

Grand Master de Formación Permanente

Nutrición Deportiva Integral

Aval/Membresía



tech
universidad



Grand Master de Formación Permanente Nutrición Deportiva Integral

- » Modalidad: online
- » Duración: 15 meses
- » Titulación: TECH Universidad
- » Acreditación: 120 ECTS
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

Acceso web: www.techtitute.com/farmacia/grand-master/grand-master-nutricion-deportiva-integral



Índice

01

Presentación del programa

pág. 4

02

¿Por qué estudiar en TECH?

pág. 8

03

Plan de estudios

pág. 12

04

Objetivos docentes

pág. 22

05

Salidas profesionales

pág. 30

06

Licencias de software incluidas

pág. 34

07

Metodología de estudio

pág. 38

08

Cuadro docente

pág. 48

09

Titulación

pág. 56

01

Presentación del programa

La Nutrición Deportiva Integral se ha consolidado como un componente clave para potenciar el rendimiento y la salud de los atletas en distintos niveles de competición. En este contexto, los farmacéuticos pueden integrar conocimientos avanzados de Nutrición y farmacología para diseñar estrategias personalizadas que favorezcan la recuperación, prevengan lesiones y optimicen la capacidad física. Por ello, TECH ofrece esta innovadora titulación universitaria 100% online, que permite acceder a contenidos actualizados sobre las últimas tendencias en Nutrición Deportiva Integral, combinando rigor científico con aplicación práctica adaptada a las necesidades de los profesionales.



“

*Un programa exhaustivo y 100% online,
exclusivo de TECH y con una perspectiva
internacional respaldada por nuestra
afiliación con The Chartered Association
of Sport and Exercise Sciences”*

Según un informe reciente de la Organización Mundial de la Salud, el mercado global de suplementación nutricional ha alcanzado los 19.7 mil millones de dólares. Sin embargo, muchos atletas hacen un uso inadecuado de estos productos, generando riesgos significativos para su salud. En este contexto, los profesionales requieren un conocimiento Integral basado en la evidencia científica más actual en Nutrición Deportiva para garantizar intervenciones seguras y efectivas.

Con el objetivo de satisfacer esta necesidad, TECH Universidad presenta el Grand Master de Formación Permanente en Nutrición Deportiva Integral, diseñado por referentes del sector. Esta titulación universitaria profundiza en la composición de los alimentos, la fisiología del ejercicio y la suplementación responsable, capacitando a los profesionales para elaborar planes nutricionales personalizados que optimicen tanto el rendimiento físico como la recuperación de los deportistas. Además, contempla el análisis de casos clínicos, estrategias interdisciplinarias y adaptaciones específicas según la disciplina, las condiciones individuales de los atletas y los contextos ambientales en los que se desempeñan.

La titulación universitaria se imparte en modalidad 100% online, lo que permite a los egresados organizar sus horarios de estudio según sus necesidades. Asimismo, TECH Universidad implementa la metodología *Relearning*, que asegura la actualización progresiva de conocimientos mediante la reiteración estratégica de conceptos clave, evitando la memorización tradicional. Para complementar la formación, los egresados tendrán acceso a *Masterclasses* exclusivas impartidas por un Director Invitado Internacional de reconocido prestigio, ofreciendo una visión avanzada y aplicada de la Nutrición Deportiva Integral.

Gracias a este programa universitario, los profesionales desarrollarán competencias avanzadas para intervenir en el rendimiento y la salud de los deportistas, integrando ciencia, práctica clínica y estrategias innovadoras en Nutrición Deportiva.

A su vez, gracias a la membresía en **The Chartered Association of Sport and Exercise Sciences (CASES)**, el alumno podrá acceder a recursos educativos exclusivos, descuentos en eventos y publicaciones especializadas, y beneficios prácticos como seguros profesionales. También, podrá integrarse a una comunidad activa, participar en comités y obtener acreditaciones que impulsan su desarrollo, visibilidad y proyección profesional en el ámbito del deporte y la ciencia del ejercicio.

Este **Grand Master de Formación Permanente en Nutrición Deportiva Integral** contiene el programa universitario más completo y actualizado del mercado. Sus características más destacadas son:

- ♦ El desarrollo de casos prácticos presentados por expertos en Nutrición Deportiva Integral
- ♦ Los contenidos gráficos, esquemáticos y eminentemente prácticos con los que están concebidos 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 en Nutrición Deportiva Integral
- ♦ 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



Una prestigiosa figura internacional ofrecerá unas disruptivas Masterclasses con las que tendrás una comprensión integral acerca de las normativas éticas y legales relacionadas con la Nutrición Deportiva”

“

Mediante la disruptiva metodología Relearning de TECH Universidad, integrarás los conocimientos esenciales de forma óptima para alcanzar con éxito los resultados que buscas”

Incluye en su cuadro docente a profesionales pertenecientes al ámbito de la Nutrición Deportiva Integral, que vierten en este programa 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 contextualizado, es decir, un entorno simulado que proporcionará un estudio inmersivo programado para entrenarse ante situaciones reales.

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

Profundizarás en las técnicas nutricionales más vanguardistas para superar limitaciones comunes en entornos acuáticos como la Deshidratación o Fatiga.

Detectarás de forma temprana Trastornos Alimentarios relacionados con la práctica deportiva, entre los que se incluyen la Anorexia y Vigorexia.



02

¿Por qué estudiar en TECH?

TECH es la mayor Universidad digital del mundo. Con un impresionante catálogo de más de 14.000 programas universitarios, disponibles en 11 idiomas, se posiciona como líder en empleabilidad, con una tasa de inserción laboral del 99%. Además, cuenta con un enorme claustro de más de 6.000 profesores de máximo prestigio internacional.



“

*Estudia en la mayor universidad
digital del mundo y asegura tu éxito
profesional. El futuro empieza en TECH”*

La mejor universidad online del mundo según FORBES

La prestigiosa revista Forbes, especializada en negocios y finanzas, ha destacado a TECH como «la mejor universidad online del mundo». Así lo han hecho constar recientemente en un artículo de su edición digital en el que se hacen eco del caso de éxito de esta institución, «gracias a la oferta académica que ofrece, la selección de su personal docente, y un método de aprendizaje innovador orientado a formar a los profesionales del futuro».

El mejor claustro docente top internacional

El claustro docente de TECH está integrado por más de 6.000 profesores de máximo prestigio internacional. Catedráticos, investigadores y altos ejecutivos de multinacionales, entre los cuales se destacan Isaiah Covington, entrenador de rendimiento de los Boston Celtics; Magda Romanska, investigadora principal de MetaLAB de Harvard; Ignacio Wistuba, presidente del departamento de patología molecular traslacional del MD Anderson Cancer Center; o D.W Pine, director creativo de la revista TIME, entre otros.

La mayor universidad digital del mundo

TECH es la mayor universidad digital del mundo. Somos la mayor institución educativa, con el mejor y más amplio catálogo educativo digital, cien por cien online y abarcando la gran mayoría de áreas de conocimiento. Ofrecemos el mayor número de titulaciones propias, titulaciones oficiales de posgrado y de grado universitario del mundo. En total, más de 14.000 títulos universitarios, en diez idiomas distintos, que nos convierten en la mayor institución educativa del mundo.



Forbes
Mejor universidad
online del mundo

Plan
de estudios
más completo

Profesorado
TOP
Internacional


La metodología
más eficaz

nº1
Mundial
Mayor universidad
online del mundo

Los planes de estudio más completos del panorama universitario

TECH ofrece los planes de estudio más completos del panorama universitario, con temarios que abarcan conceptos fundamentales y, al mismo tiempo, los principales avances científicos en sus áreas científicas específicas. Asimismo, estos programas son actualizados continuamente para garantizar al alumnado la vanguardia académica y las competencias profesionales más demandadas. De esta forma, los títulos de la universidad proporcionan a sus egresados una significativa ventaja para impulsar sus carreras hacia el éxito.

