

Experto Universitario

Cuidados de Enfermería en la Práctica Deportiva

Avalado por la NBA



tech
universidad





Experto Universitario Cuidados de Enfermería en la Práctica Deportiva

- » Modalidad: online
- » Duración: 3 meses
- » Titulación: TECH Universidad
- » Acreditación: 24 ECTS
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

Acceso web: www.techtute.com/enfermeria/experto-universitario/experto-cuidados-enfermeria-practica-deportiva

Índice

01

Presentación

pág. 4

02

Objetivos

pág. 8

03

Estructura y contenido

pág. 12

04

Metodología de estudio

pág. 16

05

Titulación

pág. 26

01

Presentación

Cada vez existen más deportistas que buscan realizar actividades de prevención y promoción de la salud, pruebas diagnósticas o planificación de entrenamientos, labores las cuales realiza el personal de Enfermería. Dentro del ámbito de la actividad física, la Enfermería Deportiva juega cada vez más un papel fundamental. Este programa 100% online ofrece al personal de Enfermería una profundización en los mecanismos de cambio y adaptación de los diferentes sistemas corporales frente al deporte, y su aplicación en la práctica de los cuidados de enfermería necesarios para que éstos se realicen prestando atención a la salud. Asimismo, en el programa se profundizará en los nuevos hallazgos acerca de la nutrición y el estado nutricional como factor esencial en el deporte, así como el fenómeno del dopaje y los trastornos alimentarios.



A close-up photograph showing a pair of hands sewing a white button onto a white, textured sweater. The hands are positioned at the top of the frame, with the needle and thread visible. The sweater has a ribbed blue cuff at the bottom. The background is a solid teal color.

“

Gracias a este Experto Universitario estarás al día en los avances más recientes en estudios sobre hidratos de carbono, grasas, proteínas y ejercicio físico”

Los enfermeros juegan un papel clave en la atención al deportista, tanto desde el punto de vista de la prevención de lesiones hasta realizando intervenciones ante patologías propias de la actividad física. Este Experto Universitario se ha diseñado para facilitar al profesional de enfermería la actualización en los procedimientos de intervención en el deportista, tanto en el alto rendimiento como en el deportista amateur.

La calidad de la atención al deportista está condicionada por la actualización de los conocimientos de los profesionales que las atienden. Por ello, el profesional profundizará en los conocimientos relativos a la especificidad de este ámbito como la nutrición deportiva, la legislación de la enfermería en el deporte, la prescripción y el fomento de la actividad física deportiva y, en los problemas de salud en la disciplina. Todo ello observando a fondo los nuevos avances de la profesión.

El personal de Enfermería profundizará, en el transcurso de 3 meses, en el ámbito de aplicación de los cuidados de enfermería en la práctica deportiva, entendiendo las ventajas competitivas que aporta, por lo que se posicionará en la vanguardia del sector médico. Además, dispone de la mejor metodología de estudio 100% online, lo que elimina la necesidad de acudir presencialmente a clases y de tener que seguir un horario predeterminado.

Este **Experto Universitario en Cuidados de Enfermería en la Práctica Deportiva** contiene el programa universitario más completo y actualizado del mercado. Sus características más destacadas son:

- ♦ El desarrollo de casos prácticos presentados por expertos en Enfermería Deportiva
- ♦ Los contenidos gráficos, esquemáticos y eminentemente prácticos con los que está concebido recogen una información científica y práctica sobre aquellas disciplinas indispensables para el ejercicio profesional
- ♦ Los ejercicios prácticos donde realizar el proceso de autoevaluación para mejorar el aprendizaje
- ♦ Su especial hincapié en metodologías innovadoras
- ♦ Las lecciones teóricas, preguntas al experto, foros de discusión de temas controvertidos y trabajos de reflexión individual
- ♦ La disponibilidad de acceso a los contenidos desde cualquier dispositivo fijo o portátil con conexión a internet



TECH reúne un contenido actualizado para hacer de este Experto Universitario un proceso de profundización altamente eficaz”

“

Ahonda en el papel como enfermero en entrenamientos cardiovasculares, de resistencia, fuerza, movilidad, flexibilidad y velocidad”

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 vídeos interactivos realizados por reconocidos expertos.

