# Máster Semipresencial

## Nutrición Deportiva para Enfermería

tech universidad tecnológica

tech universidad tecnológica

# Máster Semipresencial

## Nutrición Deportiva para Enfermería

Modalidad: **Semipresencial (Online + Prácticas Clínicas)**
Duración: **12 meses**
Titulación: **TECH Universidad Tecnológica**
**60 + 5 créditos ECTS**
Horas lectivas: **1.620 h.**
Acceso web: **www.techtitute.com/enfermeria/master-semipresencial/master-semipresencial-nutricion-deportiva-enfermeria**

# Índice


01 Presentación — pág. 4

02 ¿Por qué cursar este Máster Semipresencial? — pág. 8

03 Objetivos — pág. 12

04 Competencias — pág. 18

05 Dirección del curso — pág. 22

06 Estructura y contenido — pág. 28

07 Prácticas Clínicas — pág. 32

08 ¿Dónde puedo hacer las Prácticas Clínicas? — pág. 38

09 Metodología — pág. 42

10 Titulación — pág. 50

01

# Presentación

La alimentación es uno de los factores que influye notablemente en el rendimiento de un deportista, ya sea en la fase de preparación de una competición de alto nivel o en un proceso de recuperación tras una lesión. El asesoramiento integral y el seguimiento del profesional de la enfermería en la estrategia nutricional son, por tanto, claves en el éxito del atleta. Es por ello, por lo que nace esta titulación, que ofrece al egresado la información más actual sobre nutrición deportiva de la mano de profesionales expertos y con experiencia en el mundo deportivo. Todo ello, a través de un contenido multimedia innovador al que tendrá acceso las 24 horas del día desde un ordenador con conexión a internet. Asimismo, el alumnado, una vez concluya la etapa teórica 100% online, realizará una estancia de 3 semanas en un centro, donde podrá ampliar sus conocimientos junto a profesionales del sector y obtener la titulación en un máximo de 12 meses.

*Un Máster Semipresencial que te permitirá estar al día en Nutrición Deportiva en tan solo 12 meses"*

La nutrición cobra cada vez mayor relevancia en el ámbito deportivo dado los efectos positivos que genera una adecuada estrategia alimentaria en el rendimiento del deportista. Es por ello, que los clubes y deportistas incluyen cada vez más en sus equipos a profesionales que les asesoren y establezcan pautas de alimentación acordes a la competición o situación física en la que se encuentre.

Una preparación nutricional que tiene igual peso que los propios ejercicios físicos. Es por eso, que es necesario que los profesionales de la enfermería estén en constante actualización sobre la alimentación y las necesidades energéticas atendiendo a las características del deportista y la fase en la práctica deportiva en la que se encuentre. En esta línea, TECH ofrece a los especialistas este Máster Semipresencial en Nutrición Deportiva para Enfermería, cuyo objetivo es ofrecer la información más reciente en este ámbito de la mano de un equipo docente altamente cualificado y con dilatada experiencia en el mundo sanitario y deportivo.

Un programa que consta de una etapa teórica impartida en modalidad exclusivamente online y en la que el egresado se adentrará en las nuevas tendencias de alimentación (Probióticos, Prebióticos y Sinbióticos), en la valoración del estado nutricional y de la dieta del deportista, así como los aspectos psicológicos que pueden influir en el atleta. Todo ello, mediante recursos pedagógicos, en los que se ha empleado la última tecnología aplicada a la enseñanza. Asimismo, en este itinerario académico se incluyen 10 exclusivas *Masterclasses* impartidas por un verdadero experto, un referente de la Enfermería Internacional.

El enfermero está, por tanto, ante una excelente oportunidad de poder estar al día en Nutrición Deportiva a través de un programa impartido en modalidad 100% online y a cuyo contenido podrá acceder cómodamente. Y es que tan solo necesita de un dispositivo electrónico (ordenador, tablet o móvil) con conexión a internet para poder visualizar, en cualquier momento, el temario alojado en el Campus Virtual. Sin presencialidad, ni clases con horarios fijos, este Máster Semipresencial es ideal para aquellos profesionales que busquen una actualización de sus conocimientos compatible con sus responsabilidades laborales y/o personales.

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

- Desarrollo de más de 100 casos clínicos presentados por profesionales de nutrición expertos en cuidados nutricionales de deportistas de alto nivel
- 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
- Planes integrales de actuación sistematizada ante las problemáticas del sector salud
- Presentación de talleres prácticos sobre Nutrición Clínica
- Sistema interactivo de aprendizaje basado en algoritmos para la toma de decisiones sobre las situaciones planteadas
- Guías de práctica clínica sobre el abordaje de las diferentes patologías
- Especial hincapié en las tendencias en nutrición y nuevas patologías
- Todo esto se complementará con 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
- Además, podrás realizar una estancia de prácticas clínicas en uno de los mejores centros de alto rendimiento en uno de los mejores centros hospitalarios

*Completa este itinerario académico a través de las exhaustivas Masterclasses de un experto internacional de máximo prestigio”*

*Tan solo necesitas de un dispositivo electrónico con conexión a internet para poder visualizar, en cualquier momento, el contenido de este programa”*

*Podrás profundizar cuando lo desees en las novedades sobre ergogénicas y la normativa actual antidopaje.*

*Reduce las largas horas de estudio y de memorización gracias al sistema Relearning empleado por TECH en todas sus titulaciones.*

En esta propuesta de Máster Semipresencial, de carácter profesionaly modalidad semipresencial, el programa está dirigido a la actualización de profesionales de la enfermería que desarrollan sus funciones en centros de alto rendimiento, centros clínicos u hospitalarios, y que requieren un alto nivel de cualificación. Los contenidos están basados en la última evidencia científica, y orientados de manera didáctica para integrar el saber teórico en la práctica enfermera, y los elementos teórico-prácticos facilitarán la actualización del conocimiento y permitirán la toma de decisiones en el manejo del paciente.

Gracias a su contenido multimedia elaborado con la última tecnología educativa, permitirán al profesional de enfermería un aprendizaje situado y contextual, es decir; un entorno simulado que proporcionará un aprendizaje inmersivo programado para entrenarse ante situaciones reales. El diseño de este programa se centra en el Aprendizaje Basado en Problemas, mediante el cual deberá tratar de resolver las distintas situaciones de práctica profesional que se le planteen a lo largo del mismo. Para ello, contará con la ayuda de un novedoso sistema de vídeo interactivo realizado por reconocidos expertos.

02

# ¿Por qué cursar este Máster Semipresencial?

En un mercado pedagógico plagado de capacitaciones profesionales, elegir la que mejor se adapte a sus necesidades no es tarea fácil. Sin embargo, considerar la calidad y actualidad del contenido, el apoyo de los profesionales expertos desde una tutoría especializada y que además fundamente en estudio teórico con una estancia presencial práctica solo es posible gracias a TECH. En este espacio académico, el profesional encontrará todo lo necesario para perfeccionar su praxis clínica diaria y sus habilidades en cuanto a atención del paciente deportivo, quien busca los mejores asesoramientos en materia nutricional. Gracias a este Máster Semipresencial alcanzará el nivel de excelencia en tan solo 12 meses con 3 semanas de estancia presencial en un centro clínico de referencia. Así, podrá poner en práctica los conocimientos obtenidos en el plan de estudios planteado.