Un método de aprendizaje único

TECH es la primera universidad que emplea el *Relearning* en todas sus titulaciones. Se trata de la mejor metodología de aprendizaje online, acreditada con certificaciones internacionales de calidad docente, dispuestas por agencias educativas de prestigio. Además, este disruptivo modelo académico se complementa con el "Método del Caso", configurando así una estrategia de docencia online única. También en ella se implementan recursos didácticos innovadores entre los que destacan vídeos en detalle, infografías y resúmenes interactivos.

La universidad online oficial de la NBA

TECH es la universidad online oficial de la NBA. Gracias a un acuerdo con la mayor liga de baloncesto, ofrece a sus alumnos programas universitarios exclusivos, así como una gran variedad de recursos educativos centrados en el negocio de la liga y otras áreas de la industria del deporte. Cada programa tiene un currículo de diseño único y cuenta con oradores invitados de excepción: profesionales con una distinguida trayectoria deportiva que ofrecerán su experiencia en los temas más relevantes.

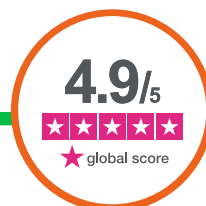
Líderes en empleabilidad

TECH ha conseguido convertirse en la universidad líder en empleabilidad. El 99% de sus alumnos obtienen trabajo en el campo académico que ha estudiado, antes de completar un año luego de finalizar cualquiera de los programas de la universidad. Una cifra similar consigue mejorar su carrera profesional de forma inmediata. Todo ello gracias a una metodología de estudio que basa su eficacia en la adquisición de competencias prácticas, totalmente necesarias para el desarrollo profesional.



Google Partner Premier

El gigante tecnológico norteamericano ha otorgado TECH la insignia Google Partner Premier. Este galardón, solo al alcance del 3% de las empresas del mundo, pone en valor la experiencia eficaz, flexible y adaptada que esta universidad proporciona al alumno. El reconocimiento no solo acredita el máximo rigor, rendimiento e inversión en las infraestructuras digitales de TECH, sino que también sitúa a esta universidad como una de las compañías tecnológicas más punteras del mundo.



La universidad mejor valorada por sus alumnos

Los alumnos han posicionado a TECH como la universidad mejor valorada del mundo en los principales portales de opinión, destacando su calificación más alta de 4,9 sobre 5, obtenida a partir de más de 1.000 reseñas. Estos resultados consolidan a TECH como la institución universitaria de referencia a nivel internacional, reflejando la excelencia y el impacto positivo de su modelo educativo.



03

Plan de estudios

Los materiales didácticos que integran este Grand Master de Formación Permanente han sido elaborados por referentes del ámbito de la Nutrición Deportiva Integral, con un enfoque orientado a las demandas del mercado profesional. El plan de estudios profundizará en áreas que van desde la valoración avanzada del estado nutricional de los atletas y la fisiología metabólica aplicada al ejercicio físico, hasta la prevención de lesiones y la recuperación post - entrenamiento. Así, los profesionales desarrollarán competencias para diseñar planes alimenticios adaptados a cada disciplina y necesidad individual, asegurando la optimización del rendimiento y el bienestar de los deportistas de manera sostenible.



“

Profundizarás en los métodos más efectivos para analizar el estado nutricional de los deportistas, teniendo en cuenta sus necesidades energéticas”

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 Simbióticos
 - 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, químicos y 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. Nutrición y sistema circadiano. El tiempo es la clave



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. Poscompetición
- 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 cardíaca
- 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 resíntesis 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 los lípidos 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. Valoración del Deportista en Diferentes Momentos de la Temporada

- 6.1. Valoración bioquímica
 - 6.1.1. Hemograma
 - 6.1.2. Marcadores de sobreentrenamiento
- 6.2. Valoración antropométrica
 - 6.2.1. Composición corporal
 - 6.2.2. Perfil ISAK
- 6.3. Pretemporada
 - 6.3.1. Alta carga de trabajo
 - 6.3.2. Asegurar el aporte calórico y proteico
- 6.4. Temporada competitiva
 - 6.4.1. Rendimiento deportivo
 - 6.4.2. Recuperación entre partidos
- 6.5. Período de transición
 - 6.5.1. Período vacacional
 - 6.5.2. Cambios en la composición corporal
- 6.6. Viajes
 - 6.6.1. Torneos durante la temporada
 - 6.6.2. Torneos fuera de temporada (Copas del Mundo, Europeos y JJ.OO.)
- 6.7. Monitorización del deportista
 - 6.7.1. Estado basal del deportista
 - 6.7.2. Evolución durante la temporada

- 6.8. Cálculo de la tasa de sudoración
 - 6.8.1. Pérdidas hídricas
 - 6.8.2. Protocolo de cálculo
- 6.9. Trabajo multidisciplinar
 - 6.9.1. Papel del nutricionista en el entorno del deportista
 - 6.9.2. Comunicación con el resto de las áreas
- 6.10. Dopaje
 - 6.10.1. Lista WADA
 - 6.10.2. Pruebas antidopaje

Módulo 7. Deportes Acuáticos

- 7.1. Historia de los deportes acuáticos
 - 7.1.1. Olimpiadas y grandes torneos
 - 7.1.2. Deportes acuáticos en la actualidad
- 7.2. Limitantes del rendimiento
 - 7.2.1. Deportes acuáticos en el agua (natación, *waterpolo*)
 - 7.2.2. Deportes acuáticos sobre el agua (*surf*, vela, piragüismo)
- 7.3. Características básicas de los deportes acuáticos
- 7.4. Fisiología en los deportes acuáticos
 - 7.4.1. Metabolismo energético
 - 7.4.2. Biotipo del deportista
- 7.5. Entrenamiento
 - 7.5.1. Fuerza
 - 7.5.2. Resistencia
- 7.6. Composición corporal
 - 7.6.1. Natación
 - 7.6.2. *Waterpolo*
- 7.7. Precompetición
 - 7.7.1. Tres horas antes
 - 7.7.2. Una hora antes

- 7.8. Competición
 - 7.8.1. Hidratos de carbono
 - 7.8.2. Hidratación
- 7.9. Postcompetición
 - 7.9.1. Hidratación
 - 7.9.2. Proteína
- 7.10. Ayudas ergogénicas
 - 7.10.1. Creatina
 - 7.10.2. Cafeína

Módulo 8. Condiciones Adversas

- 8.1. Historia del deporte en condiciones extremas
 - 8.1.1. Competiciones de invierno en la historia
 - 8.1.2. Competiciones en climas calurosos en la actualidad
- 8.2. Limitaciones del rendimiento en climas calurosos
 - 8.2.1. Deshidratación
 - 8.2.2. Fatiga
- 8.3. Características básicas en climas calurosos
 - 8.3.1. Alta temperatura y humedad
 - 8.3.2. Aclimatación
- 8.4. Nutrición e hidratación en climas calurosos
 - 8.4.1. Hidratación y electrolitos
 - 8.4.2. Hidratos de carbono
- 8.5. Limitaciones del rendimiento en climas fríos
 - 8.5.1. Fatiga
 - 8.5.2. Indumentaria limitante
- 8.6. Características básicas en climas fríos
 - 8.6.1. Frío extremo
 - 8.6.2. VO_2 máx. reducido
- 8.7. Nutrición e hidratación en climas fríos
 - 8.7.1. Hidratación
 - 8.7.2. Hidratos de carbono

