

# Capacitación Práctica

## Nutrición Deportiva



**tech** global  
university

Capacitación Práctica  
Nutrición Deportiva

# Índice

01

Introducción

---

pág. 4

02

¿Por qué cursar esta  
Capacitación Práctica?

---

pág. 6

03

Objetivos

---

pág. 8

04

Planificación  
de la enseñanza

---

pág. 10

05

¿Dónde puedo hacer la  
Capacitación Práctica?

---

pág. 12

06

Condiciones generales

---

pág. 14

07

Titulación

---

pág. 16

# 01

## Introducción

La afectación de tejidos, ligamentos, músculos en deportistas, ya sean de élite o amateur, debido a su actividad física diaria requiere de un trabajo por parte de los profesionales fisioterapeutas que van más allá del tratamiento específico de la zona. Dicha labor requiere una valoración y pauta integral del deportista, donde la nutrición adquiere gran relevancia. En los últimos años, los avances en las propiedades de los alimentos, su uso en función de la modalidad deportiva y las características físicas que se deseen potenciar hacen indispensable una actualización por parte de los especialistas. Por esta razón, TECH ofrece esta incursión práctica a lo largo de 3 semanas en una empresa referente en Nutrición Deportiva junto a un excelente equipo de profesionales.

“

*Te adentrarás en una experiencia práctica única y eficaz, que te llevará a incorporar a tu práctica diaria los avances más relevantes en el área de la Nutrición Deportiva”*





La alimentación y la fisioterapia deben estar en sintonía con el deportista, ya que de ello depende en buena medida los resultados que pueda obtener en una competición o en la recuperación más efectiva de una lesión. En los últimos años, la mayor concienciación de los atletas y los progresos científicos en el campo de la Nutrición han puesto en valor esta disciplina y la necesidad de los profesionales de estar en constante actualización. Es por ello por lo que TECH ofrece este programa, donde a lo largo de 120 horas de prácticas profesionales podrá, junto a especialistas en este ámbito, conocer de primera mano las últimas técnicas y métodos empleados.

Un escenario ideal que ofrece esta institución académica a todos aquellos fisioterapeutas que estén interesados en realizar una puesta al día sobre todo lo que rodea al ámbito de la adaptación nutricional en función de la modalidad deportiva, la planificación dietética o la reducción de problemas psicológicos derivados de la alimentación. Y es que, gracias a esta Capacitación Práctica conseguirá obtener una visión directa y novedosa de la Nutrición Deportiva desde la perspectiva de la Fisioterapia.

De esta forma, el profesional tendrá la posibilidad de poder ampliar sus competencias y habilidades a través de una experiencia 100% real, con pacientes que requieren de servicios de asesoramiento y seguimiento nutricional. Todo ello en un ambiente profesional en un centro de referencia en el ámbito de la Nutrición deportiva. Una Capacitación Práctica que responde y se adapta a las necesidades reales de los especialistas en este ámbito. Una oportunidad única que tan solo te ofrece TECH, la universidad digital más grande del mundo.

# 02

## ¿Por qué cursar esta Capacitación Práctica?

En un mercado pedagógico con múltiples programas, TECH ha creado una actualización académica orientada a dar respuesta a las necesidades reales de los profesionales fisioterapeutas. Así, en esta instrucción se aleja del marco teórico, para sumergir de lleno desde el primer día al egresado en una estancia práctica intensiva en un centro clínico de prestigio. De esta manera, se adentrará en un entorno real, guiado por profesionales de esta entidad, que le mostrarán las técnicas y métodos más recientes y novedosos en torno a la Nutrición Deportiva. Así, durante 3 semanas intensivas, se integrará en un equipo de trabajo que le aportará una renovación excepcional de los procedimientos y planificación llevada a cabo para la atención nutricional del deportista. Una oportunidad única que no solo revoluciona los sistemas pedagógicos, sino que pone al fisioterapeuta en el centro de la ecuación para ofrecerle una práctica de utilidad real.

