la Revista Científica BMJ Nutrición, Prevención y Salud
- Consejero Presidencial de la Escuela de Estudios Avanzados sobre Alimentación y Nutrición de la Universidad de Parma
- Vicepresidente de la Conferencia de Representantes Académicos Médicos de la BMA
- Consultor en misión especial para la Dirección de Nutrición de la Sede de la Organización Mundial de la Salud en Ginebra
- Decano Honorario Internacional de los Cordia Colleges en la India
- Científico Clínico Sénior en el Consejo de Investigación Médica
- Licenciado en Medicina

Gracias a TECH podrás aprender con los mejores profesionales del mundo"

Dirección

Dra. Aunión Lavarías, María Eugenia

- Farmacéutica experta en Nutrición Clínica
- Autora del libro referente en el campo de la Nutrición Clinica, *Gestión Dietética del Sobrepeso en la Oficina de Farmacia* (Editorial Médica Panamericana)
- Farmacéutica con amplia experiencia en el sector público y privado
- Farmacéutica Titular
- Asistente de Farmacia. Cadena de Farmacias. Minoristas de Salud y Belleza Británica Boots UK. Oxford Street Central London
- Licenciatura en Ciencia y Tecnología de los Alimentos. Universidad de Valencia
- Dirección del Curso Universitario Dermocosmética. Oficina de Farmacia

04

Estructura y contenido

La estructura de los contenidos ha sido diseñada por un equipo de profesionales conocedor de las implicaciones de la capacitación en enfermería deportiva, conscientes de la relevancia de la actualidad de los conocimientos para poder prestar cuidados de calidad al deportista y comprometidos con la enseñanza mediante las nuevas tecnologías educativas.

Este Curso Universitario de Enfermería en Nutrición Deportiva contiene el programa científico más completo y actualizado del mercado"

Módulo 1. Alimentación en la práctica deportiva

1.1. Fisiología del ejercicio
1.2. Adaptación fisiológica a los distintos tipos de ejercicio
1.3. Adaptación metabólica al ejercicio. Regulación y control
1.4. Valoración de las necesidades energéticas y del estado nutricional del deportista
1.5. Valoración de la capacidad física del deportista
1.6. Alimentación en las distintas fases de la práctica deportiva
    1.6.1. Precompetitiva
    1.6.2. Durante
    1.6.3. Postcompetición
1.7. Hidratación
    1.7.1. Regulación y necesidades
    1.7.2. Tipos de bebidas
1.8. Planificación dietética adaptada a las modalidades deportivas
1.9. Ayudas ergogénicas y normativa actual antidopaje
    1.9.1. Recomendaciones AMA y AEPSAD
1.10. La nutrición en la recuperación de las lesiones deportivas
1.11. Trastornos psicológicos relacionados con la práctica del deporte
    1.11.1. Trastornos alimentarios: vigorexia, ortorexia, anorexia
    1.11.2. Fatiga por sobreentrenamiento
    1.11.3. La triada de la atleta femenina
1.12. El papel del coach en el rendimiento deportivo

Una experiencia de capacitación única, clave y decisiva para impulsar tu desarrollo profesional"

05

Metodología

Este programa de capacitación ofrece una forma diferente de aprender. Nuestra metodología se desarrolla a través de un modo de aprendizaje de forma cíclica: ***el Relearning***.