Módulo 9. Vegetarianismo y Veganismo

- 9.1. Vegetarianismo y veganismo en la historia del deporte
 - 9.1.1. Comienzos del veganismo en el deporte
 - 9.1.2. Deportistas vegetarianos en la actualidad
- 9.2. Diferentes tipos de alimentación vegetariana
 - 9.2.1. Nuevas tendencias del vegetarianismo
 - 9.2.1.1. Veganismo y salud
 - 9.2.2. Tipos de deportistas vegetarianos
 - 9.2.2.1. Crudiveganos
 - 9.2.2.2. Motivos para ser vegano: salud y otros factores
- 9.3. Errores frecuentes en el deportista vegano
 - 9.3.1. Balance energético
 - 9.3.2. Consumo de proteína
- 9.4. Vitamina B12
 - 9.4.1. Suplementación de B12
 - 9.4.2. Biodisponibilidad de la B12 en algas como la espirulina
- 9.5. Fuentes proteicas en la alimentación vegana y vegetariana
 - 9.5.1. Calidad proteica
 - 9.5.2. Sostenibilidad ambiental
- 9.6. Otros nutrientes clave en veganos
 - 9.6.1. Conversión de ALA en EPA/DHA
 - 9.6.2. Hierro (Fe), Calcio (Ca), Vitamina D y Zinc (Zn)
- 9.7. Valoración bioquímica y carencias nutricionales
 - 9.7.1. Anemia
 - 9.7.2. Sarcopenia
- 9.8. Comparación entre alimentación vegana y omnívora
 - 9.8.1. Alimentación evolutiva
 - 9.8.2. Alimentación actual
- 9.9. Ayudas ergogénicas
 - 9.9.1. Creatina
 - 9.9.2. Proteína vegetal
- 9.10. Factores que disminuyen la absorción de nutrientes
 - 9.10.1. Alto consumo de fibra
 - 9.10.2. Oxalatos

Módulo 10. Deportista Diabético Tipo 1

- 10.1. Conocer la diabetes y su patología
 - 10.1.1. Incidencia de la diabetes
 - 10.1.2. Fisiopatología de la diabetes
 - 10.1.3. Consecuencias de la diabetes
- 10.2. Fisiología del ejercicio en personas con diabetes
 - 10.2.1. Ejercicio máximo, submáximo y metabolismo muscular durante el ejercicio
 - 10.2.2. Diferencias a nivel metabólico durante el ejercicio en personas con diabetes
- 10.3. Ejercicio en personas con diabetes tipo 1
 - 10.3.1. Hipoglucemia, hiperglucemia y ajuste del tratamiento nutricional
 - 10.3.2. Tiempo de ejercicio e ingesta de hidratos de carbono
- 10.4. Ejercicio en personas con diabetes tipo 2. Control de la glucemia
 - 10.4.1. Riesgos de la actividad física en personas con diabetes tipo 2
 - 10.4.2. Beneficios del ejercicio en personas con diabetes tipo 2
- 10.5. Ejercicio en niños y adolescentes con diabetes
 - 10.5.1. Efectos metabólicos del ejercicio
 - 10.5.2. Precauciones durante el ejercicio
- 10.6. Terapia de insulina y ejercicio
 - 10.6.1. Bomba de infusión de insulina
 - 10.6.2. Tipos de insulina
- 10.7. Estrategias nutricionales durante el deporte y el ejercicio en diabetes tipo 1
 - 10.7.1. Aplicación práctica
 - 10.7.2. Ingesta de hidratos de carbono antes, durante y después del ejercicio físico
 - 10.7.3. Hidratación antes, durante y después del ejercicio físico
- 10.8. Planificación nutricional en deportes de resistencia
 - 10.8.1. Maratón
 - 10.8.2. Ciclismo
- 10.9. Planificación nutricional en deportes de equipo
 - 10.9.1. Fútbol
 - 10.9.2. Rugby
- 10.10. Suplementación Deportiva y diabetes
 - 10.10.1. Suplementos potencialmente beneficiosos para los atletas con diabetes



Módulo 11. Paradeportistas

- 11.1. Clasificación y categorías en paradeportistas
 - 11.1.1. Definición de paradeportista
 - 11.1.2. Clasificación de los paradeportistas
- 11.2. Ciencia Deportiva en paradeportistas
 - 11.2.1. Metabolismo y fisiología
 - 11.2.2. Biomecánica
 - 11.2.3. Psicología
- 11.3. Requerimientos energéticos e hidratación en paradeportistas
 - 11.3.1. Demandas energéticas óptimas para el entrenamiento
 - 11.3.2. Planificación de la hidratación antes, durante y después de los entrenamientos y competiciones
- 11.4. Problemas nutricionales según la categoría de paradeportistas
 - 11.4.1. Lesiones medulares
 - 11.4.2. Parálisis cerebral y lesiones cerebrales adquiridas
 - 11.4.3. Amputaciones
 - 11.4.4. Deterioro de la visión y la audición
 - 11.4.5. Discapacidad intelectual
- 11.5. Planificación nutricional en paradeportistas con lesiones medulares, parálisis cerebral y lesiones cerebrales adquiridas
 - 11.5.1. Requerimientos nutricionales (macro y micronutrientes)
 - 11.5.2. Sudoración y reemplazo de líquidos durante el ejercicio
- 11.6. Planificación nutricional en paradeportistas con amputaciones
 - 11.6.1. Requerimientos energéticos
 - 11.6.2. Macronutrientes
 - 11.6.3. Termorregulación e hidratación
 - 11.6.4. Aspectos nutricionales relacionados con las prótesis
- 11.7. Planificación y problemas nutricionales en paradeportistas con deterioro de la visión, la audición y discapacidad intelectual
 - 11.7.1. Problemas nutricionales en deterioro de la visión: retinitis pigmentosa, retinopatía diabética, albinismo, enfermedad de Stargardt y patologías auditivas
 - 11.7.2. Problemas nutricionales en discapacidad intelectual: síndrome de Down, Autismo, Asperger y fenilcetonuria

- 11.8. Composición corporal en paradeportistas
 - 11.8.1. Técnicas de medición
 - 11.8.2. Factores que influyen en la fiabilidad de los métodos de medición
- 11.9. Farmacología e interacciones con los nutrientes
 - 11.9.1. Fármacos más frecuentes en paradeportistas
 - 11.9.2. Deficiencias de micronutrientes en paradeportistas
- 11.10. Ayudas ergogénicas
 - 11.10.1. Suplementos potencialmente beneficiosos para los paradeportistas
 - 11.10.2. Riesgos: consecuencias para la salud, contaminación y problemas de dopaje por la ingesta de ayudas ergogénicas

Módulo 12. Deportes por categoría de peso

- 12.1. Características de los principales deportes por categoría de peso
 - 12.1.1. Reglamento
 - 12.1.2. Categorías
- 12.2. Programación de la temporada
 - 12.2.1. Competiciones
 - 12.2.2. Macrociclo
- 12.3. Composición corporal
 - 12.3.1. Deportes de combate
 - 12.3.2. Halterofilia
- 12.4. Etapas de ganancia de masa muscular
 - 12.4.1. Porcentaje de grasa corporal
 - 12.4.2. Programación
- 12.5. Etapas de definición
 - 12.5.1. Hidratos de carbono
 - 12.5.2. Proteína
- 12.6. Precompetición
 - 12.6.1. *Peak week*
 - 12.6.2. Antes del pesaje

- 12.7. Precompetición
 - 12.7.1. Aplicaciones prácticas
 - 12.7.2. *Timing*
- 12.8. Postcompetición
 - 12.8.1. Hidratación
 - 12.8.2. Proteína
- 12.9. Ayudas ergogénicas
 - 12.9.1. Creatina
 - 12.9.2. *Whey protein*

Módulo 13. Diferentes Etapas o Poblaciones Específicas

- 13.1. Nutrición en la mujer deportista
 - 13.1.1. Factores limitantes
 - 13.1.2. Requerimientos
- 13.2. Ciclo menstrual
 - 13.2.1. Fase lútea
 - 13.2.2. Fase folicular
- 13.3. Triada
 - 13.3.1. Amenorrea
 - 13.3.2. Osteoporosis
- 13.4. Nutrición en la mujer deportista embarazada
 - 13.4.1. Requerimientos energéticos
 - 13.4.2. Micronutrientes
- 13.5. Efectos del ejercicio físico en el niño deportista
 - 13.5.1. Entrenamiento de fuerza
 - 13.5.2. Entrenamiento de resistencia
- 13.6. Educación nutricional en el niño deportista
 - 13.6.1. Azúcar
 - 13.6.2. TCA