*TECH es la única universidad que te ofrece la posibilidad de adentrarte en entornos clínicos reales y de máxima exigencia para profundizar, de la mano de los mejores especialistas, en los últimos avances en Nutrición Deportiva para Enfermería. Matricúlate ahora"*

### 1. Actualizarse a partir de la última tecnología disponible

El papel del enfermero en un área ha evolucionado. Por eso, TECH ha desarrollado este programa, con el objetivo de acercar al profesional a los casos más diversos de pacientes interesados por mejorar su rendimiento deportivo a través de la nutrición. Para ello, el enfermero se adentrará en un entorno clínico de vanguardia, accediendo a tecnología de última generación y personal técnico especializado.

### 2. Profundizar a partir de la experiencia de los mejores especialistas

El alumno nunca estará solo, porque TECH seleccionará un tutor que le acompañará en todo el proceso, directamente en el centro clínico donde se realizarán las capacitaciones prácticas. Además, trabajará de la mano con un equipo multidisciplinar que le integrará en las actividades correspondientes a este programa.

### 3. Adentrarse en entornos clínicos de primera

TECH selecciona minuciosamente todos los centros disponibles para las Capacitaciones Prácticas. Gracias a ello, el profesional de la enfermería tendrá garantizado el acceso a un entorno clínico de prestigio en el área de Nutrición Deportiva. De esta manera, podrá comprobar el día a día de un área de trabajo exigente, rigurosa y exhaustiva, aplicando siempre las últimas tesis y postulados científicos en su metodología de trabajo.

### 4. Combinar la mejor teoría con la práctica más avanzada

TECH pone en valor tanto la importancia del estudio teórico como la capacitación práctica del profesional en este programa, dando la posibilidad al enfermero adentrarse a un entorno clínico avanzado, con los recursos técnicos necesarios para ampliar sus destrezas en cuanto a la Nutrición Deportiva. Todo el programa se desarrolla a lo largo de 12 meses el sistema más ágil y dinámico, ajustado a tus necesidades.

### 5. Expandir las fronteras del conocimiento

Con TECH no hay fronteras para adquirir conocimientos. Desde su máxima expresión de actualización, ha seleccionado espacios donde el profesional de la enfermería pueda desarrollar una estancia presencial donde llevará a la práctica todo lo que sabe sobre Nutrición Deportiva. Así, disfrutará de una experiencia de crecimiento única para su bagaje intelectual.

*Tendrás una inmersión práctica total en el centro que tú mismo elijas”*

03

# Objetivos

El diseño del programa de este Máster Semipresencial permitirá al alumnado en tan solo 12 meses conseguir la actualización de conocimiento que busca sobre Nutrición Deportiva. Ello será posible gracias a los recursos didácticos multimedia y al equipo docente especializado que forma parte de esta titulación. Asimismo, el profesional contará con una etapa práctica que le aproximará aún más a la realidad actual en este ámbito deportivo.

*Lograrás estar al tanto de las técnicas empleadas actualmente para la evaluación nutricional del deportista y la adaptación de su dieta"*

## Objetivo general

- El objetivo general que tiene el Máster Semipresencial en Nutrición Deportiva para Enfermería es el de conseguir que el alumnado conozca las últimas tendencias en Nutrición, tanto para el cuidado de la salud del deportista sano, como el de aquel que presenta patologías. Además, obtendrá un conocimiento actualizado que le permitirá promover estrategias atendiendo a las características del paciente y a la disciplina deportiva que practique

*Los casos de estudio facilitados por los especialistas que imparten esta titulación te ayudarán a integrar sus métodos en tu praxis diaria"*

## Objetivos específicos

### Módulo 1. Nuevos avances en alimentación

- Analizar los distintos métodos de valoración del estado nutricional
- Interpretar e integrar los datos antropométricos, clínicos, bioquímicos, hematológicos, inmunológicos y farmacológicos en la valoración nutricional del enfermo y en su tratamiento dietético-nutricional

### Módulo 2. Tendencias actuales en nutrición

- Detectar precozmente y evaluar las desviaciones por exceso o defecto, cuantitativas y cualitativas, del balance nutricional
- Describir la composición y utilidades de los nuevos alimentos

### Módulo 3. Valoración del estado nutricional y de la dieta. Aplicación en la práctica

- Explicar las distintas técnicas y productos de soporte nutricional básico y avanzado relacionadas con la nutrición del paciente
- Definir la utilización correcta de las ayudas ergogénicas

### Módulo 4. Alimentación en la práctica deportiva

- Explicar la normativa actual antidopaje
- Identificar los trastornos psicológicos relacionados con la práctica del deporte y la Nutrición

### Módulo 5. Fisiología muscular y metabólica relacionada con el ejercicio

- Conocer de manera profunda la estructura del músculo esquelético
- Comprender en profundidad el funcionamiento del músculo esquelético
- Profundizar en las adaptaciones más importantes que se producen en deportistas
- Profundizar en los mecanismos de producción de energía con base en el tipo de ejercicio realizado
- Profundizar en la integración de los diferentes sistemas energéticos que conforman el metabolismo energético del músculo

### Módulo 6. Vegetarianismo y veganismo

- Diferenciar entre los distintos tipos de deportistas vegetarianos
- Conocer de manera profunda los principales errores cometidos
- Tratar las notables carencias nutricionales que presentan los deportistas
- Manejar habilidades que permitan dotar al deportista de las mejores herramientas a la hora de combinar alimentos

### Módulo 7. Diferentes etapas o poblaciones específicas

- Explicar características particulares a nivel fisiológico a tener en cuenta en el abordaje nutricional de los diferentes colectivos
- Comprender en profundidad los factores externos e internos que influyen en el abordaje nutricional de estos colectivos

**Módulo 8. Nutrición para la readaptación y recuperación funcional**

- Abordar el concepto de alimentación integral como elemento clave en el proceso de readaptación y recuperación funcional
- Distinguir las diferentes estructuras y propiedades tanto de macronutrientes como de micronutrientes
- Priorizar la importancia tanto de la ingesta de agua como de la hidratación en los procesos de recuperación
- Analizar los diferentes tipos de fitoquímicos y su papel esencial en la mejora del estado de salud y la regeneración del organismo

**Módulo 9. Alimentación, salud y prevención de enfermedad: problemática actual y recomendaciones para la población general**

- Analizar hábitos de alimentación del paciente, así como su problemática y motivación
- Actualizar las recomendaciones nutricionales basadas en la evidencia científica para su aplicación en la práctica clínica
- Capacitar para el diseño de estrategias de educación nutricional y atención al paciente

**Módulo 10. Valoración del estado nutricional y cálculo de planes nutricionales personalizados, recomendaciones y seguimiento**

- Adecuar valoración del caso clínico, interpretación de causas y riesgos
- Calcular de forma personalizada los planes nutricionales teniendo en cuenta todas las variables individuales
- Planificar planes nutricionales y modelos para la una recomendación completa y práctica

04

# Competencias

En el transcurso de esta titulación universitaria, el especialista potenciará sus competencias y habilidades para poder establecer pautas nutricionales a los deportistas atendiendo a la información más novedosa y actual en este ámbito. Con ello, cumplirá su función de asesoramiento y seguimiento a atletas ya sean de alto rendimiento o amateur. Los casos de estudio práctico facilitados por los expertos que imparten esta titulación servirán para poder acercar casos reales e integrar dicha metodología en la praxis habitual del profesional de la enfermería.