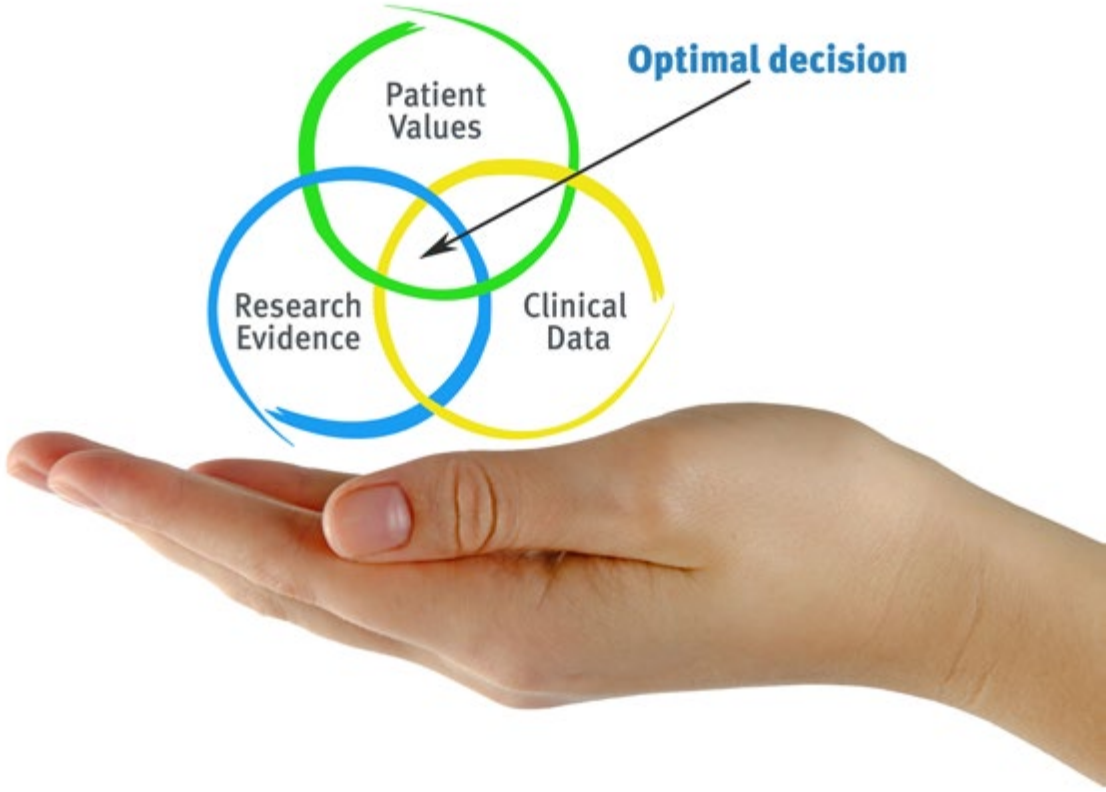
Este sistema de enseñanza es utilizado, por ejemplo, en las facultades de medicina más prestigiosas del mundo y se ha considerado uno de los más eficaces por publicaciones de gran relevancia como el ***New England Journal of Medicine.***

Descubre el Relearning, un sistema que abandona el aprendizaje lineal convencional para llevarte a través de sistemas cíclicos de enseñanza: una forma de aprender que ha demostrado su enorme eficacia, especialmente en las materias que requieren memorización"

En TECH Nursing School empleamos el Método del Caso

Ante una determinada situación concreta, ¿qué debería hacer un profesional? A lo largo del programa, los estudiantes se enfrentarán a múltiples casos clínicos simulados, basados en pacientes reales en los que deberán investigar, establecer hipótesis y, finalmente, resolver la situación. Existe abundante evidencia científica sobre la eficacia del método. Los enfermeros aprenden mejor, más rápido y de manera más sostenible en el tiempo.

Con TECH los enfermeros experimentan una forma de aprender que está moviendo los cimientos de las universidades tradicionales de todo el mundo.



Según el Dr. Gérvas, el caso clínico es la presentación comentada de un paciente, o grupo de pacientes, que se convierte en «caso», en un ejemplo o modelo que ilustra algún componente clínico peculiar, bien por su poder docente, bien por su singularidad o rareza. Es esencial que el caso se apoye en la vida profesional actual, intentando recrear los condicionantes reales en la práctica profesional de la enfermería.

¿Sabías que este método fue desarrollado en 1912, en Harvard, para los estudiantes de Derecho? El método del caso consistía en presentarles situaciones complejas reales para que tomasen decisiones y justificasen cómo resolverlas. En 1924 se estableció como método estándar de enseñanza en Harvard"

La eficacia del método se justifica con cuatro logros fundamentales:

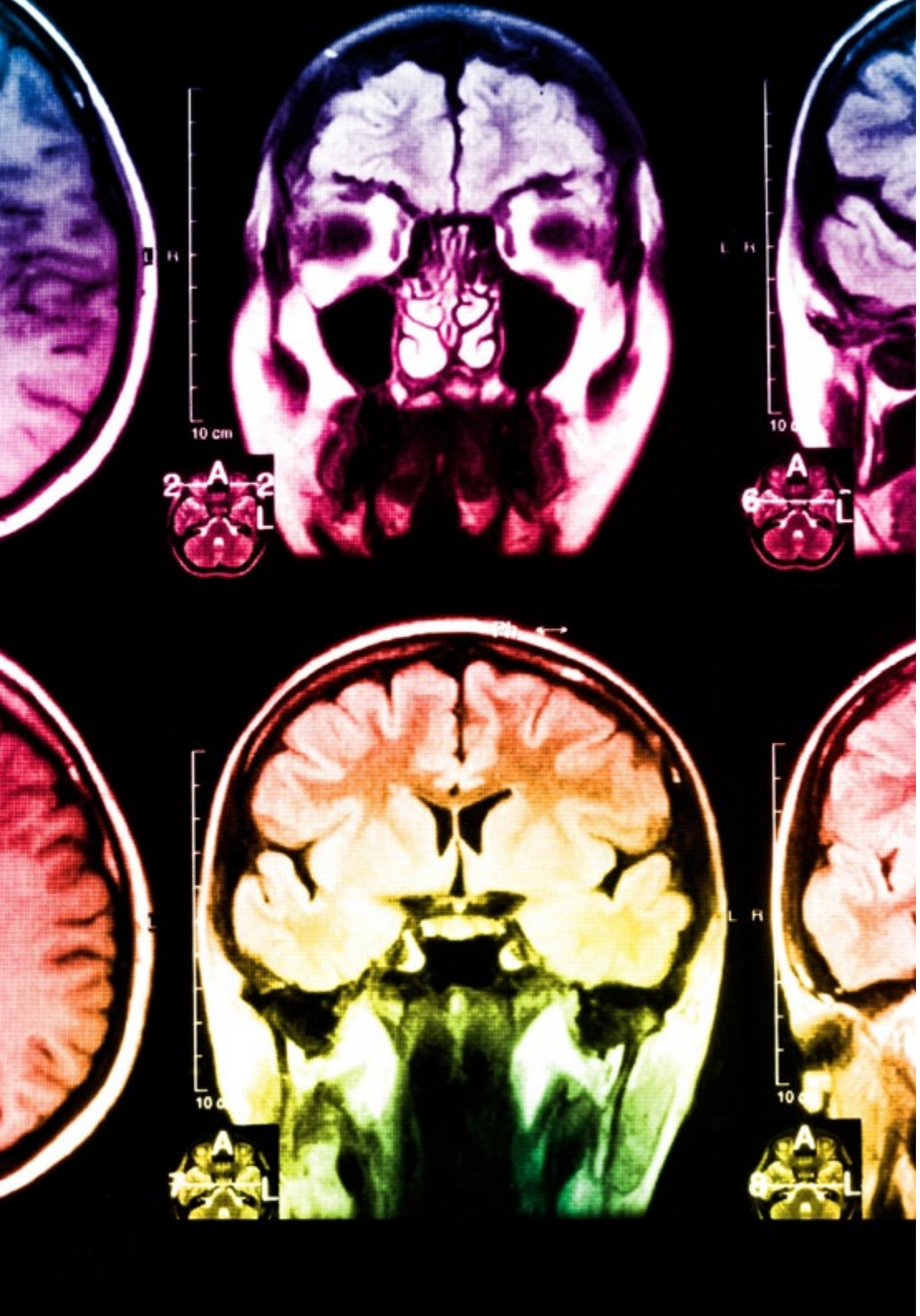
1. Los enfermeros que siguen este método no solo consiguen la asimilación de conceptos, sino un desarrollo de su capacidad mental, mediante ejercicios de evaluación de situaciones reales y aplicación de conocimientos.
2. El aprendizaje se concreta de una manera sólida en capacidades prácticas que permiten al profesional de la enfermería una mejor integración del conocimiento en el ámbito hospitalario o de atención primaria.
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.

Relearning Methodology

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

Potenciamos el Estudio de Caso con el mejor método de enseñanza 100% online: el Relearning.

El enfermero(a) aprenderá mediante casos reales y resolución de situaciones complejas en entornos simulados de aprendizaje. Estos simulacros están desarrollados a partir de software de última generación que permiten facilitar el aprendizaje inmersivo.



Situado a la vanguardia pedagógica mundial, el método Relearning ha conseguido mejorar los niveles de satisfacción global de los profesionales que finalizan sus estudios, con respecto a los indicadores de calidad de la mejor universidad online en habla hispana (Universidad de Columbia).

Con esta metodología se han capacitado más de 175.000 enfermeros con un éxito sin precedentes en todas las especialidades con independencia de la carga práctica. Nuestra metodología pedagógica está desarrollada en un entorno de máxima exigencia, con un alumnado universitario de un perfil socioeconómico alto y una media de edad de 43,5 años.

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

En nuestro programa, el aprendizaje no es un proceso lineal, sino que sucede en espiral (aprender, desaprender, olvidar y reaprender). Por eso, se combinan cada uno de estos elementos de forma concéntrica.

La puntuación global que obtiene el sistema de aprendizaje de TECH es de 8.01, con arreglo a los más altos estándares internacionales.

