

Master Specialistico

Nutrizione Sportiva Completa

Approvato dall'NBA





Master Specialistico

Nutrizione Sportiva Completa

- » Modalità: online
- » Durata: 2 anni
- » Titolo: TECH Università Tecnologica
- » Dedizione: 16 ore/settimana
- » Orario: a scelta
- » Esami: online

Accesso al sito web: www.techitute.com/it/fisioterapia/master-specialistico/master-specialistico-nutrizione-sportiva-completa

Indice

01

Presentazione

pag. 4

02

Obiettivi

pag. 8

03

Competenze

pag. 14

04

Direzione del corso

pag. 18

05

Struttura e contenuti

pag. 24

06

Metodologia

pag. 34

07

Titolo

pag. 42

01

Presentazione

La società è sempre più attenta seguire uno stile di vita sano, non solo per migliorare il proprio aspetto fisico, ma anche la propria salute. Per questo motivo, molte persone hanno iniziato a praticare sport senza possedere le conoscenze necessarie per evitare possibili lesioni. In questo senso, gli studi dei fisioterapisti sono costantemente consultati da persone in cerca di consigli personalizzati sulla prevenzione o sul trattamento degli infortuni, che possono essere integrati, per essere più efficaci, da raccomandazioni nutrizionali che apportino i massimi benefici agli atleti. Questo programma TECH è stato progettato, appunto, per migliorare la preparazione di questi professionisti e dare impulso alla loro professione in modo confortevole e grazie all'aiuto dei maggiori esperti del settore.



“

I fisioterapisti specializzati in nutrizione sportiva saranno in grado di offrire una consulenza completa e migliorare le prestazioni degli atleti"

Gli atleti che si recano dal fisioterapista, sia come misura preventiva sia perché hanno subito un infortunio, richiedono una consulenza professionale e sempre più personalizzata che permetta loro di tornare all'attività fisica in modo rapido e sicuro. Per questo motivo, gli specialisti del settore si sono resi conto dell'importanza di ampliare il loro campo di conoscenze ad altre aree correlate e sono attualmente alla ricerca di programmi che li aiutino a migliorare le loro conoscenze in materia di nutrizione sportiva, che è essenziale per integrare la pratica dell'esercizio fisico, in quanto il cibo fornisce l'energia necessaria per poterlo svolgere.

Per questo motivo, TECH ha deciso di riunire un personale docente di alto livello, con anni di esperienza nel settore, che hanno redatto le informazioni più complete disponibili, in modo che gli studenti abbiano accesso immediato a tutte le risorse accademiche che saranno utili per migliorare la loro preparazione e, quindi, la cura dei pazienti che a loro si rivolgono.

In questo modo, il programma fornisce una visione globale della nutrizione sportiva, concentrandosi al tempo stesso sugli aspetti più importanti e innovativi: l'allenamento invisibile o la dieta appropriata per gli atleti e l'alimentazione prima, durante e dopo l'esercizio. Il programma offre anche informazioni su professionisti provenienti da diverse attività sportive e con diverse situazioni personali e, specificando in ogni caso le migliori raccomandazioni dietetiche, con l'obiettivo di fornire al fisioterapista una conoscenza completa che gli permetta di adattarsi a ogni utente durante lo sviluppo della sua pratica quotidiana.

Indubbiamente, TECH propone un metodo di studio innovativo, in cui la pratica è la chiave dell'apprendimento. Combineremo le risorse teoriche con una moltitudine di casi pratici, che consentiranno un apprendimento contestuale e che inserirà gli studenti in ambienti reali, come se stessero affrontando casi comuni nella loro pratica. Tutto questo in un formato 100% online, che consentirà agli studenti di studiare da qualsiasi parte del mondo, senza doversi recare in un luogo fisico e potendo autogestire il proprio tempo di studio come desiderano.

Un'opportunità di studio unica che sarà essenziale per lo sviluppo professionale dei fisioterapisti e che farà la differenza nella loro formazione, permettendo loro di distinguersi in un settore altamente competitivo che deve anche adattarsi ai cambiamenti della società e alle tendenze nutrizionali. Un Master Specialistico definitivamente di alto livello, adatto a professionisti alla ricerca dell'eccellenza.