“

*Te adentrarás en un espacio clínico de primer nivel, donde podrás realizar una puesta al día sobre los avances en Nutrición Deportiva”*

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

Las nuevas tecnologías han facilitado la labor de los profesionales fisioterapeutas en el abordaje de los pacientes desde el punto de vista estrictamente físico, pero también ha contribuido en el análisis y planificación nutricional. Ambos puntos favorecen al deportista en su fase de recuperación. Por eso, y con el principal objetivo de aproximar al profesional a la tecnología más innovadora y avanzada, TECH presenta esta Capacitación Práctica, con la cual el fisioterapeuta se adentrará en un entorno clínico de vanguardia, accediendo a las herramientas y dispositivos de última generación en el campo de la Nutrición Deportiva.

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

En este periodo de Capacitación Práctica, el profesional no estará solo, ya que contará en todo momento con la tutorización de un fisioterapeuta especializado, que le mostrará los avances más recientes en Nutrición Deportiva. Ello le permitirá trabajar codo con codo, con auténticos expertos en la materia e integrar, en su praxis habitual, todas las técnicas y procesos empleados en un centro del más alto nivel.

### 3. Adentrarse en entornos clínicos de primera

Todos los centros disponibles para la realización de las Capacitaciones Prácticas han sido seleccionados por TECH empleando un riguroso procedimiento. De esta manera, el profesional tiene garantizado el acceso a un entorno clínico de prestigio en el área de la Nutrición Deportiva. De esta manera, podrá comprobar, in situ, cómo es el día a día en un área de trabajo especializada, rigurosa y en constante actualización.



#### 4. Llevar lo adquirido a la práctica diaria desde el primer momento

Sin duda, en el panorama académico actual existen pocos programas que lleven desde el primer día al profesional a la práctica con el principal objetivo de actualizar sus conocimientos. Unos fisioterapeutas que ya cuentan con un gran nivel dentro de su ámbito profesional, y que buscan actualizarse en entornos clínicos destacados. TECH da respuesta a esta necesidad, por lo que el egresado desde el primer día llevará a cabo actividades prácticas que le permitan ponerse al frente de los procedimientos de última generación en Nutrición Deportiva.

#### 5. Expandir las fronteras del conocimiento

Las Capacitaciones Prácticas se llevarán a cabo en estancias presenciales de 3 semanas de duración. Una intensidad, que le permitirá en un espacio corto de tiempo poder realizar una puesta al día en los procesos, métodos y herramientas empleadas por los mejores profesionales en Nutrición Deportiva. Todo ello en un centro destacado, que le permitirá al egresado rodearse durante este periodo de los mejores y, por tanto, incorporar en su praxis los procedimientos más recientes. Una oportunidad única, que tan solo te ofrece TECH.



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

# 03 Objetivos

Esta Capacitación Práctica te llevará a estar durante 3 semanas en una empresa destacada en el sector de la Nutrición Deportiva, donde podrás adquirir el conocimiento más reciente sobre nueva alimentación y suplementación a deportistas en fase de rehabilitación o preparación deportiva. Gracias a esta información podrás aplicar las últimas tendencias en tu praxis clínica habitual y conseguir óptimos resultados con tus pacientes.



## Objetivos generales

---

- ♦ Actualizar los conocimientos técnicos y metodológicos empleados para el análisis y planificación nutricional de deportistas
- ♦ Incorporar al trabajo diario los procedimientos y abordajes más eficaces, avalados por un equipo de expertos prestigiosos en el área de la Nutrición Deportiva
- ♦ Realizar una puesta al día sobre los productos de soporte nutricional básico y avanzado relacionadas con la nutrición del paciente





## Objetivos específicos

---

- ♦ 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
- ♦ 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
- ♦ Actualizar las distintas técnicas y productos de soporte nutricional básico y avanzado relacionadas con la nutrición del paciente
- ♦ Utilizar de manera correcta las ayudas ergogénicas
- ♦ Identificar los trastornos psicológicos relacionados con la práctica del deporte y la nutrición