- 13.7. Requerimientos nutricionales en el niño deportista
 - 13.7.1. Hidratos de carbono
 - 13.7.2. Proteínas
- 13.8. Cambios asociados al envejecimiento
 - 13.8.1. Porcentaje de grasa corporal
 - 13.8.2. Masa muscular
- 13.9. Principales problemas en el deportista senior
 - 13.9.1. Articulaciones
 - 13.9.2. Salud cardiovascular
- 13.10. Suplementación interesante en el deportista senior
 - 13.10.1. *Whey protein*
 - 13.10.2. Creatina

Módulo 14. Período Lesivo

- 14.1. Introducción
- 14.2. Prevención de Lesiones en el deportista
 - 14.2.1. Disponibilidad energética relativa en el deporte
 - 14.2.2. Salud bucodental e implicaciones sobre las Lesiones
 - 14.2.3. Fatiga, Nutrición y Lesiones
 - 14.2.4. Sueño, Nutrición y Lesiones
- 14.3. Fases de la lesión
 - 14.3.1. Fase de inmovilización. Inflamación y cambios que se producen durante esta fase
 - 14.3.2. Fase de retorno de la actividad
- 14.4. Ingesta energética durante el período de Lesión
- 14.5. Ingesta de macronutrientes durante el período de Lesión
 - 14.5.1. Ingesta de carbohidratos
 - 14.5.2. Ingesta de grasas
 - 14.5.3. Ingesta de proteínas

- 14.6. Ingesta de micronutrientes de especial interés durante la Lesión
- 14.7. Suplementos deportivos con evidencia durante el período de Lesión
 - 14.7.1. Creatina
 - 14.7.2. Omega 3
 - 14.7.3. Otros
- 14.8. Lesiones Tendinosas y Ligamentosas
 - 14.8.1. Introducción a las Lesiones Tendinosas y Ligamentosas. Estructura del tendón
 - 14.8.2. Colágeno, gelatina y vitamina C. ¿Pueden ayudar?
 - 14.8.3. Otros nutrientes involucrados en la síntesis del colágeno
- 14.9. Vuelta a la competición
 - 14.9.1. Consideraciones nutricionales en el retorno a la competición
- 14.10. Estudios de caso interesantes en la literatura científica sobre Lesiones



Utilizarás con destreza herramientas tecnológicas de última generación para el seguimiento continuo del estado nutricional y el rendimiento de los deportistas"

04

Objetivos docentes

A través de este programa universitario, los farmacéuticos adquirirán una visión Integral de la Nutrición Deportiva Integral. De manera simultánea, los egresados desarrollarán habilidades clínicas avanzadas para elaborar planes alimenticios personalizados según las necesidades específicas de los atletas, optimizando tanto el rendimiento físico como la recuperación. Asimismo, los profesionales estarán capacitados para recomendar suplementos nutricionales de alta calidad, asegurando un equilibrio dietético eficaz a largo plazo. Con ello, consolidarán un perfil diferenciado, capaz de afrontar los desafíos de un sector exigente y en constante evolución.



“

Adquirirás competencias avanzadas para crear planes dietéticos que mejoren la resistencia, fuerza y velocidad de los deportistas en una variedad de disciplinas”



Objetivos generales

- ♦ Actualizar los conocimientos sobre las nuevas tendencias en Nutrición humana
- ♦ Promover estrategias de intervención basadas en la aplicación práctica de las nuevas corrientes nutricionales en deportistas
- ♦ Favorecer la adquisición de habilidades y destrezas técnicas mediante un sistema audiovisual avanzado y talleres online de simulación o educación específica
- ♦ Incentivar la motivación profesional a través de la educación continuada y la investigación aplicada
- ♦ Gestionar conocimientos avanzados sobre planificación nutricional para deportistas profesionales y no profesionales, asegurando la práctica saludable del ejercicio físico
- ♦ Profundizar en la planificación nutricional para deportistas de distintas disciplinas, con el objetivo de optimizar su rendimiento
- ♦ Desarrollar estrategias específicas para la Nutrición de deportistas de equipo, potenciando el máximo rendimiento colectivo e individual
- ♦ Consolidar la iniciativa y el espíritu emprendedor para implementar proyectos innovadores en Nutrición aplicada a la actividad física y el deporte





Objetivos específicos

Módulo 1. Nuevos Avances en Alimentación

- ♦ Analizar los desarrollos científicos recientes en el ámbito de la alimentación y su impacto en la salud
- ♦ Examinar los efectos de los avances tecnológicos en la producción y calidad de los alimentos
- ♦ Identificar nuevas estrategias para mejorar la seguridad y sostenibilidad alimentaria
- ♦ Evaluar la integración de alimentos funcionales en dietas personalizadas

Módulo 2. Tendencias Actuales en Nutrición

- ♦ Explorar las tendencias emergentes en Nutrición y sus implicaciones en la sociedad actual
- ♦ Identificar el impacto de las modas alimentarias en los hábitos nutricionales de la población
- ♦ Estudiar las influencias culturales y sociales en las preferencias alimentarias actuales
- ♦ Analizar el papel de la digitalización y las redes sociales en la promoción de tendencias nutricionales

Módulo 3. Valoración del Estado Nutricional y de la Dieta. Aplicación en la Práctica

- ♦ Aplicar técnicas avanzadas para evaluar el estado nutricional de diferentes poblaciones
- ♦ Identificar carencias y excesos nutricionales mediante herramientas de valoración dietética
- ♦ Diseñar planes alimentarios personalizados basados en la evaluación del estado nutricional
- ♦ Implementar estrategias para corregir desequilibrios dietéticos en la práctica clínica

Módulo 4. Alimentación en la Práctica Deportiva

- ♦ Diseñar planes alimentarios adaptados a las necesidades de diferentes disciplinas deportivas
- ♦ Evaluar el impacto de la alimentación en el rendimiento físico y la recuperación de los deportistas
- ♦ Aplicar principios de periodización nutricional en entrenamientos y competencias
- ♦ Promover hábitos alimentarios adecuados para optimizar el desempeño deportivo

Módulo 5. Nuevos Avances en Alimentación

- ♦ Describir las bases moleculares de la nutrición y su relevancia
- ♦ Actualizar los conocimientos sobre la composición de los alimentos y su aplicación en la planificación nutricional de deportistas
- ♦ Utilizar tablas de composición de alimentos y bases de datos nutricionales para la evaluación y diseño de planes nutricionales
- ♦ Identificar y aplicar los beneficios de los fitoquímicos y otros compuestos no nutritivos en el rendimiento y la salud del deportista
- ♦ Aplicar el uso de nuevos alimentos, nutrientes funcionales y compuestos bioactivos en estrategias de intervención nutricional deportiva
- ♦ Analizar y aplicar los beneficios y riesgos de los alimentos ecológicos

Módulo 6. Tendencias Actuales en Nutrición

- ♦ Analizar los fundamentos y métodos de la Nutrigenómica, destacando su relevancia en la personalización de estrategias nutricionales deportivas
- ♦ Analizar los fundamentos y métodos de la Nutrigenómica y su relevancia en la personalización

- ♦ Aplicar los principios de la Inmunonutrición para optimizar la función inmune de los deportistas
- ♦ Analizar la regulación fisiológica del apetito y la saciedad, aplicándola al diseño de planes nutricionales personalizados
- ♦ Implementar los principios de la psicología de la alimentación en la Nutrición Deportiva
- ♦ Comprender la relación entre nutrición y sueño, aplicándola a la optimización del rendimiento deportivo

Módulo 7. Valoración del Estado Nutricional y de la Dieta. Aplicación en la Práctica