Questo **Master Specialistico in Nutrizione Sportiva Completa** possiede il programma scientifico più completo e aggiornato del mercato. Le caratteristiche principali del programma sono:

- L'ultima tecnologia nel software di e-learning
- Il sistema di insegnamento intensamente visivo, supportato da contenuti grafici e schematici di facile assimilazione e comprensione
- Lo sviluppo di casi di studio presentati da esperti attivi
- Sistemi di video interattivi di ultima generazione
- Insegnamento supportato dalla pratica online
- Sistemi di aggiornamento e riciclaggio permanente
- Apprendimento autoregolato: piena compatibilità con altre occupazioni
- Esercizi pratici per l'autovalutazione e la verifica dell'apprendimento
- Gruppi di sostegno e sinergie educative: domande all'esperto, forum di discussione e conoscenza
- Comunicazione con l'insegnante e lavoro di riflessione individuale
- La disponibilità di accesso ai contenuti da qualsiasi dispositivo fisso o portatile dotato di una connessione internet
- Banche di documentazione complementari disponibili permanentemente



Arricchisci la tua preparazione grazie a questo programma in nutrizione sportiva e consiglia i tuoi pazienti in modo più efficace"

“

*Un programma molto completo
che offre una moltitudine di
casi pratici che renderanno lo
studio più comprensibile"*

Il nostro personale docente è composto da professionisti attivi. In questo modo, TECH garantisce di offrire l'obiettivo di aggiornamento formativo che si intende raggiungere. Un team multidisciplinare di professionisti formati ed esperti in diversi ambienti, che svilupperanno efficacemente le conoscenze teoriche, ma soprattutto, metteranno al servizio della specializzazione le conoscenze pratiche derivate dalla propria esperienza.

La padronanza della materia è completata dall'efficacia del design metodologico di questo Master Specialistico. Sviluppato da un team multidisciplinare di esperti di *e-learning*, integra i più recenti progressi della tecnologia educativa, che consente di studiare avvalendosi di una serie di strumenti multimediali comodi e versatili che daranno agli studenti l'operatività di cui hanno bisogno nella loro preparazione.

La progettazione di questo programma è incentrata sull'Apprendimento Basato su Problemi, un approccio che concepisce l'apprendimento come un processo eminentemente pratico. Per raggiungere questo obiettivo in modalità remota, useremo la pratica online: Grazie all'aiuto di un innovativo sistema di video interattivo e del *Learning from an Expert*, potrai acquisire le conoscenze come se stessi affrontando il contesto che stai studiando in quel momento. Un concetto che ti permetterà di integrare e ancorare l'apprendimento in modo più realistico e permanente.

*Studia avvalendoti delle ultime tecnologie
didattiche del panorama attuale.*

*Specializzarsi in nutrizione sportiva
consentirà ai fisioterapisti di adattare
gli esercizi e le diete alle esigenze
specifiche di ciascun atleta.*



02 Obiettivi

Questo programma TECH è stato progettato specificamente per i fisioterapisti, che hanno sempre più bisogno di aumentare la loro preparazione nel campo della nutrizione sportiva per migliorare i loro programmi di consulenza e renderli più completi combinando i consigli alimentari ed esercizio fisico. In questo modo, i professionisti potranno creare piani di lavoro adatti a ciascun atleta, tenendo conto delle sue caratteristiche fisiche e degli obiettivi sportivi che si desiderano raggiungere.



“

*Fornisci consigli nutrizionali su misura
per soddisfare le esigenze degli atleti
grazie a questo programma completo"*



Obiettivi generali

- Aggiornare le conoscenze del professionista sulle nuove tendenze della nutrizione umana
- Promuovere strategie di lavoro basate sulla conoscenza pratica delle nuove tendenze della nutrizione e della loro applicazione agli sportivi
- Favorire l'acquisizione di competenze e abilità tecniche, attraverso un potente sistema audiovisivo, e la possibilità di sviluppo attraverso laboratori di simulazione online e/o formazione specifica
- Incoraggiare lo stimolo professionale attraverso la formazione continua e la ricerca
- Prepararsi per la ricerca su pazienti con problemi nutrizionali
- Padroneggiare la conoscenza avanzata della pianificazione nutrizionale negli atleti professionisti e non professionisti per una sana esecuzione dell'esercizio fisico
- Gestire la conoscenza avanzata della pianificazione nutrizionale per gli atleti professionisti in diverse discipline per ottenere la massima performance sportiva
- Gestire la conoscenza avanzata della pianificazione nutrizionale per gli atleti professionisti nelle discipline di squadra al fine di ottenere il massimo delle prestazioni sportive
- Gestire e consolidare l'iniziativa e lo spirito imprenditoriale per creare progetti relativi alla nutrizione nell'attività fisica e nello sport
- Sapere come incorporare i diversi progressi scientifici nel proprio campo professionale
- Avere la capacità di lavorare in un ambiente multidisciplinare
- Avere una comprensione avanzata del contesto in cui si sviluppa l'area della propria specializzazione
- Gestire le competenze avanzate per individuare i possibili segni di alterazione nutrizionale associati alla pratica sportiva
- Gestire le competenze necessarie attraverso il processo di insegnamento-apprendimento che permetterà di continuare a specializzarsi e imparare nel campo della nutrizione sportiva, sia attraverso i contatti stabiliti con i professori e i professionisti del programma, sia in modo autonomo
- Specializzarsi nella struttura del tessuto muscolare e nelle sue implicazioni per lo sport
- Capire i bisogni energetici e nutrizionali degli atleti in diverse situazioni fisiopatologiche
- Specializzarsi nei bisogni energetici e nutrizionali degli atleti in diverse situazioni specifiche di età e sesso
- Specializzarsi in strategie alimentari per la prevenzione e il trattamento dell'atleta infortunato
- Specializzarsi nei bisogni energetici e nutrizionali dei bambini sportivi
- Specializzarsi nelle esigenze energetiche e nutrizionali degli atleti paralimpici