*Con este programa podrás potenciar tus competencias y habilidades en la atención nutricional a deportistas con patologías y en fase de recuperación"*

## Competencias generales

- Aplicar en sus pacientes las nuevas tendencias en nutrición deportiva
- Aplicar las nuevas corrientes de la nutrición según las patologías del adulto
- Investigar los problemas nutricionales de sus pacientes

*A través de este programa podrás actualizar tus conocimientos en Nutrición Deportiva, y te convertirás en un enfermero especializado que destacará en entornos clínicos modernos"*

## Competencias específicas

- Valorar el estado nutricional de un paciente
- Identificar problemas nutricionales de los pacientes y aplicar los tratamientos y dietas más precisos en cada caso
- Conocer las composiciones de los alimentos, identificar sus utilidades y añadirlas a las dietas de los pacientes que las necesitan
- Conocer las normas antidopaje
- Buscar ayuda para los pacientes con trastornos psicológicos derivados de la práctica del deporte y la nutrición
- Estar al día en seguridad alimentaria y conocer los posibles peligros de los alimentos
- Identificar los beneficios de la dieta mediterránea
- Identificar las necesidades energéticas de los deportistas y realizarles dietas adecuadas

05

# Dirección del curso

En su máxima de ofrecer al alumnado una enseñanza de calidad y al alcance de todos, TECH ha reunido en este Máster Semipresencial en Nutrición Deportiva para Enfermería a un excelente equipo docente que destacan por su experiencia en el cuidado a deportistas de alta competición. Su extenso saber queda patente además en el contenido al que tendrá acceso el profesional de la Enfermería, las 24 horas del día, desde cualquier dispositivo con conexión a internet.

*Impulsa tu trayectoria académica de la mano de los mejores y adquiere los conocimientos y competencias que necesitas para prosperar en el ámbito de la hepatología”*

## Directora Invitada Internacional

Shelby Johnson posee una destacada carrera como **Nutricionista Deportiva**, especializada en **deportes universitarios** en **Estados Unidos**. De hecho, su experiencia y conocimientos específicos en esta área han resultado clave en su objetivo de contribuir al mejor desempeño de los **atletas de alto rendimiento**.

Como **Directora de Nutrición Deportiva** en la Universidad de Duke, ha proporcionado asistencia en el **ámbito nutricional** y de la **salud** a los **estudiantes deportistas**. Además, ha formado parte del **grupo de nutricionistas** de la Universidad de Misuri y de los equipos de **fútbol**, **lacrosse** y **baloncesto femenino** de la Universidad de Florida.

Igualmente, su compromiso por ofrecer a los **jóvenes atletas** el mejor **asesoramiento nutricional** durante sus entrenos y competiciones, la ha llevado a desempeñar una notable labor en este campo profesional. De esta manera, para garantizar la mejor **atención a los deportistas**, se ha encargado de realizar **análisis de composición corporal** y **construir planes personalizados**, según el objetivo de cada persona. Asimismo, ha orientado a los **deportistas** sobre las **dietas** más adecuadas a sus esfuerzos físicos, con el fin de contribuir a su pleno desempeño y evitar problemas de **salud**.

Durante su etapa profesional, Shelby Johnson ha ejercido una labor integral en **nutrición deportiva**, y es que su capacidad para adaptarse a diferentes disciplinas le ha permitido ampliar sus áreas de ocupación y ofrecer una atención mucho más precisa.

Así, gracias a su capacitación y experiencia, ha creado una **Política de Sensibilidad Alimentaria para la Salud Deportiva**, buscando poner en valor la relevancia de la correcta **nutrición para la salud**. Por ello, su objetivo siempre ha sido difundir toda información que ayude a los **deportistas** a concienciarse sobre los mejores **nutrientes**, **vitaminas** y **alimentos** para lograr sus objetivos.

## Dña. Johnson, Shelby

- Directora de Nutrición Deportiva en la Universidad de Duke, Durham, Estados Unidos
- Asesora Nutricionista
- Nutricionista de los equipos de fútbol, lacrosse y baloncesto femenino en la Universidad de Florida
- Especialista en Nutrición Deportiva
- Máster en Fisiología Aplicada y Kinesiología por la Universidad de Florida
- Graduada en Dietética por la Universidad de Lipscomb

*Gracias a TECH podrás aprender con los mejores profesionales del mundo”*

## Director Invitado

### Dr. Pérez de Ayala, Enrique

- Jefe del Servicio de Medicina Deportiva en la Policlínica Gipuzkoa
- Licenciado en Medicina por la Universidad Autónoma de Barcelona
- Máster en Valoración del Daño Corporal
- Experto en Biología y Medicina del Deporte por la Universidad Pierre et Marie Curie
- Exjefe de la Sección de Medicina Deportiva de la Real Sociedad de Futbol
- Miembro de: Asociación Española de Médicos de Equipos de Fútbol, Federación Española de Medicina Deportiva, Sociedad Española de Medicina Aeroespacial

## Profesores

### Dña. Urbeltz, Uxue

- Monitora en BPX, Patronato de Deportes de San Sebastián
- Dietista en Policlínica Gipuzkoa
- Grado Superior en Dietética y Nutrición
- Grado en Ingeniería de Innovación en Procesos y Productos Alimentarios por la Universidad Pública de Navarra
- Posgrado Online en Microbiota por Regenera
- Certificado en Antropometría ISAK Nivel 1 por The International Society for the Advancement of Kinanthropometry (ISAK)

### Dña. Aldalur Mancisidor, Ane

- Dietista Especializada en Alimentación Basada en Plantas
- Grado en Enfermería
- Grado Superior Técnico en Dietética y Nutrición por Cebanc
- Experto en TCA y Nutrición Deportiva
- Miembro del Gabinete de Dietética del Servicio Vasco de la Salud

06

# Estructura y contenido

Esta institución académica emplea en todos sus programas el sistema Relearning, basado en la reiteración de contenido. Gracias a este método, el alumnado que se adentre en este Máster Semipresencial podrá ahondar de un modo mucho más ágil y dinámico por las últimas tendencias en alimentación y nutrición, los métodos aplicados para la valoración del deportista o la planificación dietética adaptada a las modalidades deportivas. Asimismo, el egresado dispone de vídeo resúmenes, vídeos en detalle, esquemas o lecturas complementarias, que facilitarán aún más la actualización de conocimientos.