- ♦ Analizar las necesidades energéticas de los deportistas y aplicar métodos para la valoración del gasto energético
- ♦ Aplicar técnicas de análisis de la composición corporal y utilizar métodos bioquímicos, hematológicos e inmunológicos para el diagnóstico del estado nutricional
- ♦ Utilizar métodos directos e indirectos para el análisis de la ingesta de alimentos y nutrientes en deportistas
- ♦ Actualizar los conocimientos sobre los requerimientos nutricionales e ingestas recomendadas para deportistas de diferentes disciplinas
- ♦ Implementar los principios de la dieta mediterránea y las guías alimentarias para la nutrición del adulto sano en el contexto deportivo
- ♦ Adaptar las recomendaciones nutricionales a las necesidades específicas de las mujeres deportistas durante la menopausia

Módulo 8. Alimentación en la Práctica Deportiva

- ♦ Comprender los principios de la Fisiología del ejercicio y su aplicación en la Nutrición Deportiva
- ♦ Analizar las adaptaciones Fisiológicas a los diferentes tipos de ejercicio y su impacto en las necesidades nutricionales
- ♦ Describir la adaptación metabólica al ejercicio y su regulación, aplicando este conocimiento a la planificación nutricional
- ♦ Aplicar técnicas para la valoración de las necesidades energéticas y el estado nutricional de los deportistas
- ♦ Integrar la valoración de la capacidad física del deportista en la planificación nutricional
- ♦ Diseñar planes de alimentación específicos para las fases pre-competitiva, durante y post-competición

Módulo 9. Fisiología Muscular y Metabólica Relacionada con el Ejercicio

- ♦ Comprender las adaptaciones cardiovasculares que se producen durante el ejercicio
- ♦ Analizar los cambios en la ventilación y el consumo de oxígeno durante el ejercicio
- ♦ Describir las respuestas hormonales al ejercicio, incluyendo el cortisol y la testosterona
- ♦ Explicar la estructura del músculo y diferenciar los tipos de fibras musculares
- ♦ Interpretar el concepto de umbral láctico y aplicarlo al análisis del rendimiento deportivo
- ♦ Analizar el metabolismo del ATP y los fosfágenos durante el ejercicio

Módulo 10. Vegetarianismo y Veganismo

- ♦ Analizar la evolución del vegetarianismo y veganismo en el ámbito deportivo
- ♦ Diferenciar y aplicar los distintos tipos de alimentación vegetariana en deportistas
- ♦ Corregir los errores comunes en la nutrición de deportistas veganos
- ♦ Evaluar la importancia de la vitamina B12 en deportistas veganos y aplicar estrategias de suplementación
- ♦ Identificar y aplicar fuentes proteicas adecuadas en la alimentación vegana / vegetariana para deportistas
- ♦ Aplicar estrategias para asegurar la ingesta adecuada de nutrientes clave en deportistas veganos

Módulo 11. Diferentes Etapas o Poblaciones Específicas

- ♦ Adaptar las recomendaciones nutricionales a los factores limitantes y requerimientos específicos de la mujer deportista
- ♦ Diseñar planes nutricionales que consideren las fases lútea y folicular del ciclo menstrual
- ♦ Identificar y abordar los riesgos de la tríada de la atleta femenina (amenorrea, osteoporosis)
- ♦ Evaluar los requerimientos energéticos y de micronutrientes de la mujer deportista embarazada
- ♦ Analizar los efectos del entrenamiento de fuerza y resistencia en el niño deportista
- ♦ Implementar estrategias de educación nutricional para prevenir el consumo excesivo de azúcar y los trastornos de la conducta alimentaria en niños deportistas

Módulo 12. Nutrición para la Readaptación y Recuperación Funcional

- ♦ Aplicar los principios de la alimentación integral en la prevención y recuperación de lesiones deportivas
- ♦ Diseñar planes nutricionales que optimicen el consumo de carbohidratos para la recuperación funcional
- ♦ Ejecutar estrategias para asegurar la ingesta adecuada de proteínas en la recuperación de lesiones deportivas
- ♦ Analizar e integrar el consumo de grasas saturadas e insaturadas en la recuperación funcional
- ♦ Utilizar vitaminas hidrosolubles y liposolubles en la recuperación de lesiones deportivas
- ♦ Aplicar el uso de macrominerales y microminerales en la recuperación funcional

Módulo 13. Alimentación, Salud y Prevención de Enfermedad: Problemática Actual y Recomendaciones para la Población General

- ♦ Analizar los hábitos alimentarios prevalentes en la población actual e identificar los riesgos asociados para la salud
- ♦ Aplicar los principios de la dieta mediterránea y sostenible como modelo de alimentación recomendado
- ♦ Comparar y contrastar diferentes modelos de alimentación para evaluar su impacto en la salud
- ♦ Adaptar las recomendaciones nutricionales a las necesidades específicas de la población vegetariana
- ♦ Optimizar la nutrición durante la infancia y adolescencia para promover un crecimiento y desarrollo saludables
- ♦ Diseñar estrategias de nutrición para mejorar la calidad de vida, prevenir y tratar enfermedades en adultos



Módulo 14. Valoración del Estado Nutricional y Cálculo de Planes Nutricionales Personalizados, Recomendaciones y Seguimiento

- ♦ Recopilar y analizar la historia clínica y los antecedentes para personalizar los planes nutricionales
- ♦ Aplicar técnicas de antropometría y evaluación de la composición corporal para determinar el estado nutricional
- ♦ Evaluar los hábitos de alimentación y el consumo de alimentos para identificar posibles deficiencias o excesos
- ♦ Colaborar con equipos interdisciplinarios y aplicar circuitos terapéuticos en la atención nutricional
- ♦ Calcular el aporte energético necesario para cubrir las necesidades individuales de los deportistas
- ♦ Determinar las recomendaciones de consumo de macro y micronutrientes para optimizar el rendimiento deportivo

“Diseñarás intervenciones nutricionales que no solo potencien el rendimiento de los usuarios, sino que también prevengan diversas lesiones”

05

Salidas profesionales

Tras completar este Grand Master de Formación Permanente, los farmacéuticos contarán con una sólida comprensión de la Nutrición Deportiva Integral. Podrán implementar estrategias innovadoras que optimicen el rendimiento y la salud de los atletas. Asimismo, los egresados estarán capacitados para diseñar planes nutricionales personalizados según las necesidades específicas de cada deportista y utilizar herramientas tecnológicas avanzadas para monitorizar su estado en tiempo real. Esta preparación permitirá a los profesionales aportar soluciones integrales en entornos deportivos, clínicos y de bienestar, consolidando un perfil altamente especializado y competitivo en el ámbito de la Nutrición aplicada al deporte.



“

Crearás planes dietéticos individualizados para satisfacer las necesidades nutricionales de los deportistas, teniendo presente sus preferencias alimenticias y necesidades calóricas”

Perfil del egresado

Mediante esta completa titulación universitaria, los egresados adquirirán competencias clínicas avanzadas para abordar las necesidades nutricionales de los deportistas. Además, podrán aplicar técnicas dietéticas especializadas que optimicen el rendimiento físico y aceleren la recuperación. También manejarán herramientas tecnológicas de última generación para el seguimiento y monitoreo nutricional. Todo ello les permitirá acceder a posiciones estratégicas en instituciones de prestigio, aportando soluciones innovadoras y personalizadas en el ámbito de la Nutrición Deportiva Integral.

Liderarás proyectos relacionados con la Nutrición en el ámbito deportivo, coordinando equipos multidisciplinarios y gestionando recursos para cumplir con los objetivos propuestos.