Ottieni una preparazione superiore in materia di nutrizione e applica le diete più appropriate ad ogni atleta"



Obiettivi specifici

- Analizzare i diversi metodi di valutazione dello stato nutrizionale
- Interpretare e integrare i dati antropometrici, clinici, biochimici, ematologici, immunologici e farmacologici nella valutazione nutrizionale del paziente e nel suo trattamento dietetico-nutrizionale
- Individuazione e valutazione precoce delle deviazioni quantitative e qualitative dall'equilibrio nutrizionale per eccesso o carenza, sia quantitativa che qualitativa.
- Descrivere la composizione e gli usi dei nuovi alimenti
- Spiegare le diverse tecniche e prodotti di supporto nutrizionale di base e avanzato relativi alla nutrizione dell'atleta
- Definire l'uso corretto degli ausili ergogenici
- Spiegare l'attuale regolamento antidoping
- Identificare i disturbi psicologici legati allo sport e all'alimentazione
- Avere una conoscenza approfondita della struttura del muscolo scheletrico
- Acquisire una comprensione approfondita della funzione del muscolo scheletrico
- Approfondire i più importanti adattamenti che si verificano negli sportivi
- Approfondire i meccanismi di produzione di energia in base al tipo di esercizio eseguito
- Approfondire l'integrazione dei diversi sistemi energetici che compongono il metabolismo energetico muscolare
- Interpretare la biochimica per individuare deficit nutrizionali o condizioni di sovrallenamento.
- Interpretare i diversi metodi di composizione corporea per ottimizzare il peso e la percentuale di grasso adeguati allo sport praticato

- Monitorare l'atleta durante tutta la stagione
- Pianificare i periodi della stagione in base alle loro esigenze
- Approfondire le caratteristiche più importanti dei principali sport acquatici
- Capire le richieste e i requisiti dell'attività sportiva in un ambiente acquatico
- Differenziare le necessità nutrizionali tra i diversi sport acquatici
- Differenziare i principali fattori di limitazione delle prestazioni causati dal clima
- Sviluppare un piano di acclimatazione secondo la situazione data
- Approfondire gli adattamenti fisiologici dovuti all'altitudine
- Stabilire le corrette linee guida di idratazione individuale in base al clima
- Differenziare i diversi tipi di atleti vegetariani
- Ottenere una comprensione approfondita dei principali errori commessi
- Affrontare le significative carenze nutrizionali degli sportivi
- Gestire le competenze per dotare l'atleta dei migliori strumenti per la combinazione degli alimenti
- Stabilire il meccanismo fisiologico e biochimico del diabete sia a riposo che durante l'esercizio
- Approfondire le conoscenze sul funzionamento delle diverse insuline o farmaci usati dai diabetici
- Valutare i requisiti nutrizionali delle persone con diabete sia nella vita quotidiana che nell'esercizio fisico per migliorare la loro salute
- Approfondire le conoscenze necessarie per poter pianificare la nutrizione degli atleti con diabete di diverse discipline, al fine di migliorare la loro salute e prestazioni
- Stabilire lo stato attuale delle evidenze sugli aiuti ergogenici per i diabetici
- Approfondire le differenze tra le diverse categorie di atleti paralimpici e i loro limiti fisiologico-metabolici