*¿Quieres ser parte del equipo sanitario de grandes clubes? Adéntrate en esta titulación universitaria y actualiza tus conocimientos en Nutrición Deportiva"*

## **Módulo 1.** Nuevos avances en alimentación

1.1. Bases moleculares de la Nutrición
1.2. Actualización en la composición de alimentos
1.3. Tablas de composición de alimentos y bases de datos nutricionales
1.4. Fitoquímicos y compuestos no nutritivos
1.5. Nuevos alimentos
  1.5.1. Nutrientes funcionales y compuestos bioactivos
  1.5.2. Probióticos, Prebióticos y Sinbióticos
  1.5.3. Calidad y diseño
1.6. Alimentos ecológicos
1.7. Alimentos transgénicos
1.8. El agua como nutriente
1.9. Seguridad alimentaria
  1.9.1. Peligros físicos
  1.9.2. Peligros químicos
  1.9.3. Peligros microbiológicos
1.10. Nuevo etiquetado alimentario e información al consumidor
1.11. Fitoterapia aplicada a patologías nutricionales

## **Módulo 2.** Tendencias actuales en nutrición

2.1. Nutrigenética
2.2. Nutrigenómica
  2.2.1. Fundamentos
  2.2.2. Métodos
2.3. Inmunonutrición
  2.3.1. Interacciones nutrición-inmunidad
  2.3.2. Antioxidantes y función inmune
2.4. Regulación fisiológica de la alimentación. Apetito y saciedad
2.5. Psicología y alimentación
2.6. Nutrición y sueño
2.7. Actualización en objetivos nutricionales e ingestas recomendadas
2.8. Nuevas evidencias en dieta mediterránea

## **Módulo 3.** Valoración del estado nutricional y de la dieta. Aplicación en la práctica

3.1. Bioenergética y nutrición
  3.1.1. Necesidades energéticas
  3.1.2. Métodos de valoración del gasto energético
3.2. Valoración del estado nutricional
  3.2.1. Análisis de la composición corporal
  3.2.2. Diagnóstico clínico. Síntomas y signos
  3.2.3. Métodos bioquímicos, hematológicos e inmunológicos
3.3. Valoración de la ingesta
  3.3.1. Métodos de análisis de la ingesta de alimentos y nutrientes
  3.3.2. Métodos directos e indirectos
3.4. Actualización en requerimientos nutricionales e ingestas recomendadas
3.5. Alimentación en el adulto sano. Objetivos y guías. Dieta Mediterránea
3.6. Alimentación en la menopausia
3.7. Nutrición en las personas de edad avanzada

## **Módulo 4.** Alimentación en la práctica deportiva

4.1. Fisiología del ejercicio
4.2. Adaptación fisiológica a los distintos tipos de ejercicio
4.3. Adaptación metabólica al ejercicio. Regulación y control
4.4. Valoración de las necesidades energéticas y del estado nutricional del deportista
4.5. Valoración de la capacidad física del deportista
4.6. Alimentación en las distintas fases de la práctica deportiva
  4.6.1. Precompetitiva
  4.6.2. Durante
  4.6.3. Postcompetición
4.7. Hidratación
  4.7.1. Regulación y necesidades
  4.7.2. Tipos de bebidas
4.8. Planificación dietética adaptada a las modalidades deportivas

4.9. Ayudas ergogénicas y normativa actual antidopaje
  4.9.1. Recomendaciones AMA y AEPSAD
4.10. La nutrición en la recuperación de las lesiones deportivas
4.11. Trastornos psicológicos relacionados con la práctica del deporte
  4.11.1. Trastornos alimentarios: vigorexia, ortorexia, anorexia
  4.11.2. Fatiga por sobreentrenamiento
  4.11.3. La triada de la atleta femenina
4.12. El papel del coach en el rendimiento deportivo

## **Módulo 5.** Fisiología muscular y metabólica relacionada con el ejercicio

5.1. Adaptaciones cardiovasculares relativas al ejercicio
  5.1.1. Aumento del volumen sistólico
  5.1.2. Disminución de la frecuencia cardiaca
5.2. Adaptaciones ventilatorias relativas al ejercicio
  5.2.1. Cambios en el volumen ventilatorio
  5.2.2. Cambios en el consumo de oxígeno
5.3. Adaptaciones hormonales relativas al ejercicio
  5.3.1. Cortisol
  5.3.2. Testosterona
5.4. Estructura del músculo y tipos de fibras musculares
  5.4.1. La fibra muscular
  5.4.2. Fibra muscular tipo I
  5.4.3. Fibras musculares tipo II
5.5. Concepto de umbral láctico
5.6. ATP y metabolismo de los fosfágenos
  5.6.1. Rutas metabólicas para la resítesis de ATP durante el ejercicio
  5.6.2. Metabolismo de los fosfágenos
5.7. Metabolismo de los hidratos de carbono
  5.7.1. Movilización de los hidratos de carbono durante el ejercicio
  5.7.2. Tipos de glucólisis
5.8. Metabolismo de los lípidos
  5.8.1. Lipólisis
  5.8.2. Oxidación de grasa durante el ejercicio
  5.8.3. Cuerpos cetónicos
5.9. Metabolismo de las proteínas
  5.9.1. Metabolismo del amonio
  5.9.2. Oxidación de aminoácidos
5.10. Bioenergética mixta de las fibras musculares
  5.10.1. Fuentes energéticas y su relación con el ejercicio
  5.10.2. Factores que determinan el uso de una u otra fuente de energía durante el ejercicio

## **Módulo 6.** Vegetarianismo y veganismo

6.1. Vegetarianismo y veganismo en la historia del deporte
  6.1.1. Comienzos del veganismo en el deporte
  6.1.2. Deportistas vegetarianos en la actualidad
6.2. Diferentes tipos de alimentación vegetariana (cambiar palabra vegetariana)
  6.2.1. Deportista vegano
  6.2.2. Deportista vegetariano
6.3. Errores frecuentes en el deportista vegano
  6.3.1. Balance energético
  6.3.2. Consumo de proteína
6.4. Vitamina B12
  6.4.1. Suplementación de B12
  6.4.2. Biodisponibilidad de alga espirulina
6.5. Fuentes proteicas en la alimentación vegana/vegetariana
  6.5.1. Calidad proteica
  6.5.2. Sostenibilidad ambiental
6.6. Otros nutrientes clave en veganos
  6.6.1. Conversión ALA en EPA/DHA
  6.6.2. Fe, Ca, Vit-D y Zn
6.7. Valoración bioquímica/carencias nutricionales
  6.7.1. Anemia
  6.7.2. Sarcopenia
6.8. Alimentación Vegana vs. Alimentación omnívora
  6.8.1. Alimentación evolutiva
  6.8.2. Alimentación actual

6.9. Ayudas ergogénicas
- 6.9.1. Creatina
- 6.9.2. Proteína vegetal

6.10. Factores que disminuyen la absorción de nutrientes
- 6.10.1. Alto consumo de fibra
- 6.10.2. Oxalatos

## **Módulo 7.** Diferentes etapas o poblaciones específicas

7.1. Nutrición en la mujer deportista
- 7.1.1. Factores limitantes
- 7.1.2. Requerimientos

7.2. Ciclo menstrual
- 7.2.1. Fase lútea
- 7.2.2. Fase folicular

7.3. Triada
- 7.3.1. Amenorrea
- 7.3.2. Osteoporosis

7.4. Nutrición en la mujer deportista embarazada
- 7.4.1. Requerimientos energéticos
- 7.4.2. Micronutrientes

7.5. Efectos del ejercicio físico en el niño deportista
- 7.5.1. Entrenamiento de fuerza
- 7.5.2. Entrenamiento de resistencia