*Podrás acceder a una estancia práctica profesional en la que obtendrás la información más novedosa sobre la integración de producto nutricional avanzado”*

# 04

## Planificación de la enseñanza

Este programa de Capacitación Práctica se desarrolla a lo largo de 120 horas lectivas en una empresa referente en el sector de la Nutrición Deportiva. Así, durante 3 semanas, en horario de lunes a viernes con jornadas de 8 horas consecutivas, el profesional fisioterapeuta podrá adquirir el conocimiento más actual en este sector de la mano de un equipo especializado y con experiencia en la prestación de servicios nutricionales a deportistas.

Un escenario donde el profesional podrá desenvolverse en todo momento acompañado de un tutor, que le mostrará las últimas técnicas y métodos empleados para la planificación de una dieta acorde a las necesidades de cada atleta, ya se encuentre en fase de recuperación de una lesión o acuda tras una actividad física intensa de competición.

Esta estancia, por tanto, le permite absorber en este periodo la información más reciente y novedosa sobre alimentación y suplementación teniendo en cuenta las características de cada modalidad deportiva y la del propio paciente. Un escenario ideal para aquellos profesionales que busquen estar al tanto de todo lo que rodea a la Nutrición Deportiva y potenciar sus competencias y habilidades en este ámbito.

En esta propuesta de capacitación, de carácter completamente práctico, las actividades están dirigidas al desarrollo y perfeccionamiento de las competencias necesarias para la prestación de atención sanitaria en áreas y condiciones que requieren un alto nivel de cualificación, y que están orientadas a la capacitación específica para el ejercicio de la actividad, en un medio donde se demandan a profesionales con experiencia.

La enseñanza práctica se realizará 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 médica (aprender a ser y aprender a relacionarse).

Los procedimientos descritos a continuación serán la base de la capacitación, y su realización estará sujeta a la disponibilidad propia del centro, a su actividad habitual y a su volumen de trabajo, siendo las actividades propuestas las siguientes:



*Capacítate en una institución que te pueda ofrecer todas estas posibilidades, con un programa académico innovador y un equipo humano capaz de desarrollarte al máximo”*



Módulo	Actividad Práctica
<b>Nuevos métodos de alimentación en Nutrición Deportiva</b>	Valorar la recomendación de nuevos alimentos, atendiendo a su composición para mejorar el rendimiento del deportista
	Adecuar la dieta del deportista con alimentos ecológicos como método de prevención de lesiones
	Indicar el consumo de alimentos transgénicos en el deportista
	Informar al deportista de los beneficios e inconvenientes del consumo de determinados alimentos atendiendo a su composición nutricional
<b>Aplicación de nuevas tendencias en Nutrición Deportiva</b>	Aplicar los principios nutrigenética para mejorar el rendimiento del deportista
	Emplear las técnicas de nutrigenómica, para evitar la aparición de enfermedades relacionadas con la mala nutrición
	Indicar la dieta para reforzar el sistema inmunitario del deportista a través de la nutrición
	Pautar alimentos para obtener la regulación fisiológica del deportista
	Analizar la relación emocional del deportista con su ingesta de alimentos
	Indicar una dieta que favorezca la regulación del sueño
<b>Valoración del estado nutricional y de la dieta del deportista</b>	Participar en el análisis de bioenergética y nutrición
	Comprobar el estado nutricional del paciente en sus diferentes etapas etarias
	Valoración de la ingesta diaria del paciente y realización de los ajustes alimentarios necesarios
	Evaluar la alimentación en el adulto sano y en mujeres con menopausia
<b>Alimentación en la práctica deportiva</b>	Verificar la adaptación fisiológica y metabólica a los distintos tipos de ejercicio
	Participar en la valoración de las necesidades energéticas y del estado nutricional del deportista
	Acompañar al especialista en la valoración de la capacidad física del deportista
	Aplicar análisis de la alimentación y de la hidratación en las distintas fases de la práctica deportiva
	Colaborar en la planificación dietética adaptada a las modalidades deportivas y en la recuperación de lesiones

# 05

## ¿Dónde puedo hacer la Capacitación Práctica?

Gracias a la rigurosa selección que realiza TECH en la incorporación de empresas para la realización de Capacitaciones Prácticas, el profesional podrá acceder a centros de referencia y que cuentan con profesionales experimentados en el campo de la Nutrición Deportiva. Ello garantizará que el especialista logre una actualización de sus conocimientos en este ámbito de la forma más óptima y en un escenario 100% real en la atención nutricional de deportistas.