- Determinare i bisogni nutrizionali dei diversi atleti paralimpici per poter stabilire un piano nutrizionale preciso
- Approfondire le conoscenze necessarie per stabilire le interazioni tra l'assunzione di farmaci e nutrienti al fine di evitare deficit nutritivo
- Capire la composizione corporea dei para-atleti in diverse categorie sportive
- Applicare l'attuale evidenza scientifica sugli aiuti nutrizionali ergogenici
- Stabilire le diverse caratteristiche e necessità all'interno degli sport per categoria di peso
- Acquisire una comprensione approfondita delle strategie nutrizionali nella preparazione dell'atleta alla competizione
- Ottimizzare il miglioramento della composizione corporea attraverso un approccio nutrizionale
- Spiegare le caratteristiche fisiologiche particolari da prendere in considerazione nell'approccio nutrizionale di diversi gruppi di persone
- Acquisire una comprensione approfondita dei fattori esterni e interni che influenzano l'approccio nutrizionale di questi gruppi
- Determinare le differenti fasi della lesione
- Assistere nella prevenzione degli infortuni
- Migliorare la prognosi della lesione
- Stabilire una strategia nutrizionale secondo le nuove esigenze nutrizionali che appaiono durante il periodo della lesione

03

Competenze

La diffusione della pratica dell'esercizio fisico negli ultimi tempi ha fatto sì che sempre più persone si affidino a professionisti per adattare la propria alimentazione alla pratica sportiva.

Per questo motivo, questo Master Specialistico per fisioterapisti è oggi molto rilevante, in quanto permette loro di specializzarsi in un settore molto richiesto, potendo combinare le loro conoscenze in materia di consulenza fisica e nutrizionale, offrendo un'attenzione più globale e personalizzata agli sportivi.





“

Questo programma sarà molto utile per i fisioterapisti, in quanto permetterà loro di agire con maggiore sicurezza nel campo della nutrizione sportiva"



Competenze generali

- Applicare le nuove tendenze della nutrizione nell'attività fisica e nello sport ai pazienti
- Applicare le nuove tendenze della nutrizione secondo le caratteristiche dell'adulto
- Eseguire delle ricerche sui problemi nutrizionali dei pazienti

“

*Sviluppa le competenze
necessarie per fornire
un'adeguata consulenza
nutrizionale agli sportivi”*





Competenze specifiche

- Valutare lo stato nutrizionale dello sportivo
- Identificare i problemi nutrizionali dei pazienti e applicare i trattamenti e le diete più appropriate a seconda dei casi
- Conoscere le composizioni degli alimenti, identificare la loro utilità e incorporarli alle diete
- Conoscere le regole anti-doping
- Cercare aiuto per i pazienti con disturbi psicologici derivanti dallo sport e dall'alimentazione
- Essere aggiornati sulla sicurezza alimentare ed essere consapevoli dei potenziali rischi alimentari
- Identificare i benefici della dieta mediterranea
- Identificare i bisogni energetici degli sportivi e fornire loro diete adeguate
- Gestire e consolidare l'iniziativa e lo spirito imprenditoriale per creare progetti relativi alla nutrizione nell'attività fisica e nello sport
- Gestire le competenze avanzate per individuare i possibili segni di alterazione nutrizionale associati alla pratica sportiva
- Specializzarsi nella struttura del tessuto muscolare e nelle sue implicazioni per lo sport
- Capire i bisogni energetici e nutrizionali degli atleti in diverse situazioni fisiopatologiche
- Specializzarsi nei bisogni energetici e nutrizionali dei bambini sportivi
- Specializzarsi nelle esigenze energetiche e nutrizionali degli atleti paralimpici

04

Direzione del corso

Questo Master Specialistico in Nutrizione Sportiva Completa riunisce docenti di grande esperienza, che hanno selezionato le informazioni più complete e innovative per offrire ai fisioterapisti la miglior preparazione del mercato. Professionisti di grande prestigio che comprendono la necessità di aggiornare costantemente le proprie conoscenze per distinguersi in un settore altamente competitivo che richiede esperti di grande esperienza, in grado di soddisfare le richieste degli sportivi.





“

TECH ha selezionato un personale docente di grande prestigio in questo campo"

Direttrice ospite internazionale

Jamie Meeks ha dimostrato nel corso della sua carriera la sua dedizione alla **Nutrizione Sportiva**. Dopo essersi laureata alla Louisiana State University, si è subito distinto. Il suo talento e il suo impegno sono stati riconosciuti quando ha ricevuto il prestigioso **premio Young Dietist of the Year** dall'Associazione Dietetica della Louisiana, un risultato che ha segnato l'inizio di una carriera di successo.

Dopo aver completato la laurea, Jamie Meeks ha continuato la sua formazione presso l'Università dell'Arkansas, dove ha completato il suo tirocinio in **Dietetica**. Successivamente, ha conseguito un Master in Kinesiologia con specializzazione in **Fisiologia dell'Esercizio** presso la Louisiana State University. La sua passione per aiutare gli atleti a raggiungere il loro pieno potenziale e il suo instancabile impegno per l'eccellenza la rendono una figura di spicco nella comunità sportiva e nutrizionale.