7.6. Educación nutricional en el niño deportista
- 7.6.1. Azúcar
- 7.6.2. TCA

7.7. Requerimientos nutricionales en el niño deportista
- 7.7.1. Hidratos de carbono
- 7.7.2. Proteínas

7.8. Cambios asociados al envejecimiento
- 7.8.1. % Grasa corporal
- 7.8.2. Masa muscular

7.9. Principales problemas en el deportista senior
- 7.9.1. Articulaciones
- 7.9.2. Salud cardiovascular

7.10. Suplementación interesante en el deportista senior
- 7.10.1. *Whey Protein*
- 7.10.2. Creatina

## **Módulo 8.** Nutrición para la readaptación y recuperación funcional

8.1. Alimentación integral como elemento clave en la prevención y recuperación de lesiones

8.2. Carbohidratos

8.3. Proteínas

8.4. Grasas
- 8.4.1. Saturadas
- 8.4.2. Insaturadas
  - 8.4.2.1. Monoinsaturadas
  - 8.4.2.2. Poliinsaturadas

8.5. Vitaminas
- 8.5.1. Hidrosolubles
- 8.5.2. Liposolubles

8.6. Minerales
- 8.6.9. Macrominerales
- 8.6.2. Microminerales

8.7. Fibra

8.8. Agua

8.9. Fitoquímicos
- 8.9.1. Fenoles
- 8.9.2. Tioles
- 8.9.3. Terpenos

8.10. Complementos alimenticios para la prevención y recuperación funcional

## **Módulo 9.** Alimentación, salud y prevención de enfermedad: problemática actual y recomendaciones para la población general

9.1. Hábitos de alimentación en la población actual y riesgos en salud
9.2. Dieta mediterránea y sostenible
  9.2.1. Modelo de alimentación recomendado
9.3. Comparación de modelos de alimentación o "dietas"
9.4. Nutrición en vegetarianos
9.5. Infancia y adolescencia
  9.5.1. Nutrición, crecimiento y desarrollo
9.6. Adultos
  9.6.1. Nutrición para la mejora de calidad de vida
  9.6.2. Prevención
  9.6.3. Tratamiento de enfermedad
9.7. Recomendaciones en embarazo y lactancia
9.8. Recomendaciones en menopausia
9.9. Edad avanzada
  9.9.1. Nutrición en envejecimiento
  9.9.2. Cambios en composición corporal
  9.9.3. Alteraciones
  9.9.4. Malnutrición
9.10. Nutrición en deportistas

## **Módulo 10.** Valoración del estado nutricional y cálculo de planes nutricionales personalizados, recomendaciones y seguimiento

10.1. Historia clínica y antecedentes
  10.1.1. Variables individuales que afectan a la respuesta del plan nutricional
10.2. Antropometría y composición corporal
10.3. Valoración de hábitos de alimentación
  10.3.1. Valoración nutricional del consumo de alimentos
10.4. Equipo interdisciplinar y circuitos terapéuticos
10.5. Cálculo del aporte energético
10.6. Cálculo de la recomendación de consumo de macro y micronutrientes
10.7. Recomendación de cantidades y frecuencia de consumo de alimentos
  10.7.1. Modelos de alimentación
  10.7.2. Planificación
  10.7.3. Distribución de tomas diarias
10.8. Modelos de planificación de dietas
  10.8.1. Menús semanales
  10.8.2. Toma diaria
  10.8.3. Metodología por intercambios de alimentos
10.9. Nutrición hospitalaria
  10.9.1. Modelos de dietas
  10.9.2. Algoritmos de decisiones
10.10. Educación
  10.10.1. Aspectos psicológicos
  10.10.2. Mantenimiento de hábitos de alimentación
  10.10.3. Recomendaciones al alta

*Este Máster Semipresencial te llevará a estar al día en los últimos avances en nutrigenética y nutrigenómica"*

07

# Prácticas Clínicas

Tras superar el periodo teórico online, el profesional de la enfermería se adentrará junto a especialistas en el ámbito de la Nutrición Deportiva, en un periodo de capitación práctica. Esta actividad tendrá lugar en un centro especializado en la atención y cuidado nutricional de deportistas. En él, el alumnado tendrá la opción de poder llevar a situaciones reales la información actualizada que ha recibido en el transcurso de este Máster Semipresencial.

*Tienes la oportunidad de potenciar tus habilidades en el ámbito de la nutrición deportiva en una estancia práctica de 3 semanas"*

El periodo de Capacitación Práctica de este programa Nutrición Deportiva para Enfermería está conformada por una estancia de 3 semanas de duración, en un destacado centro dirigido a la atención y asesoramiento nutricional de deportistas. Así, de lunes a viernes con jornadas de 8 horas consecutivas, el alumnado estará junto a especialistas que le acompañarán en esta actualización de conocimientos.

Gracias a esta estancia, el alumnado podrá estar junto a pacientes reales y guiado por un equipo de profesionales relevantes en este campo. Ellos serán los responsables de indicarle los métodos y técnicas empleadas para la mejora del rendimiento o recuperación del deportista a través de la alimentación.

En esta propuesta, las actividades están dirigidas al perfeccionamiento de competencias en el análisis de nuevos alimentos, la valoración de los mismos atendiendo a las necesidades de cada paciente, así como las pautas indicadas para la planificación de una dieta acorde a las características del deportista, la disciplina que practique y el momento de competición en el que se encuentre.

La parte práctica se realizará con la participación activa del estudiante desempeñando las actividades y procedimientos de cada área de competencia (aprender a aprender y aprender a hacer), con el acompañamiento y guía de los profesores y demás compañeros de entrenamiento que faciliten el trabajo en equipo y la integración multidisciplinar como competencias transversales para la praxis de enfermería clínica (aprender a ser y aprender a relacionarse).

Los procedimientos descritos a continuación serán la base de la parte práctica de la capacitación, y su realización está sujeta tanto a la idoneidad de los pacientes como a la disponibilidad propia del centro y su volumen de trabajo, siendo las actividades propuestas las siguientes:

*Lograrás aplicar todos tus conocimientos en un centro referente y especializado en la atención nutricional de deportistas”*

| Módulo | Actividad Práctica |
|---|---|
| Nuevos avances en alimentación | Participar en la valoración del especialista acerca de la actualización de nuevos alimentos y su composición |
| | Evaluar alimentos ecológicos a integrar en la dieta del atleta |
| | Valorar de alimentos transgénicos y su aporte para cada deportista |
| | Verificar el etiquetado alimentario e informar al consumidor |
| Tendencias actuales en nutrición | Realizar el análisis de nutrigenética |
| | Intervenir en la valoración de nutrigenómica |
| | Ejecutar el análisis de inmunonutrición |
| | Aplicar tratamiento para la regulación fisiológica de la alimentación. Apetito y saciedad |
| | Participar en el análisis de la psicología y alimentación junto al especialista |
| | Valorar el comportamiento y actividad del sueño en el atleta y comparar con su rendimiento |
| Valoración del estado nutricional y de la dieta. Aplicación en la práctica | Realizar el análisis de bioenergética y nutrición |
| | Comprobar el estado nutricional del paciente en sus diferentes etapas etarias |
| | Valoración de la ingesta diaria y aplicar ajustes necesarios de la dieta |
| | Realizar la evaluación de alimentación en el adulto sano |
| | Ejecutar evaluación de alimentación en la menopausia |
| Abordaje del atleta en la práctica deportiva | Verificar la adaptación fisiológica y metabólica a los distintos tipos de ejercicio en el atleta |
| | Valorar las necesidades energéticas y del estado nutricional del deportista |
| | Acompañar al especialista en la valoración de la capacidad física del atleta |
| | Aplicar análisis de la alimentación y de la hidratación en las distintas fases de la práctica deportiva |
| | Planificar junto al especialistas la dietética adaptada a las modalidades deportivas y en la recuperación de lesiones |
| | Apoyar al especialista en la valoración del atleta en trastornos psicológicos relacionados con su práctica deportiva |

## Seguro de responsabilidad civil

La máxima preocupación de esta institución es garantizar la seguridad tanto de los profesionales en prácticas como de los demás agentes colaboradores necesarios en los procesos de capacitación práctica en la empresa. Dentro de las medidas dedicadas a lograrlo, se encuentra la respuesta ante cualquier incidente que pudiera ocurrir durante todo el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Para ello, esta entidad educativa se compromete a contratar un seguro de responsabilidad civil que cubra cualquier eventualidad que pudiera surgir durante el desarrollo de la estancia en el centro de prácticas.