Este programa ofrece los mejores materiales educativos, preparados a conciencia para los profesionales:

Material de estudio

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

Estos contenidos son aplicados después al formato audiovisual, para crear el método de trabajo online de TECH. Todo ello, con las técnicas más novedosas que ofrecen piezas de gran calidad en todos y cada uno los materiales que se ponen a disposición del alumno.

Técnicas y procedimientos de enfermería en vídeo

TECH acerca al alumno las técnicas más novedosas, los últimos avances educativos y al primer plano de la actualidad en técnicas de enfermería. Todo esto, en primera persona, con el máximo rigor, explicado y detallado para contribuir a la asimilación y comprensión del estudiante. Y lo mejor de todo, puedes verlos las veces que quieras.

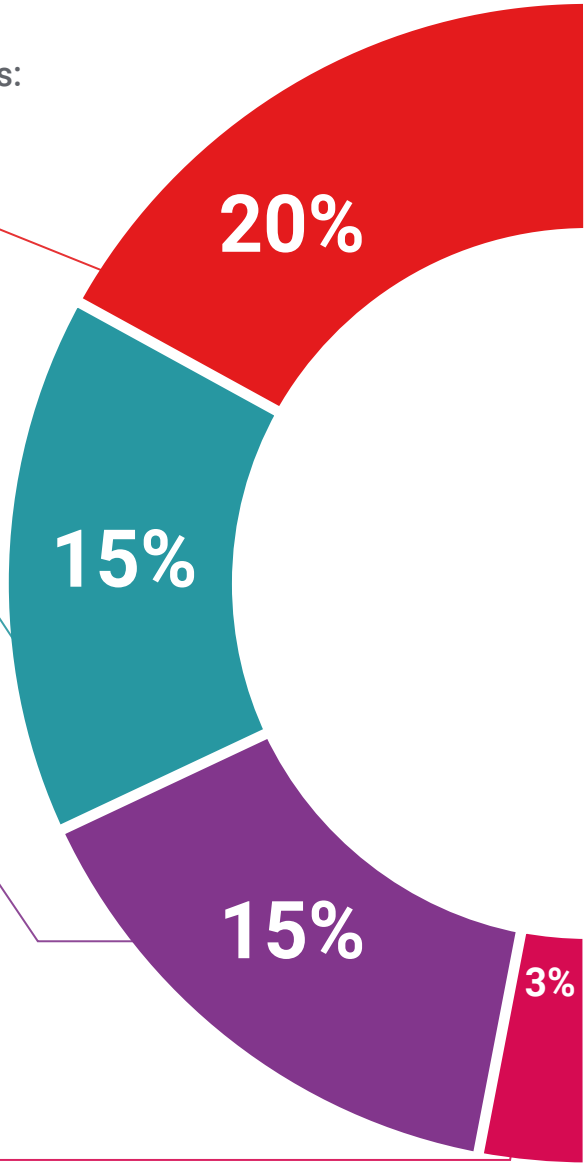
Resúmenes interactivos

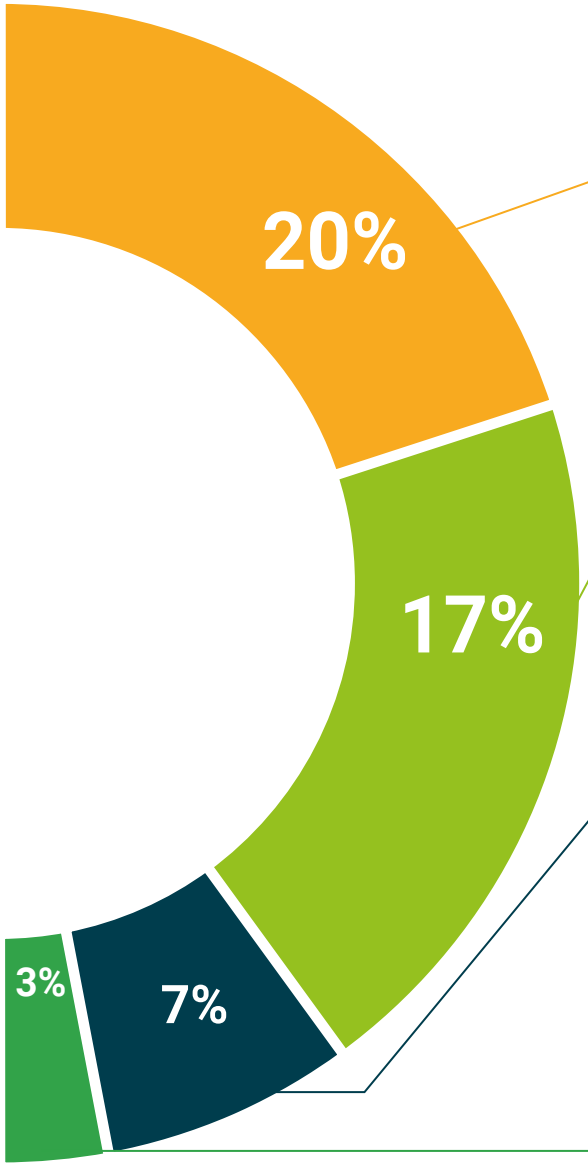
El equipo de TECH presenta los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audios, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