Ponte al día en las intervenciones de enfermería en la alimentación pre, durante y postejercicio físico.

Profundiza en la incidencia de cardiopatías e hipertensión arterial en la actividad física y deportiva.



02

Objetivos

Este Experto Universitario tiene como objetivo fundamental ofrecer la visión y las destrezas necesarias para convertir el área del cuidado de enfermería en una herramienta de incalculable utilidad para el desarrollo del bienestar integral del ser humano en la práctica deportiva. Más allá de sus potenciales en términos físicos, en este programa también se trabajará sobre el derecho deportivo que ampara a deportistas y enfermeros.





“

Aumenta tus competencias en el uso y estudio de la biomecánica en entornos deportivos de alto rendimiento a través de este Experto Universitario”

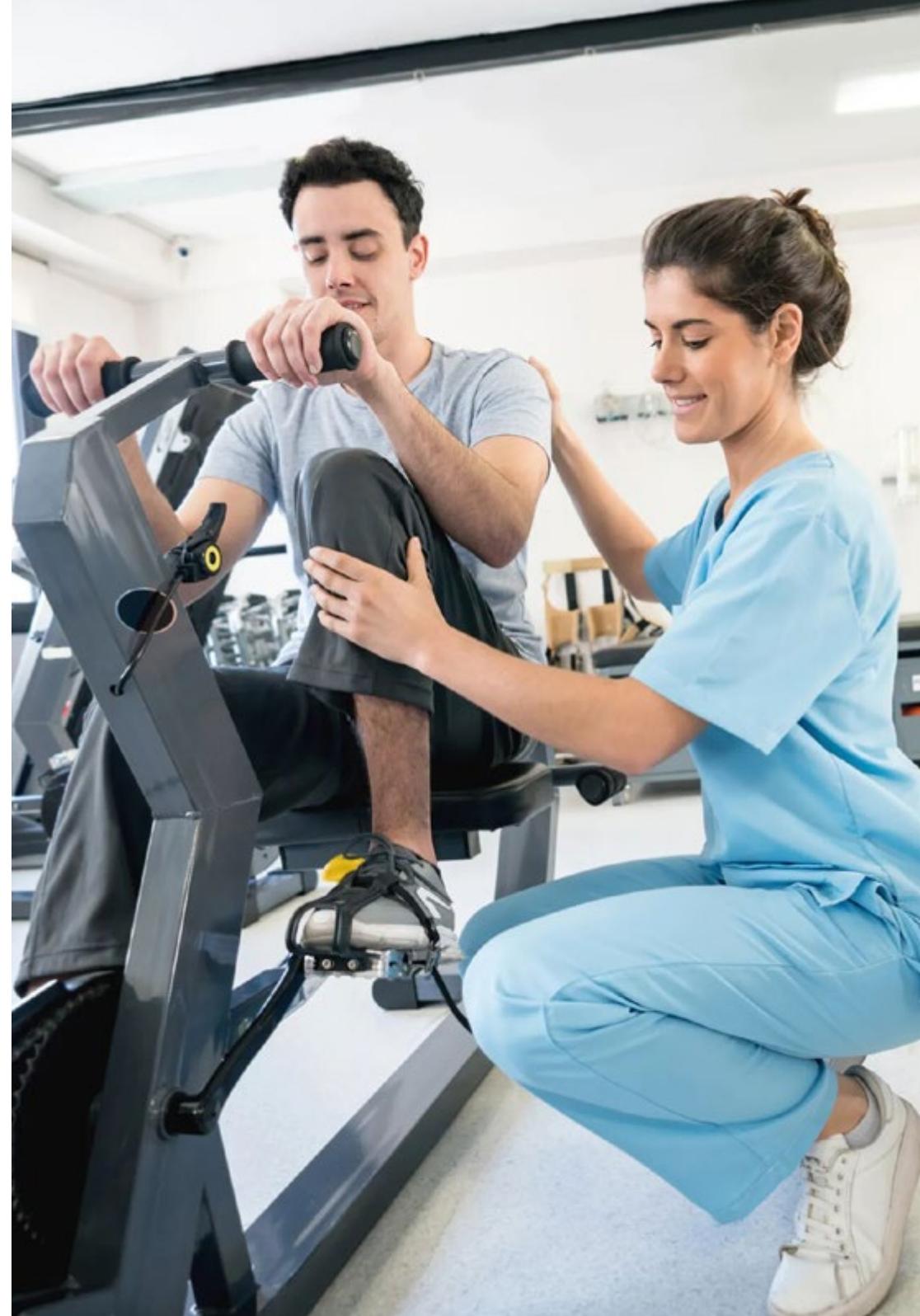


Objetivos generales

- ♦ Repasar los principales fundamentos de la nutrición deportiva y anatomofisiología de la actividad física
- ♦ Estudiar la legalidad vigente en cuanto a actividad deportiva y enfermería
- ♦ Actualizar el abordaje en las principales patologías deportivas
- ♦ Ahondar en la psicología deportiva y valoración del deportista en diferentes momentos de la temporada
- ♦ Profundizar en el uso y estudio de la biomecánica en entornos deportivos de alto rendimiento
- ♦ Desarrollar el concepto de nutrición deportiva en contextos de alto rendimiento deportivo

“

Ponte al día en el rol del enfermero en el Doping y controles Antidoping para seguir manteniendo tu reputación como enfermero especialista en deporte”





Objetivos específicos

Módulo 1. Nutrición deportiva

- ♦ Desarrollar el papel del enfermero en la valoración del gasto energético y nutrición deportiva
- ♦ Conocer los avances más recientes en estudios sobre hidratos de carbono, grasas, proteínas y ejercicio físico