Esta póliza de responsabilidad civil de los profesionales en prácticas tendrá coberturas amplias y quedará suscrita de forma previa al inicio del periodo de la capacitación práctica. De esta forma el profesional no tendrá que preocuparse en caso de tener que afrontar una situación inesperada y estará cubierto hasta que termine el programa práctico en el centro.

## Condiciones generales de la capacitación práctica

Las condiciones generales del acuerdo de prácticas para el programa serán las siguientes:

1. TUTORÍA: durante el Máster Semipresencial el alumno tendrá asignados dos tutores que le acompañarán durante todo el proceso, resolviendo las dudas y cuestiones que pudieran surgir. Por un lado, habrá un tutor profesional perteneciente al centro de prácticas que tendrá como fin orientar y apoyar al alumno en todo momento. Por otro lado, también tendrá asignado un tutor académico cuya misión será la de coordinar y ayudar al alumno durante todo el proceso resolviendo dudas y facilitando todo aquello que pudiera necesitar. De este modo, el profesional estará acompañado en todo momento y podrá consultar las dudas que le surjan, tanto de índole práctica como académica.

2. DURACIÓN: el programa de prácticas tendrá una duración de tres semanas continuadas de formación práctica, distribuidas en jornadas de 8 horas y cinco días a la semana. Los días de asistencia y el horario serán responsabilidad del centro, informando al profesional debidamente y de forma previa, con suficiente tiempo de antelación para favorecer su organización.

3. INASISTENCIA: en caso de no presentarse el día del inicio del Máster Semipresencial, el alumno perderá el derecho a la misma sin posibilidad de reembolso o cambio de fechas. La ausencia durante más de dos días a las prácticas sin causa justificada/médica, supondrá la renuncia las prácticas y, por tanto, su finalización automática. Cualquier problema que aparezca durante el transcurso de la estancia se tendrá que informar debidamente y de forma urgente al tutor académico.

4. CERTIFICACIÓN: el alumno que supere el Máster Semipresencial recibirá un certificado que le acreditará la estancia en el centro en cuestión.

5. RELACIÓN LABORAL: el Máster Semipresencial no constituirá una relación laboral de ningún tipo.

6. ESTUDIOS PREVIOS: algunos centros podrán requerir certificado de estudios previos para la realización del Máster Semipresencial. En estos casos, será necesario presentarlo al departamento de prácticas de TECH para que se pueda confirmar la asignación del centro elegido.

7. NO INCLUYE: el Máster Semipresencial no incluirá ningún elemento no descrito en las presentes condiciones. Por tanto, no incluye alojamiento, transporte hasta la ciudad donde se realicen las prácticas, visados o cualquier otra prestación no descrita.

No obstante, el alumno podrá consultar con su tutor académico cualquier duda o recomendación al respecto. Este le brindará toda la información que fuera necesaria para facilitarle los trámites.

08

# ¿Dónde puedo hacer las Prácticas Clínicas?

Esta institución académica ha seleccionado cuidadosamente las empresas en las que el alumnado realizará su estancia práctica, con el fin de que este consiga de manera exitosa alcanzar sus objetivos de actualización de conocimiento en Nutrición Deportiva. Así, el alumnado estará en este periodo en un centro de referencia, encargado de potenciar la física de los deportistas a través de la alimentación, dieta o suplementación. En este escenario, el egresado estará junto a profesionales de dicha empresa, que le guiarán en todo momento para alcanzar la consecución de sus metas.

*Una estancia práctica de 3 semanas en la que completarás tu actualización de conocimiento con profesionales expertos en Nutrición Deportiva"*

El alumno podrá cursar esta capacitación en los siguientes centros:

### Prosystem Nutrición

País: España
Ciudad: Madrid

Dirección: C. Fresno, 23, 28522 Rivas-Vaciamadrid, Madrid

Clínica centrada en la actividad física y la planificación nutricional

**Capacitaciones prácticas relacionadas:**
-Nutrición Deportiva
-Nutrición Deportiva para Enfermería

### Hospital HM Regla

País: España
Ciudad: León

Dirección: Calle Cardenal Landázuri, 2, 24003, León

Red de clínicas, hospitales y centros especializados privados distribuidos por toda la geografía española

**Capacitaciones prácticas relacionadas:**
-Actualización de Tratamientos Psiquiátricos en Pacientes Menores

### Hospital HM Nou Delfos

País: España
Ciudad: Barcelona

Dirección: Avinguda de Vallcarca, 151, 08023, Barcelona

Red de clínicas, hospitales y centros especializados privados distribuidos por toda la geografía española

**Capacitaciones prácticas relacionadas:**
-Medicina Estética
-Nutrición Clínica en Medicina

### Hospital HM Nuevo Belén

País: España
Ciudad: Madrid

Dirección: Calle José Silva, 7, 28043, Madrid

Red de clínicas, hospitales y centros especializados privados distribuidos por toda la geografía española

**Capacitaciones prácticas relacionadas:**
-Cirugia General y del Aparato Digestivo
-Nutrición Clínica en Medicina

### Policlínico HM Distrito Telefónica

País: España
Ciudad: Madrid

Dirección: Ronda de la Comunicación, 28050, Madrid

Red de clínicas, hospitales y centros especializados privados distribuidos por toda la geografía española

**Capacitaciones prácticas relacionadas:**
-Tecnologías Ópticas y Optometría Clínica
-Cirugía General y del Aparato Digestivo

### Policlínico HM Gabinete Velázquez

País: España
Ciudad: Madrid

Dirección: C. de Jorge Juan, 19, 1° 28001, 28001, Madrid

Red de clínicas, hospitales y centros especializados privados distribuidos por toda la geografía española

**Capacitaciones prácticas relacionadas:**
-Nutrición Clínica en Medicina
-Cirugía Plástica Estética

### Policlínico HM Las Tablas

País: España
Ciudad: Madrid

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

Red de clínicas, hospitales y centros especializados privados distribuidos por toda la geografía española

**Capacitaciones prácticas relacionadas:**
-Enfermería en el Servicio de Traumatología
-Diagnóstico en Fisioterapia

### Policlínico HM Moraleja

País: España
Ciudad: Madrid

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

Red de clínicas, hospitales y centros especializados privados distribuidos por toda la geografía española

**Capacitaciones prácticas relacionadas:**
-Medicina Rehabilitadora en el Abordaje del Daño Cerebral Adquirido

**Policlínico HM Sanchinarro**

| País | Ciudad |
|---|---|
| España | Madrid |

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

Red de clínicas, hospitales y centros especializados privados distribuidos por toda la geografía española