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

Lecturas complementarias

Artículos recientes, documentos de consenso y guías internacionales, entre otros. En la biblioteca virtual de TECH el estudiante tendrá acceso a todo lo que necesita para completar su capacitación.





Análisis de casos elaborados y guiados por expertos

El aprendizaje eficaz tiene, necesariamente, que ser contextual. Por eso, TECH presenta los desarrollos de casos reales en los que el experto guiará al alumno a través del desarrollo de la atención y la resolución de las diferentes situaciones: una manera clara y directa de conseguir el grado de comprensión más elevado.

Testing & Retesting

Se evalúan y reevalúan periódicamente los conocimientos del alumno a lo largo del programa, mediante actividades y ejercicios evaluativos y autoevaluativos: para que, de esta manera, el estudiante compruebe cómo va consiguiendo sus metas.

Clases magistrales

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

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

Guías rápidas de actuación

TECH ofrece los contenidos más relevantes del curso en forma de fichas o guías rápidas de actuación. Una manera sintética, práctica y eficaz de ayudar al estudiante a progresar en su aprendizaje.

06

Titulación

Este programa en Nutrición Deportiva para Enfermería garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Curso Universitario expedido por TECH Universidad Tecnológica.

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

Este programa te permitirá obtener el título de **Curso Universitario en Nutrición Deportiva para Enfermería** emitido por TECH Universidad Tecnológica.

TECH Universidad Tecnológica, es una Universidad española oficial, que forma parte del Espacio Europeo de Educación Superior (EEES). Con un enfoque centrado en la excelencia académica y la calidad universitaria a través de la tecnología.

Este título propio contribuye de forma relevante al desarrollo de la educación continua y actualización del profesional, garantizándole la adquisición de las competencias en su área de conocimiento y aportándole un alto valor curricular universitario a su formación. Es 100% válido en todas las Oposiciones, Carrera Profesional y Bolsas de Trabajo de cualquier Comunidad Autónoma española.

Además, el riguroso sistema de garantía de calidad de TECH asegura que cada título otorgado cumpla con los más altos estándares académicos, brindándole al egresado la confianza y la credibilidad que necesita para destacarse en su carrera profesional.

Título: **Curso Universitario en Nutrición Deportiva para Enfermería**

Modalidad: **online**

Duración: **6 semanas**

Acreditación: **4 ECTS**

tech universidad tecnológica

D/Dña _____, con documento de identificación _____ ha superado con éxito y obtenido el título de:

Curso Universitario en Nutrición Deportiva para Enfermería

Se trata de un título propio de 100 horas de duración equivalente a 4 ECTS, con fecha de inicio dd/mm/aaaa y fecha de finalización dd/mm/aaaa.

TECH Universidad Tecnológica es una universidad oficial española que pertenece al Espacio Europeo de Educación Superior (EEES).

En San Cristóbal de la Laguna, a 28 de febrero de 2024

Dr. Pedro Navarro Illana
Rector

Este título propio se deberá acompañar siempre del título universitario habilitante expedido por la autoridad competente para ejercer profesionalmente en cada país. código único TECH: AFWDR23S techtitute.com/titulos

*Apostilla de La Haya. En caso de que el alumno solicite que su título en papel recabe la Apostilla de La Haya, TECH EDUCATION realizará las gestiones oportunas para su obtención, con un coste adicional.

tech universidad tecnológica

Curso Universitario
Nutrición Deportiva para Enfermería

- Modalidad: **online**
- Duración: **6 semanas**
- Titulación: **TECH Universidad Tecnológica**
- Acreditación: **4 ECTS**
- Horario: **a tu ritmo**
- Exámenes: **online**

Curso Universitario

Nutrición Deportiva para Enfermería

Avalado por la NBA

tech universidad tecnológica