- ♦ Estudiar el rol del enfermero en el *Doping* y controles *Antidoping*
- ♦ Ampliar la importancia de la nutrición en la recuperación de lesiones deportivas

Módulo 2. Enfermería, salud y deportes

- ♦ Ahondar en la legislación vigente en torno a la principal actividad deportiva
- ♦ Diferenciar el marco legal y papel del enfermero en los deportes de mayor intensidad
- ♦ Conocer ampliamente el derecho deportivo que ampara a deportistas y enfermeros
- ♦ Profundizar en la gestión de un dispositivo de enfermería deportiva desde un marco legal

Módulo 3. Prescripción y fomento de la actividad física deportiva

- ♦ Ahondar en los beneficios y riesgos de la actividad física deportiva
- ♦ Desarrollar la intervención de enfermería en las pruebas de aptitud en un programa de ejercicio físico
- ♦ Conocer el papel del enfermero en entrenamientos cardiovasculares, de resistencia, fuerza, movilidad, flexibilidad y velocidad
- ♦ Profundizar en la actividad física deportiva en poblaciones especiales

Módulo 4. Problemas de salud en el deporte

- ♦ Estudiar la intervención del enfermero en cuestiones como la diabetes, obesidad y asma en el ejercicio
- ♦ Desarrollar los conocimientos respecto a higiene postural y patología médico-quirúrgica en el deporte
- ♦ Conocer la intervención de enfermería en patologías dermatológicas, oftalmológicas y ORL en el deporte
- ♦ Profundizar en la incidencia de cardiopatías e hipertensión arterial en la actividad física y deportiva

03

Estructura y contenido

La estructura de los contenidos del Experto Universitario ha sido diseñada por los mejores profesionales del sector en Enfermería del Deporte, con una amplia trayectoria y reconocido prestigio en la profesión, avalada por el volumen de casos revisados, estudiados y diagnosticados, y con amplio dominio de las nuevas tecnologías aplicadas a la práctica deportiva desde los cuidados de enfermería.