**Capacitaciones prácticas relacionadas:**
-Atención Ginecológica para Matronas
-Enfermería en el Servicio de Aparato Digestivo

*Profundiza en la teoría de mayor relevancia en este campo, aplicándola posteriormente en un entorno laboral real"*

09

# 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:**

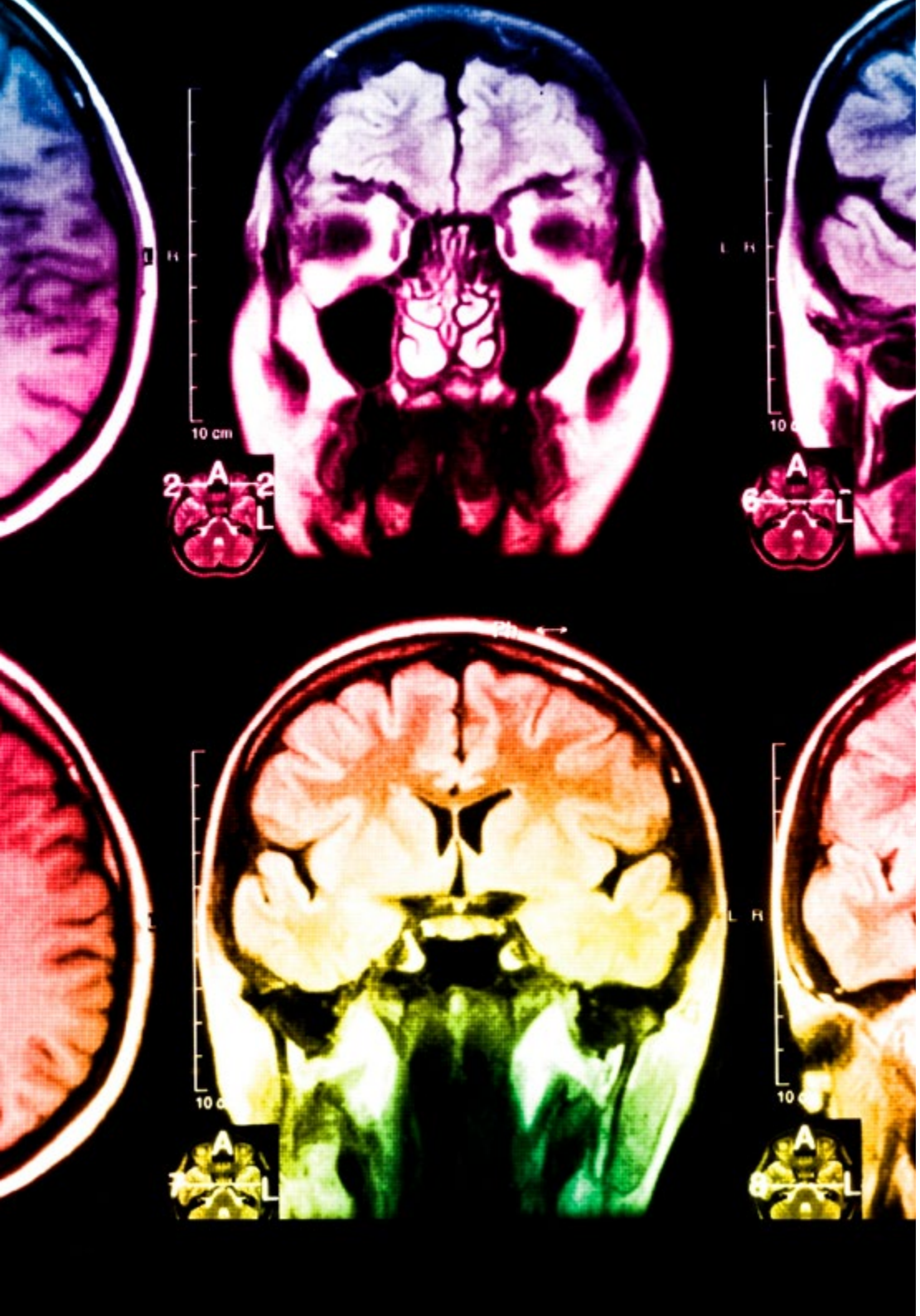
1. Los enfermeros que siguen este método no solo consiguen la asimilación de conceptos, sino un desarrollo de su capacidad mental, mediante ejercicios de evaluación de situaciones reales y aplicación de conocimientos.
2. El aprendizaje se concreta de una manera sólida en capacidades prácticas que permiten 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.