La sua profonda conoscenza in questo settore l'ha portata a diventare la prima **Direttrice della Nutrizione Sportiva** nella storia del dipartimento atletico della Louisiana State University. Lì, ha sviluppato programmi innovativi per soddisfare le esigenze dietetiche degli atleti ed educarli sull'importanza di un'alimentazione adeguata per le prestazioni ottimali.

Successivamente, ha ricoperto la carica di Direttore della Nutrizione Sportiva nel team NFL **New Orleans Saints**. In questa posizione, si impegna a garantire che i giocatori professionisti ricevano la migliore assistenza nutrizionale possibile, lavorando a stretto contatto con allenatori, allenatori fisici e personale medico per ottimizzare le prestazioni e la salute individuale.

Jamie Meeks è considerata una vera leader nel suo campo, essendo membro attivo di diverse associazioni professionali e partecipando al progresso della **Nutrizione Sportiva** a livello nazionale. In questo senso, è anche membro dell'**Accademia di Nutrizione e Dietetica** e dell'**Associazione dei Dietisti Sportivi Collegiati e Professionali**.



Dott.ssa. Meeks, Jamie

- Responsabile della Nutrizione Sportiva dei New Orleans Saints della NFL, Louisiana, Stati Uniti
- Coordinatrice di nutrizione sportiva presso la Louisiana State University
- Dietista registrata presso l'Accademia di nutrizione e dietetica
- Specialista certificato in dietetica sportiva
- Master in Kinesiologia con specializzazione in Fisiologia dell'esercizio presso la Louisiana State University
- Laureata in Dietetica presso la Louisiana State University
- Membro di: Associazione Dietetica della Louisiana, Associazione dei dietisti sportivi collegiali e professionali, Gruppo di pratica dietetica di nutrizione sportiva cardiovascolare e di benessere



*Grazie a TECH potrai
apprendere con i migliori
professionisti del mondo"*

Direzione



Dott. Marhuenda Hernández, Javier

- ♦ Membro effettivo dell'Accademia Spagnola di Nutrizione Umana e Dietetica Professore e Ricercatore all'UCAM
- ♦ Specialista in Nutrizione
- ♦ Master in Nutrizione Clinica
- ♦ Laureato in Nutrizione



Dott. Pérez de Ayala, Enrique

- ♦ Responsabile del Servizio di Medicina dello Sport del Policlinico Gipuzkoa
- ♦ Laureato in Medicina presso l'Università Autonoma di Barcellona
- ♦ Specialista in Medicina dello Sport ed Educazione Fisica
- ♦ Membro onorario dell'AEMEF
- ♦ Ex responsabile della Sezione di Medicina dello Sport della Real Sociedad Calcio

Personale docente

Dott.ssa Aldalur Mancisidor, Ane

- Fa parte dell'ufficio di dietetica e del Servizio Sanitario Basco
- Laurea in Infermieristica
- Laurea specialistica in Dietetica
- Esperto in TCA e Nutrizione Sportiva

Dott.ssa Ramírez, Marta

- Laureata in Nutrizione Umana e Dietetica
- Master Ufficiale in Nutrizione applicata all'attività fisica e allo sport
- Antropometrista ISAK livello 1
- Ampia esperienza professionale, sia in campo clinico che sportivo, dove lavora con atleti di triathlon, atletica, bodybuilding, CrossFit, powerlifting, tra gli altri, specializzandosi negli sport di forza
- Esperienza come formatore e relatore in seminari, corsi, workshop e conferenze sulla nutrizione sportiva per dietisti-nutrizionisti, studenti di scienze della salute e la popolazione in generale, così come la formazione continua in nutrizione e sport in congressi, corsi e conferenze internazionali

Dott.ssa Montoya Castaño, Johana

- Nutrizionista e Dietista presso l'Università di Antioquia
- Master in Nutrizione nell'Attività Fisica e nello Sport presso l'UCAM
- Nutrizione Sportiva presso l'Università di Barcellona.
- Membro della Rete DBSS, G-SE Y di Ricerca e Membro dell'Exercise and Sport Nutrition Laboratory e dell' Health and Kinesiology, Texas A&M University