- ♦ **Pensamiento Crítico y Resolución de Problemas:** Orientador que aplica análisis crítico de datos científicos para identificar desafíos nutricionales específicos de cada deportista y desarrollar soluciones innovadoras basadas en evidencia que optimicen su rendimiento
- ♦ **Gestión de Proyectos y Organización:** Gestor que supervisa programas de Nutrición Deportiva, coordinando recursos, seguimiento de objetivos y planificación de intervenciones nutricionales personalizadas
- ♦ **Competencia Digital y Tecnológica:** Encargado de manejar herramientas tecnológicas avanzadas para el seguimiento, evaluación y personalización de planes nutricionales, facilitando decisiones informadas y precisas
- ♦ **Ética y Responsabilidad Profesional:** Asesor que aplica principios éticos y normativas legales en la práctica de la Nutrición Deportiva, garantizando intervenciones seguras y responsables





Después de realizar el programa universitario, podrás desempeñar tus conocimientos y habilidades en los siguientes cargos:

- 1. Consultor en Nutrición Deportiva:** Asesor en deportistas sobre estrategias nutricionales personalizadas para optimizar tanto su óptimo rendimiento como recuperación, basándose en evidencia científica y necesidades individuales.
- 2. Desarrollador de Productos Nutricionales para Deportistas:** Encargado de la creación y mejora de alimentos o suplementos específicos para deportistas, trabajando con industrias alimentarias y farmacéuticas.
- 3. Rehabilitador Nutricional Deportiva:** Orientador en el proceso de rehabilitación, diseñando estrategias nutricionales que faciliten la recuperación y mantengan el rendimiento durante la reintegración al deporte.
- 4. Responsable de Cumplimiento Normativo en Suplementación Deportiva:** Gestor que asegura que los suplementos utilizados por deportistas cumplan las regulaciones y normativas deportivas, evitando el uso de sustancias prohibidas.
- 5. Analista de Datos en Nutrición Deportiva:** Encargado de investigar datos relacionados con la Nutrición o el rendimiento deportivo, utilizando herramientas tecnológicas para interpretar información y mejorar las estrategias nutricionales aplicadas.
- 6. Asesor en Salud y Bienestar para Empresas Deportivas:** Asesor que desarrolla programas de salud y bienestar dirigidos a atletas de organizaciones deportivas, promoviendo hábitos alimenticios saludables y estilos de vida activos.



Diseñarás e implementarás programas dietéticos en diversas entidades deportivas, garantizando que los atletas reciban una alimentación óptima para sus entrenamientos y competencias”

06

Licencias de software incluidas

TECH es referencia en el mundo universitario por combinar la última tecnología con las metodologías docentes para potenciar el proceso de enseñanza-aprendizaje. Para ello, ha establecido una red de alianzas que le permite tener acceso a las herramientas de software más avanzadas del mundo profesional.



“

Al matricularte recibirás, de forma completamente gratuita, las credenciales de uso académico de las siguientes aplicaciones de software profesional”

TECH ha establecido una red de alianzas profesionales en la que se encuentran los principales proveedores de software aplicado a las diferentes áreas profesionales. Estas alianzas permiten a TECH tener acceso al uso de centenares de aplicaciones informáticas y licencias de software para acercarlas a sus estudiantes.

Las licencias de software para uso académico permitirán a los estudiantes utilizar las aplicaciones informáticas más avanzadas en su área profesional, de modo que podrán conocerlas y aprender su dominio sin tener que incurrir en costes. TECH se hará cargo del procedimiento de contratación para que los alumnos puedan utilizarlas de modo ilimitado durante el tiempo que estén estudiando el programa de Grand Master de Formación Permanente en Nutrición Deportiva Integral, y además lo podrán hacer de forma completamente gratuita.

TECH te dará acceso gratuito al uso de las siguientes aplicaciones de software:



i-Diet

DIETOPRO.COM
software de gestión dietético-nutricional

Nutrium

Acceder a **Nutrium**, una plataforma profesional valorada en **200 euros**, es una oportunidad única para optimizar la gestión de pacientes. Este sistema avanzado permite registrar historiales, agendar citas, enviar recordatorios y realizar consultas en línea, facilitando la comunicación a través de su app móvil.

Además, esta Licencia exclusiva y con **acceso gratuito** ofrece herramientas para el seguimiento de objetivos nutricionales, permitiendo que los clientes actualicen su progreso en tiempo real, lo que favorece la adherencia a los tratamientos y mejora la eficacia de las recomendaciones dietéticas.

Funciones destacadas:

- ♦ **Gestión completa de clientes:** registro detallado, programación de citas y recordatorios automáticos
- ♦ **Comunicación continua:** acceso a consultas en línea y aplicación móvil para pacientes
- ♦ **Monitoreo de objetivos nutricionales:** herramientas para establecer y seguir metas específicas
- ♦ **Actualización en tiempo real:** los pacientes pueden actualizar su progreso de manera directa
- ♦ **Eficiencia en tratamientos:** mejora de la adherencia y resultados de los planes dietéticos

Esta plataforma, accesible **sin coste** durante el programa, permitirá aplicar de manera práctica los conocimientos adquiridos, facilitando un enfoque integral y eficiente en nutrición.

i-Diet

Otro de los beneficios exclusivos de este programa universitario es el **acceso gratuito** a **i-Diet**, una herramienta de evaluación nutricional valorada en **180 euros**. Esta plataforma flexible permite modificar bases de datos de alimentos y recetas, así como añadir nuevos elementos de forma intuitiva.

i-Diet está diseñada para adaptarse a distintas necesidades profesionales, permitiendo la personalización de planes nutricionales desde el primer día del curso. La herramienta incorpora inteligencia artificial en sus cálculos, desarrollada con el respaldo del Departamento de Modelización Matemática de la ETSIMO, lo que garantiza precisión y solidez científica en cada evaluación.

Funciones destacadas:

- ♦ **Base de datos editable:** acceso a alimentos y recetas con posibilidad de personalización completa
- ♦ **Cálculos con IA:** algoritmos optimizados para una evaluación precisa y eficiente
- ♦ **Más de 1.000 recetas supervisadas:** contenido desarrollado por la dietista-nutricionista Cristina Rodríguez Bernardo
- ♦ **Mediciones corporales múltiples:** compatible con BIA, ultrasonidos, infrarrojos, plicometría y perímetros
- ♦ **Interfaz intuitiva:** fácil de usar tanto en consulta como para seguimiento clínico

El **acceso sin costes** a **i-Diet** durante el curso ofrece una oportunidad invaluable para aplicar conocimientos teóricos, mejorando la toma de decisiones nutricionales y fortaleciendo las habilidades técnicas de los profesionales.

DietoPro

Como parte de nuestro compromiso con una capacitación completa y aplicada, todos los alumnos inscritos en este programa obtendrán **acceso gratuito** a la Licencia **DietoPro** especializada en nutrición, valorada en aproximadamente **30 euros**. Esta plataforma estará disponible durante todo el curso. Su uso enriquece el proceso de aprendizaje, facilitando la implementación inmediata de los conocimientos adquiridos.

Es una solución avanzada que permite crear planes personalizados, registrar y analizar la ingesta diaria, y recibir recomendaciones basadas en cada usuario. Su interfaz intuitiva y base tecnológica consolidan una experiencia práctica, alineada con los estándares actuales del bienestar y la salud digital.

Funciones destacadas:

- ♦ **Planificación Nutricional Personalizada:** diseñar planes alimentarios ajustados a objetivos, preferencias y requerimientos específicos
- ♦ **Registro y Seguimiento de la Dieta:** facilita el control nutricional mediante reportes dinámicos y análisis detallado de nutrientes
- ♦ **Sugerencias Inteligentes:** emplea inteligencia artificial para proponer ajustes y recomendaciones personalizadas
- ♦ **Integración con Dispositivos de Salud:** compatible con *wearables* y aplicaciones de fitness para una visión integral del estado físico
- ♦ **Recursos Educativos:** acceso a contenidos, guías y consejos de expertos para afianzar hábitos saludables y promover el aprendizaje continuo

Esta **Licencia gratuita** ofrece una oportunidad única para explorar herramientas profesionales, afianzar el conocimiento teórico y aprovechar al máximo una experiencia práctica de alto valor.