“

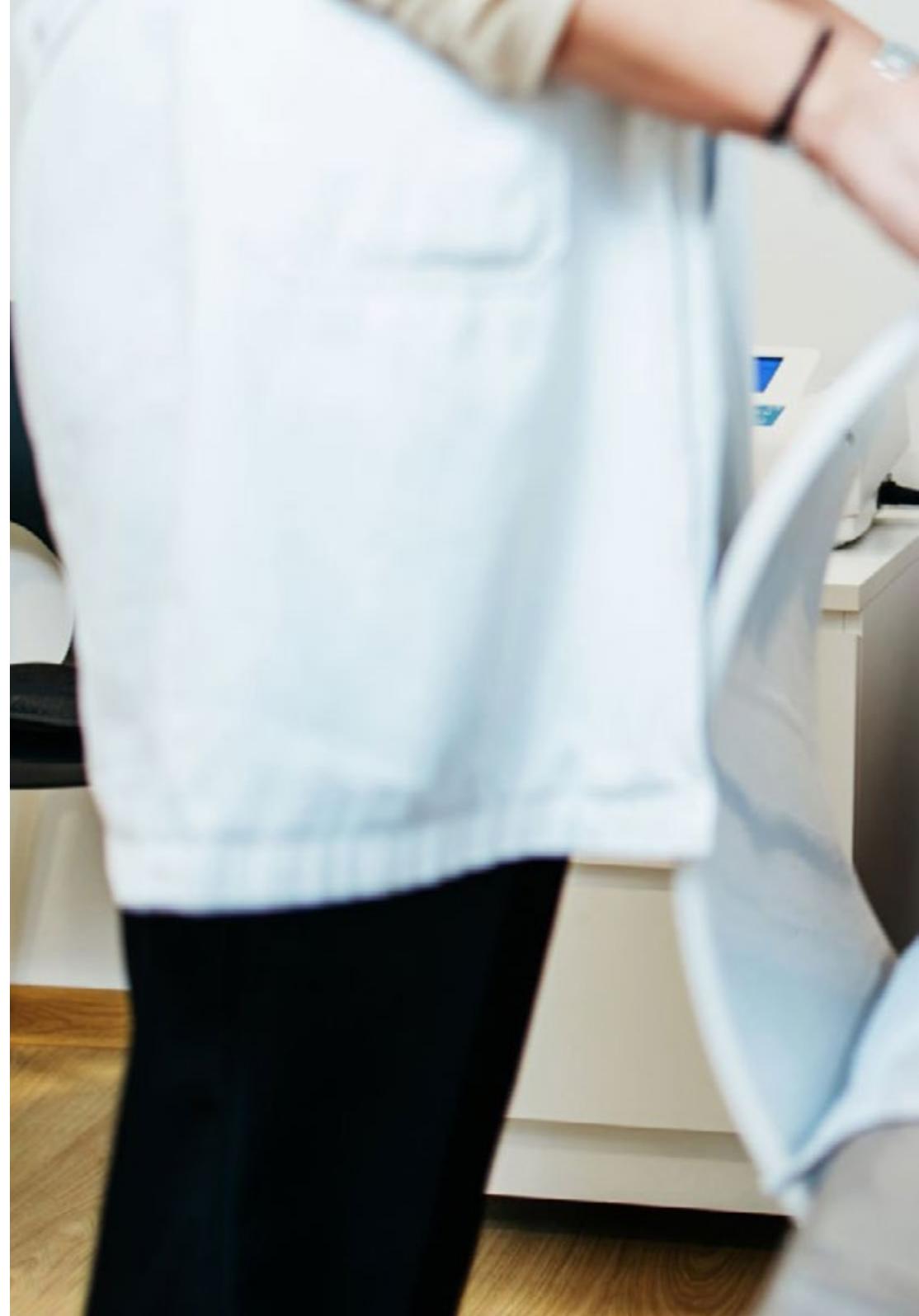
Esta titulación te aportará conocimientos actualizados para ayudar a tus pacientes a llevar una mejor alimentación y, por tanto, un mejor entrenamiento”