Dott. Arcusa, Raúl

- Laurea in Nutrizione Umana e Dietetica
- Master Ufficiale in Nutrizione applicata all'Attività Fisica e allo Sport
- Antropometrista ISAK livello 1
- Attualmente è dottoranda nel Dipartimento di Farmacia della UCAM, nella linea di ricerca di Nutrizione e Stress Ossidativo, attività che combina con il suo lavoro come Nutrizionista nella squadra giovanile del C.D. Castellón
- Possiede esperienza in diverse squadre di calcio della Comunità Valenciana, così come una vasta esperienza nella pratica clinica



I principali professionisti del settore si sono uniti per fornirti le conoscenze più ampie in questo campo, così da poter crescere con tutte le garanzie di successo"

05

Struttura e contenuti

Questo programma intensivo TECH mira a fornire ai fisioterapisti le informazioni più complete sulla nutrizione sportiva. In questo modo, potranno offrire ai loro pazienti una consulenza più completa, che non comprende solo la realizzazione degli esercizi più adatti alle loro condizioni fisiche, ma anche le indicazioni necessarie in campo nutrizionale per ottenere il massimo beneficio possibile. Senza dubbio, un Master Specialistico di alto livello accademico che segnerà un punto di svolta nella tua preparazione.





“

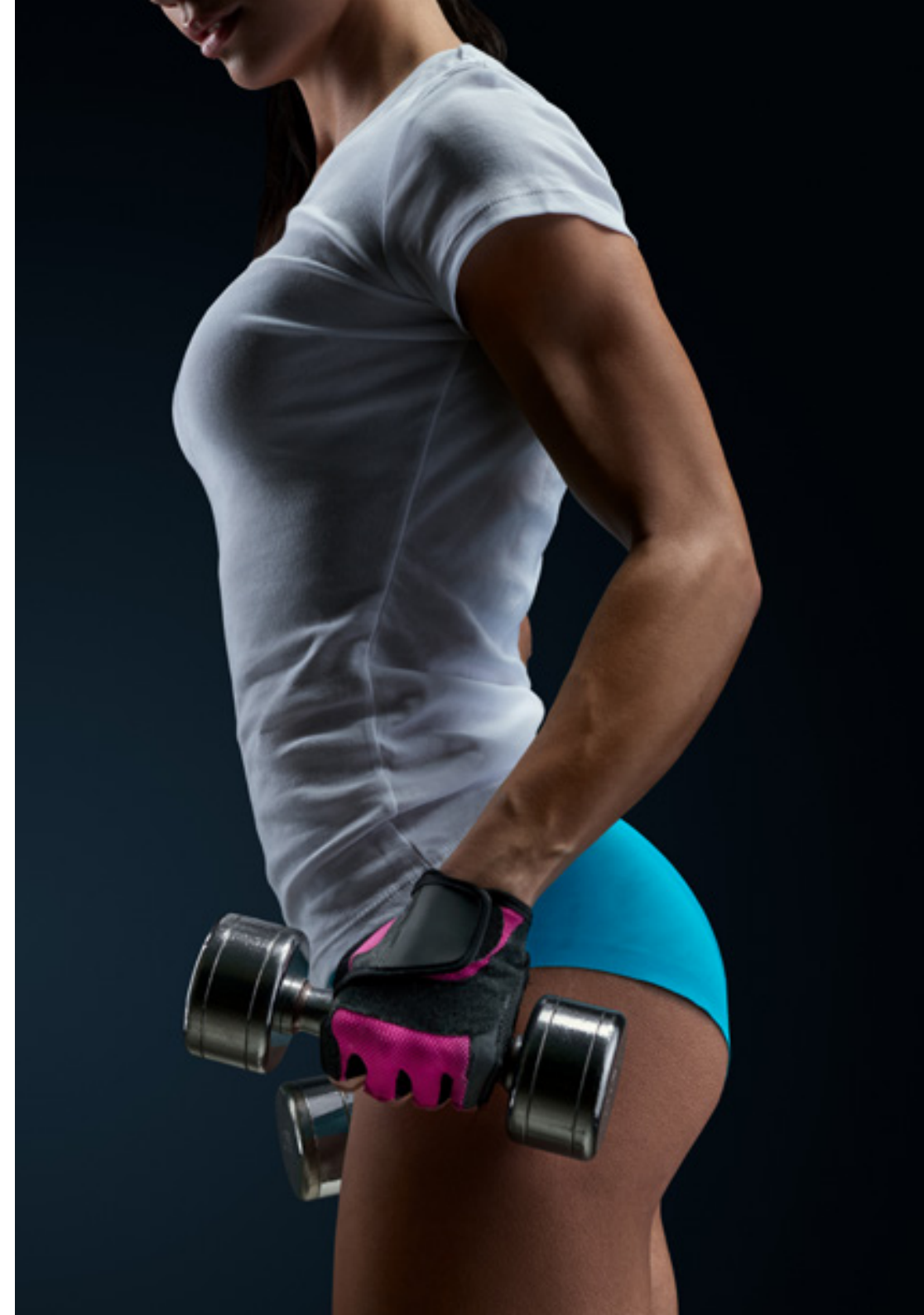
Un programma molto ben strutturato, perfetto se cercate una preparazione completa in nutrizione sportiva”.