07

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 intensivo 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

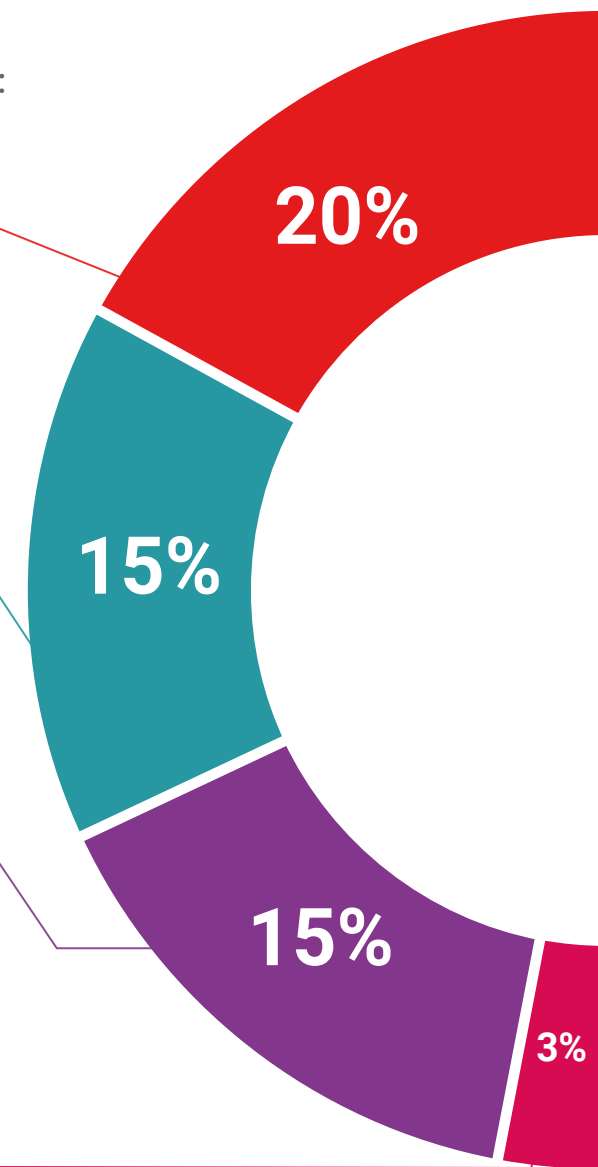
Presentamos los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audio, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

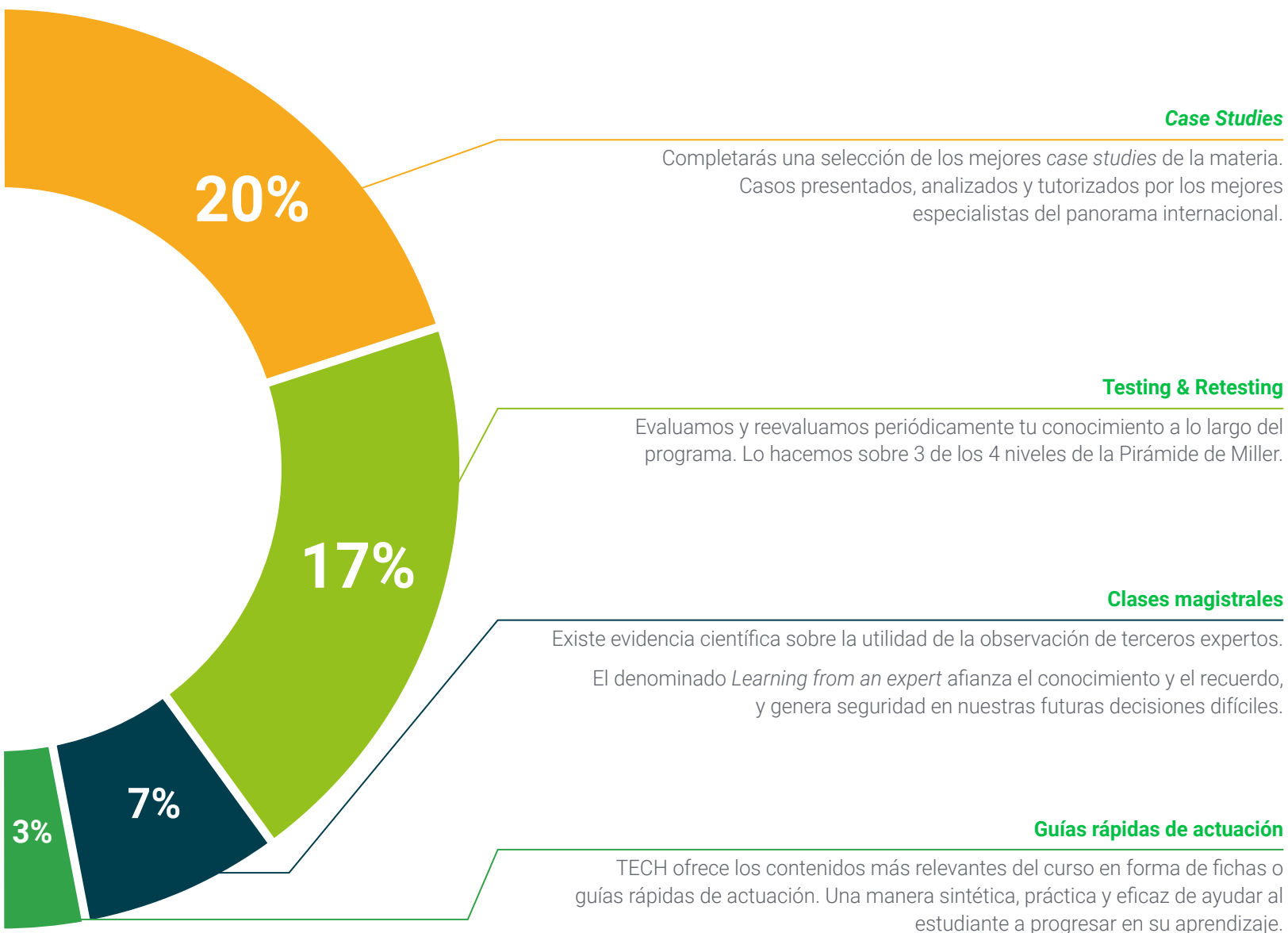
Este sistema exclusivo educativo para la presentación de contenidos multimedia fue premiado por Microsoft como "Caso de éxito en Europa".



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.



08

Cuadro docente

La premisa fundamental de TECH Universidad consiste en ofrecer titulaciones universitarias completas y actualizadas, seleccionando con rigor a sus claustros docentes. Por ello, este Grand Master de Formación Permanente cuenta con profesionales de referencia en el ámbito de la Nutrición Deportiva Integral. Estos expertos poseen una sólida trayectoria, habiendo contribuido al bienestar y recuperación de numerosos atletas con lesiones de diversa índole. Así, los egresados acceden a una formación de alta calidad que potenciará sus competencias profesionales y mejorará su desempeño en contextos clínicos y deportivos.



“

Disfrutarás de un plan de estudios elaborado por los mejores especialistas en el campo de la Nutrición Deportiva Integral”

Directora Invitada Internacional

Jamie Meeks ha demostrado a lo largo de su trayectoria profesional su dedicación por la **Nutrición Deportiva**. Tras graduarse en esa especialidad en la Universidad Estatal de Luisiana, destacó rápidamente. Su talento y compromiso fueron reconocidos cuando recibió el prestigioso **premio de Joven Dietista del Año** por la Asociación Dietética de Luisiana, un logro que marcó el comienzo de una exitosa carrera.

Después de completar su licenciatura, Jamie Meeks continuó su educación en la Universidad de Arkansas, donde completó sus prácticas en **Dietética**. Luego, obtuvo un Máster en Kinesiología con especialización en **Fisiología del Ejercicio** por la Universidad Estatal de Luisiana. Su pasión por ayudar a los atletas a alcanzar su máximo potencial y su incansable compromiso con la excelencia la convierten en una figura destacada en la comunidad deportiva y de nutrición.