Módulo 1. Nutrición deportiva

- 1.1. Valoración del gasto energético. Antropometría, y composición corporal
Intervenciones de enfermería
- 1.2. Hidratos de carbono y ejercicio físico
- 1.3. Grasas y ejercicio físico
- 1.4. Proteínas y ejercicio físico
- 1.5. Suplementos vitamínicos y minerales en el ejercicio físico
- 1.6. Alimentación pre, durante y postejercicio físico. Intervenciones de enfermería
- 1.7. Reposición de líquidos y electrolitos después de una AFD. Intervenciones de enfermería
- 1.8. *Doping* y ayudas ergogénicas. Control *Antidoping*: metodología en la recogida de muestras. Intervenciones de enfermería
- 1.9. Trastornos de la conducta alimentaria y AFD. Intervenciones de enfermería
- 1.10. La nutrición en la recuperación de las lesiones deportivas

Módulo 2. Enfermería, salud y deportes

- 2.1. Ciclismo
- 2.2. Deportes de equipo
- 2.3. Deportes de raqueta
- 2.4. Natación y atletismo
- 2.5. Esquí
- 2.6. Deportes de combate
- 2.7. Remo y piragüismo
- 2.8. Efectos del ejercicio sobre la salud
- 2.9. Actividad y ejercicio físico para la mejora de la salud
- 2.10. Clasificación y criterios de selección de ejercicios y movimientos





Módulo 3. Prescripción y fomento de la actividad física deportiva

- 3.1. Principios y planificación del entrenamiento
- 3.2. Beneficios y riesgos de la AFD
- 3.3. Pruebas de aptitud para la inclusión en un programa de ejercicio físico. Intervenciones de Enfermería
- 3.4. Entrenamiento cardiovascular. Intervenciones de enfermería
- 3.5. Entrenamiento de resistencia. Intervenciones de enfermería
- 3.6. Entrenamiento de fuerza. Intervenciones de enfermería
- 3.7. Entrenamiento de movilidad, flexibilidad y coordinación. Intervenciones de enfermería
- 3.8. AFD en poblaciones especiales. Intervenciones de enfermería
- 3.9. Entrenamiento de flexibilidad
- 3.10. Entrenamiento de velocidad y agilidad

Módulo 4. Problemas de salud en el deporte

- 4.1. Hipertensión arterial, hiperlipemias y ejercicio
- 4.2. Diabetes y ejercicio
- 4.3. Obesidad, control de peso y ejercicio
- 4.4. Cardiopatías y ejercicio. Rehabilitación cardiovascular
- 4.5. Asma, ejercicio físico y deporte
- 4.6. OCFA y ejercicio físico. Rehabilitación en pacientes respiratorios
- 4.7. El ejercicio en los trastornos hematológicos e infecciosos
- 4.8. Osteoartritis, osteoporosis en relación con ejercicio y deporte
- 4.9. El dolor lumbar y el ejercicio. Higiene postural. Intervenciones de enfermería
- 4.10. Patologías dermatológicas, oftalmológicas y ORL en el deporte
- 4.11. Intervenciones de enfermería en la patología médico-quirúrgica en el deporte
- 4.12. Higiene y aseo personal en el deporte. Intervenciones de enfermería

04

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 intenso 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.





Case Studies

Completarás una selección de los mejores *case studies* de la materia. Casos presentados, analizados y tutorizados por los mejores especialistas del panorama internacional.



Testing & Retesting

Evaluamos y reevaluamos periódicamente tu conocimiento a lo largo del programa. Lo hacemos sobre 3 de los 4 niveles de la Pirámide de Miller.



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 nuestras 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.



05

Titulación

Este programa en Cuidados de Enfermería en la Práctica Deportiva garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Experto Universitario expedido por TECH Universidad.



“

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

Este programa te permitirá obtener el título de **Experto Universitario en Cuidados de Enfermería en la Práctica Deportiva** emitido por TECH Universidad.

TECH 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: **Experto Universitario en Cuidados de Enfermería en la Práctica Deportiva**

Modalidad: **online**

Duración: **3 meses**

Acreditación: **24 ECTS**





Experto Universitario
Cuidados de Enfermería
en la Práctica Deportiva

- » Modalidad: online
- » Duración: 3 meses
- » Titulación: TECH Universidad
- » Acreditación: 24 ECTS
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

Experto Universitario

Cuidados de Enfermería en la Práctica Deportiva

Avalado por la NBA