Modulo 1. Nuovi progressi in alimentazione

- 1.1. Basi molecolari della nutrizione
- 1.2. Aggiornamento sulla composizione degli alimenti
- 1.3. Tabelle di composizione degli alimenti e banche dati nutrizionali
- 1.4. Sostanze fitochimiche e composti non nutritivi
- 1.5. Nuovi alimenti
 - 1.5.1. Nutrienti funzionali e composti bioattivi
 - 1.5.2. Probiotici, prebiotici e sinbiotici
 - 1.5.3. Qualità e disegno
- 1.6. Alimenti biologici
- 1.7. Alimenti transgenici
- 1.8. L'acqua come nutriente
- 1.9. Sicurezza Alimentare
 - 1.9.1. Pericoli fisici
 - 1.9.2. Pericoli chimici
 - 1.9.3. Pericoli microbiologici
- 1.10. Nuova etichettatura degli alimenti e informazione dei consumatori
- 1.11. Fitoterapia applicata alle patologie nutrizionali

Modulo 2. Tendenze attuali in nutrizione

- 2.1. Nutrigenetica
- 2.2. Nutrigenomica
 - 2.2.1. Fondamenti
 - 2.2.2. Metodi
- 2.3. Immunonutrizione
 - 2.3.1. Interazioni nutrizione-immunità
 - 2.3.2. Antiossidanti e funzione immunitaria
- 2.4. Regolazione fisiologica dell'alimentazione. Appetito e sazietà
- 2.5. Psicologia e alimentazione
- 2.6. Nutrizione e sonno
- 2.7. Aggiornamento sugli obiettivi nutrizionali e le assunzioni raccomandate
- 2.8. Nuove evidenze sulla dieta mediterranea



Modulo 3. Valutazione dello stato nutrizionale e della dieta. Attuazione nella pratica

- 3.1. Bioenergetica e nutrizione
 - 3.1.1 Requisiti energetici
 - 3.1.2 Metodi di valutazione della spesa energetica
- 3.2. Valutazione dello stato nutrizionale
 - 3.2.1 Analisi della composizione corporea
 - 3.2.2 Diagnosi clinica Sintomi e segni
 - 3.2.3 Metodi biochimici, ematologici e immunologici
- 3.3. Valutazione dell'assunzione
 - 3.3.1 Metodi di analisi dell'assunzione di cibo e nutrienti
 - 3.3.2 Metodi diretti e indiretti
- 3.4. Aggiornamento sui bisogni nutrizionali e le assunzioni raccomandate
- 3.5. Alimentazione nell'adulto sano. Obiettivi e linee guida. Dieta mediterranea
- 3.6. Alimentazione in menopausa
- 3.7. Alimentazione negli anziani

Modulo 4. Alimentazione nell'attività sportiva

- 4.1. Fisiologia dell'esercizio
- 4.2. Adattamento fisiologico a diversi tipi di esercizio
- 4.3. Adattamento metabolico all'esercizio. Regolazione e controllo
- 4.4. Valutazione del fabbisogno energetico e dello stato nutrizionale dello sportivo
- 4.5. Valutazione della capacità fisica dello sportivo
- 4.6. La nutrizione nelle diverse fasi della pratica sportiva
 - 4.6.1 Pre-competitiva
 - 4.6.2 Durante
 - 4.6.3 Post-competizione
- 4.7. Idratazione
 - 4.7.1 Regolazione e bisogni
 - 4.7.2 Tipi di bevande
- 4.8. Pianificazione alimentare adattata alle attività sportive

- 4.9. Aiuti ergogenici e norme antidoping attuali
 - 4.9.1 Raccomandazioni WADA e AEPSAD
- 4.10. La nutrizione nel recupero delle lesioni sportive
- 4.11. Disturbi psicologici legati allo sport
 - 4.11.1 Disturbi alimentari: vigorexia, ortoressia, anoressia
 - 4.11.2 Affaticamento da sovrallenamento
 - 4.11.3 La triade dell'atleta donna
- 4.12. Il ruolo del *Coach* nella performance sportiva