“

*Lograrás estar al tanto de las novedades en Nutrición Deportiva gracias a la incursión durante 3 semanas en una empresa referente del sector”*





El alumno podrá cursar esta capacitación en los siguientes centros:



**Fisioterapia**

### Prosistem Nutrición

País	Ciudad
España	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



**Fisioterapia**

### Policlínico HM Moraleja

País	Ciudad
España	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



**Fisioterapia**

### Policlínico HM Matagrande

País	Ciudad
España	La Coruña

Dirección: R. Enrique Mariñas Romero, 32G, 2º, 15009, A Coruña

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

---

**Capacitaciones prácticas relacionadas:**

- Fisioterapia Deportiva
- Enfermedades Neurodegenerativas



**Fisioterapia**

### Sabier Fisiomedic

País	Ciudad
España	Madrid

Dirección: C. María Zambrano, 3, Local 8-9, 28522 Rivas-Vaciamadrid, Madrid

Centro especializado en Fisioterapia, Osteopatía, Medicina Estética, Podología, Biomecánica, Estética facial y corporal

---

**Capacitaciones prácticas relacionadas:**

- Diagnóstico en Fisioterapia
- Fisioterapia Deportiva



**Fisioterapia**

### Klinik PM

País	Ciudad
España	Alicante

Dirección: Calle Montesinos 7, Alicante 03016

La mayor clínica de referencia en tratamiento del dolor y traumatología conservadora

---

**Capacitaciones prácticas relacionadas:**

- Diagnóstico en Fisioterapia
- Fisioterapia Deportiva

# 06

## Condiciones generales

### 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 la Capacitación Práctica 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 de la Capacitación Práctica, 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 de 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 la Capacitación Práctica recibirá un certificado que le acreditará la estancia en el centro en cuestión.

**5. RELACIÓN LABORAL:** la Capacitación Práctica no constituirá una relación laboral de ningún tipo.

**6. ESTUDIOS PREVIOS:** algunos centros podrán requerir certificado de estudios previos para la realización de la Capacitación Práctica. 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:** la Capacitación Práctica 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.

# 07 Titulación

Este programa te permitirá obtener el título propio de **Capacitación Práctica en Nutrición Deportiva** avalado por **TECH Global University**, la mayor Universidad digital del mundo.

**TECH Global University**, es una Universidad Oficial Europea reconocida públicamente por el Gobierno de Andorra (**boletín oficial**). Andorra forma parte del Espacio Europeo de Educación Superior (EEES) desde 2003. El EEES es una iniciativa promovida por la Unión Europea que tiene como objetivo organizar el marco formativo internacional y armonizar los sistemas de educación superior de los países miembros de este espacio. El proyecto promueve unos valores comunes, la implementación de herramientas conjuntas y fortaleciendo sus mecanismos de garantía de calidad para potenciar la colaboración y movilidad entre estudiantes, investigadores y académicos.

Este título propio de **TECH Global University**, es un programa europeo de formación continua y actualización profesional que garantiza la adquisición de las competencias en su área de conocimiento, confiriendo un alto valor curricular al estudiante que supere el programa.

Título: **Capacitación Práctica en Nutrición Deportiva**

Duración: **3 semanas**

Asistencia: **de lunes a viernes, turnos de 8 horas consecutivas**

Créditos: **4 ECTS**





Capacitación Práctica  
Nutrición Deportiva

# Capacitación Práctica

## Nutrición Deportiva