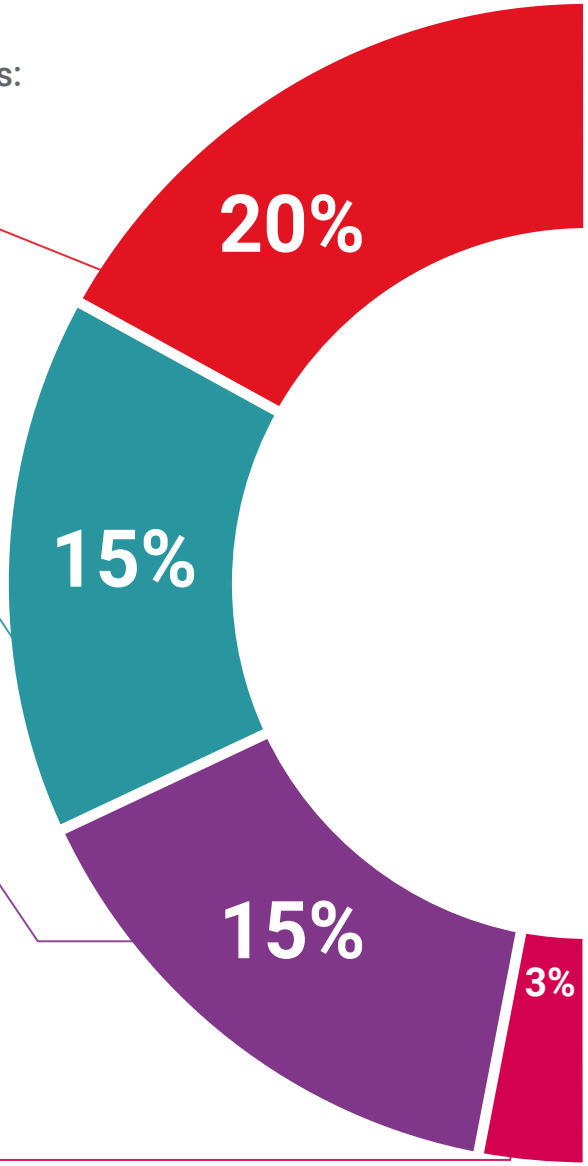
### Resúmenes interactivos

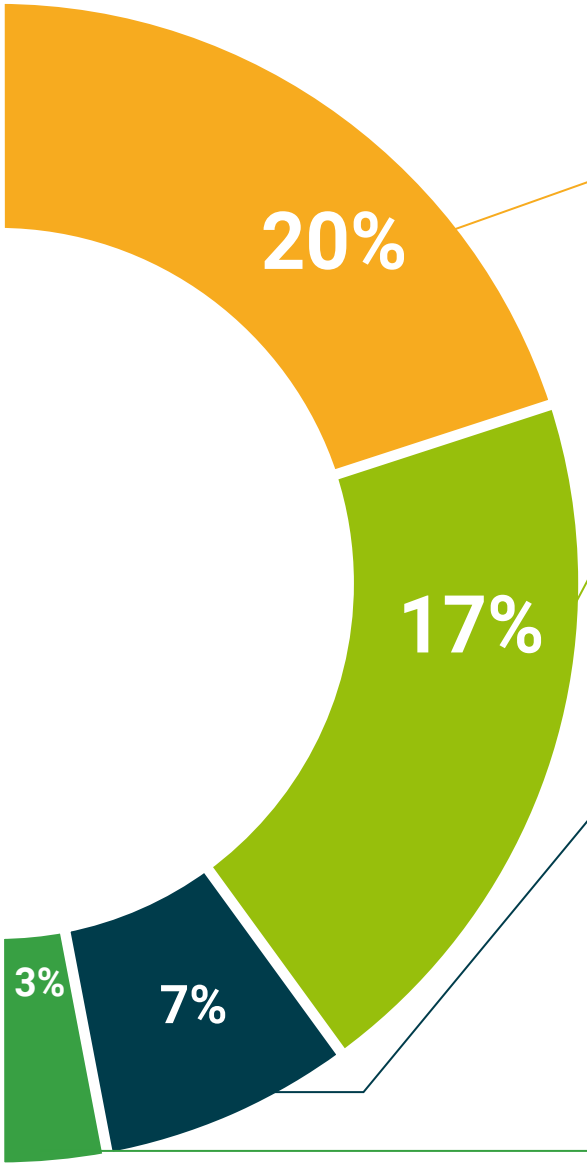
El equipo de TECH presenta los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audios, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

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.

10

# Titulación

El Título de Máster Semipresencial en Nutrición Deportiva para Enfermería garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Máster Semipresencial expedido por TECH Universidad Tecnológica.

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

Este **Título de Máster Semipresencial en Nutrición Deportiva para Enfermería** contiene el programa más completo y actualizado del panorama profesional y académico.

Tras la superación de las pruebas por parte del alumno, este recibirá por correo postal, con acuse de recibo, el correspondiente Certificado de Máster Semipresencial expedido por TECH.

Además del Diploma, podrá obtener un certificado, así como el certificado del contenido del programa. Para ello, deberá ponerse en contacto con su asesor académico, que le brindara toda la información necesaria.

Título: **Máster Semipresencial en Nutrición Deportiva para Enfermería**

Modalidad: **Semipresencial (Online + Prácticas Clínicas)**

Duración: **12 meses**

Titulación: **TECH Universidad Tecnológica**

Reconocimiento: **60 + 5 créditos ECTS**

Horas lectivas: **1.620 h.**

tech universidad tecnológica

Otorga el presente

DIPLOMA

a

D/Dña _____, con documento de identificación nº_____

Por haber superado con éxito y acreditado el programa de

MÁSTER SEMIPRESENCIAL

en

Nutrición Deportiva para Enfermería

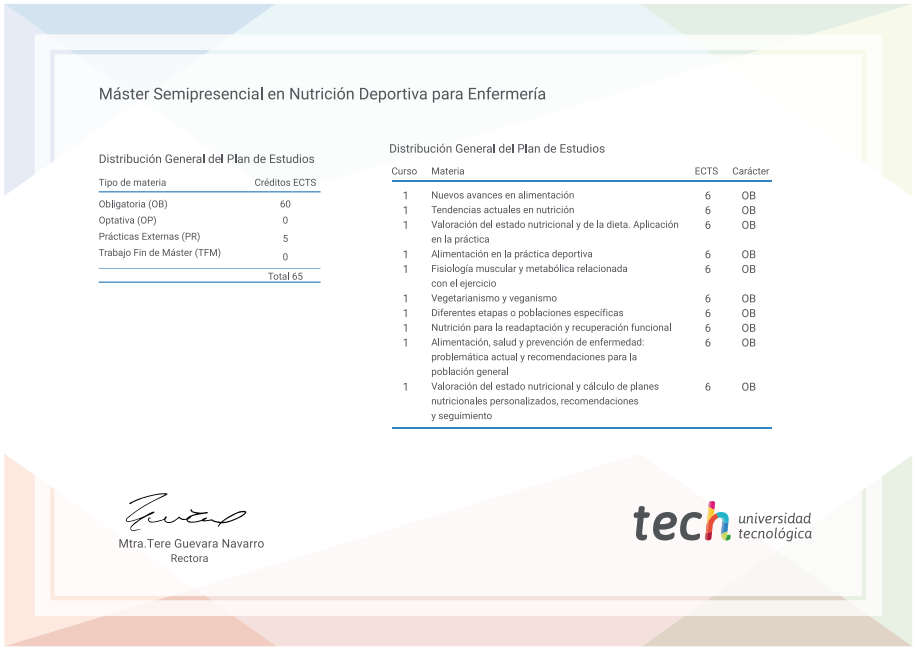
Se trata de un título propio de esta Universidad homologado por 65 ECTS y equivalente a 1.620 horas, con fecha de inicio dd/mm/aaaa y fecha de finalización dd/mm/aaaa.

TECH es una Institución Particular de Educación Superior reconocida por la Secretaría de Educación Pública a partir del 28 de junio de 2018.

A 17 de junio de 2020

Mtra.Tere Guevara Navarro
Rectora

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: AFWOR23S techtitute.com/titulos



Máster Semipresencial en Nutrición Deportiva para Enfermería

Distribución General del Plan de Estudios

| Tipo de materia | Créditos ECTS |
|---|---|
| Obligatoria (OB) | 60 |
| Optativa (OP) | 0 |
| Prácticas Externas (PR) | 5 |
| Trabajo Fin de Máster (TFM) | 0 |
| | Total 65 |

Distribución General del Plan de Estudios

| Curso | Materia | ECTS | Carácter |
|---|---|---|---|
| 1 | Nuevos avances en alimentación | 6 | OB |
| 1 | Tendencias actuales en nutrición | 6 | OB |
| 1 | Valoración del estado nutricional y de la dieta. Aplicación en la práctica | 6 | OB |
| 1 | Alimentación en la práctica deportiva | 6 | OB |
| 1 | Fisiología muscular y metabólica relacionada con el ejercicio | 6 | OB |
| 1 | Vegetarianismo y veganismo | 6 | OB |
| 1 | Diferentes etapas o poblaciones específicas | 6 | OB |
| 1 | Nutrición para la readaptación y recuperación funcional | 6 | OB |
| 1 | Alimentación, salud y prevención de enfermedad: problemática actual y recomendaciones para la población general | 6 | OB |
| 1 | Valoración del estado nutricional y cálculo de planes nutricionales personalizados, recomendaciones y seguimiento | 6 | OB |

Mtra.Tere Guevara Navarro
Rectora

tech universidad tecnológica

*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

# Máster Semipresencial

## Nutrición Deportiva para Enfermería

Modalidad: **Semipresencial (Online + Prácticas Clínicas)**
Duración: **12 meses**
Titulación: **TECH Universidad Tecnológica**
**60 + 5 créditos ECTS**
Horas lectivas: **1.620 h.**

# Máster Semipresencial

## Nutrición Deportiva para Enfermería

tech universidad tecnológica