Su profundo conocimiento en esta área la llevó a convertirse en la primera **Directora de Nutrición Deportiva** en la historia del departamento atlético de la Universidad Estatal de Luisiana. Allí, desarrolló programas innovadores para satisfacer las necesidades dietéticas de los atletas y educarlos sobre la importancia de una **alimentación adecuada** para el **rendimiento óptimo**.

Posteriormente, ha ocupado el cargo de **Directora de Nutrición Deportiva** en el equipo **New Orleans Saints** de la NFL. En este puesto, se dedica a garantizar que los jugadores profesionales reciban la mejor atención nutricional posible, trabajando en estrecha colaboración con entrenadores, preparadores físicos y personal médico para optimizar el desempeño y la salud individual.

Así, Jamie Meeks es considerada una verdadera líder en su campo, siendo miembro activo de varias asociaciones profesionales y participando en el avance de la **Nutrición Deportiva** a nivel nacional. En este sentido, es también integrante de la **Academia de Nutrición y Dietética** y de la **Asociación de Dietistas Deportivos Colegiados y Profesionales**.



Dña. Meeks, Jamie

- Directora de Nutrición Deportiva de los New Orleans Saints de la NFL, Luisiana, Estados Unidos
- Coordinadora de Nutrición Deportiva en la Universidad Estatal de Luisiana
- Dietista registrada por la Academia de Nutrición y Dietética
- Especialista certificada en dietética deportiva
- Máster en Kinesiología con especialización en Fisiología del ejercicio por la Universidad Estatal de Luisiana
- Graduada en Dietética por la Universidad Estatal de Luisiana
- Miembro de: Asociación Dietética de Luisiana. Asociación de Dietistas Deportivos Colegiados y Profesionales, Grupo de Práctica Dietética de Nutrición Deportiva Cardiovascular y de Bienestar



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

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 Sénior** en el **Consejo de Investigación Médica**, centrado en estudios de **Nutrición y Salud Vascular**. 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** y 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

“

¡Alcanza tus objetivos académicos y profesionales con los expertos mejor cualificados del mundo! Los docentes de este programa te guiarán durante todo el proceso de aprendizaje”

Dirección



Dr. Marhuenda Hernández, Javier

- ♦ Nutricionista en Clubes de Fútbol Profesional
- ♦ Responsable del Área de Nutrición Deportiva. Club Albacete Balompié SAD
- ♦ Responsable del Área de Nutrición Deportiva. Universidad Católica de Murcia, UCAM Murcia Club de Fútbol
- ♦ Asesor Científico. Nutrium
- ♦ Asesor Nutricional. Centro Impulso
- ♦ Docente y Coordinador de Estudios Posuniversitarios
- ♦ Doctor en Nutrición y Seguridad Alimentaria. Universidad Católica San Antonio de Murcia
- ♦ Graduado en Nutrición Humana y Dietética. Universidad Católica San Antonio de Murcia
- ♦ Máster en Nutrición Clínica. Universidad Católica San Antonio de Murcia
- ♦ Académico. Academia Española de Nutrición y Dietética (AEND)

Profesores

Dr. Martínez Noguera, Francisco Javier

- ♦ Nutricionista Deportivo en CIARD-UCAM
- ♦ Nutricionista deportivo en Clínica Fisioterapia Jorge Lledó
- ♦ Ayudante de Investigación en CIARD-UCAM
- ♦ Nutricionista Deportivo del UCAM Murcia Club de Fútbol
- ♦ Nutricionista de SANO Center
- ♦ Nutricionista Deportivo de UCAM Murcia Club de Baloncesto
- ♦ Doctor en Ciencias del Deporte por la Universidad Católica San Antonio de Murcia
- ♦ Graduado en Nutrición Humana y Dietética por la Universidad Católica San Antonio de Murcia
- ♦ Máster en Nutrición y Seguridad Alimentaria por la Universidad Católica San Antonio de Murcia

Dra. Ramírez Munuera, Marta

- ♦ Nutricionista Deportiva experta en Deportes de Fuerza
- ♦ Nutricionista. M10 Salud y Fitness. Centro de Salud y Deporte
- ♦ Nutricionista. Mario Ortiz Nutrición
- ♦ Formadora en Cursos y Talleres sobre Nutrición Deportiva
- ♦ Ponente en Conferencias y Seminarios de Nutrición Deportiva
- ♦ Graduada en Nutrición Humana y Dietética. Universidad Católica San Antonio de Murcia
- ♦ Máster en Nutrición en la Actividad Física y el Deporte. Universidad Católica San Antonio de Murcia

Dr. Arcusa Saura, Raúl

- ♦ Nutricionista. Club Deportivo Castellón
- ♦ Nutricionista en varios clubes semiprofesionales de Castellón
- ♦ Investigador. Universidad Católica San Antonio de Murcia
- ♦ Docente de Pregrado y Posgrado
- ♦ Graduado en Nutrición Humana y Dietética
- ♦ Máster Oficial en Nutrición en la Actividad Física y el Deporte

Dra. Montoya Castaño, Johana

- ♦ Nutricionista Deportiva
- ♦ Nutricionista. Ministerio del Deporte de Colombia (Mindeportes)
- ♦ Asesora Científica. Bionutrition, Medellín
- ♦ Docente de Nutrición Deportiva en Pregrado
- ♦ Nutricionista Dietista. Universidad de Antioquia
- ♦ Máster en Nutrición en la Actividad Física y el Deporte. Universidad Católica San Antonio de Murcia



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

09

Titulación

Este programa en Nutrición Deportiva Integral garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Grand Master de Formación Permanente 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 **Grand Master de Formación Permanente en Nutrición Deportiva Integral** 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.

TECH, es miembro de la distinguida organización profesional **The Chartered Association of Sport and Exercise Sciences (CASES)**. Este vínculo reafirma su compromiso con la excelencia en la gestión y capacitación especializada en el ámbito deportivo.

Aval/Membresía

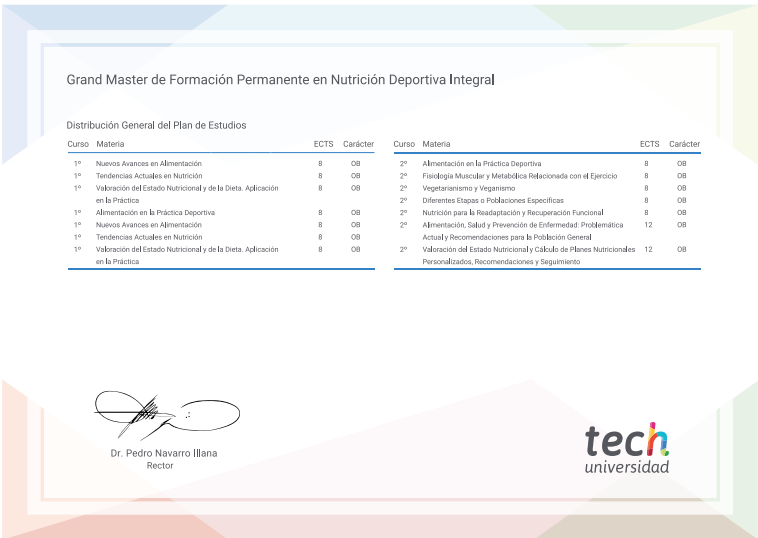


Título: **Grand Master de Formación Permanente en Nutrición Deportiva Integral**

Modalidad: **online**

Duración: **15 meses**

Acreditación: **120 ECTS**



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



Grand Master de Formación
Permanente
Nutrición Deportiva
Integral

- » Modalidad: online
- » Duración: 15 meses
- » Titulación: TECH Universidad
- » Acreditación: 120 ECTS
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

Grand Master de Formación Permanente

Nutrición Deportiva Integral

Aval/Membresía



tech
universidad