Modulo 5. Fisiologia muscolare e metabolica legata all'esercizio fisico

- 5.1. Adattamenti cardiovascolari legati all'esercizio fisico
 - 5.1.1 Aumento del volume sistolico
 - 5.1.2 Diminuzione del ritmo cardiaco
- 5.2. Adattamenti ventilatori legati all'esercizio fisico
 - 5.2.1 Cambiamenti nel volume ventilatorio
 - 5.2.2 Cambiamenti nel consumo di ossigeno
- 5.3. Adattamenti ormonali legati all'esercizio fisico
 - 5.3.1 Cortisolo
 - 5.3.2 Testosterone
- 5.4. Struttura del muscolo e tipi di fibre muscolari
 - 5.4.1 La fibra muscolare
 - 5.4.2 Fibra muscolare di tipo I
 - 5.4.3 Fibra muscolare di tipo II
- 5.5. Concetto di soglia anaerobica
- 5.6. ATP e metabolismo del fosfogeno
 - 5.6.1 Percorsi metabolici per la sintesi di ATP durante l'esercizio
 - 5.6.2 Metabolismo dei fosfageni
- 5.7. Metabolismo dei carboidrati
 - 5.7.1 Mobilitazione dei carboidrati durante l'esercizio
 - 5.7.2 Tipi di glicolisi
- 5.8. Metabolismo dei lipidi
 - 5.8.1 Lipolisi
 - 5.8.2 Ossidazione dei grassi durante l'esercizio
 - 5.8.3 Corpi chetonici

- 5.9. Metabolismo delle proteine
 - 5.9.1 Metabolismo dell'ammonio
 - 5.9.2 Ossidazione degli aminoacidi
- 5.10. Bioenergetica mista delle fibre muscolari
 - 5.10.1 Fonti di energia e la loro relazione con l'esercizio
 - 5.10.2 Fattori che determinano l'uso dell'una o dell'altra fonte di energia durante l'esercizio

Modulo 6. Valutazione dell'atleta in diversi momenti della stagione

- 6.1. Valutazione biochimica
 - 6.1.1 Emocromo
 - 6.1.2 Marcatori di sovrallenamento
- 6.2. Valutazione antropometrica
 - 6.2.1 Composizione corporea.
 - 6.2.2 Profilo ISAK
- 6.3. Pre-stagione
 - 6.3.1 Alto carico di lavoro
 - 6.3.2 Assicurare l'assunzione di calorie e proteine
- 6.4. Stagione competitiva
 - 6.4.1 Prestazioni sportive
 - 6.4.2 Recupero tra le partite
- 6.5. Periodo di transizione
 - 6.5.1 Periodo di vacanza
 - 6.5.2 Cambiamenti nella composizione corporea
- 6.6. Viaggi
 - 6.6.1 Tornei durante la stagione
 - 6.6.2 Tornei fuori stagione (coppe del mondo, europei e giochi olimpici)
- 6.7. Monitoraggio degli atleti
 - 6.7.1 Stato iniziale dell'atleta
 - 6.7.2 Sviluppi durante la stagione
- 6.8. Calcolo del tasso di sudore
 - 6.8.1 Perdite d'acqua
 - 6.8.2 Protocollo di calcolo

- 6.9. Lavoro multidisciplinare
 - 6.9.1 Ruolo del nutrizionista nell'ambiente dell'atleta
 - 6.9.2 Comunicazione con il resto delle aree
- 6.10. Doping
 - 6.10.1 Elenco WADA
 - 6.10.2 Test antidoping

Modulo 7. Sport acquatici

- 7.1. Storia degli sport acquatici
 - 7.1.1 Olimpiadi e tornei importanti
 - 7.1.2 Sport acquatici oggi
- 7.2. Vincoli di rendimento
 - 7.2.1 Negli Sport acquatici dentro l'acqua (nuoto, pallanuoto, ecc)
 - 7.2.2 Negli sport acquatici sull'acqua (surf, vela, canottaggio, ecc)
- 7.3. Caratteristiche di base degli sport acquatici
 - 7.3.1 Sport acquatici dentro l'acqua (nuoto, pallanuoto, ecc)
 - 7.3.2 Sport acquatici sull'acqua (surf, vela, canottaggio, ecc)
- 7.4. Fisiologia degli sport acquatici
 - 7.4.1 Metabolismo energetico
 - 7.4.2 Biotipo di atleta
- 7.5. Formazione
 - 7.5.1 Forza
 - 7.5.2 Resistenza
- 7.6. Composizione corporea.
 - 7.6.1 Nuoto
 - 7.6.2 Pallanuoto
- 7.7. Pre-competizione
 - 7.7.1 3 ore prima
 - 7.7.2 1 ore prima
- 7.8. Pre-gara
 - 7.8.1 Carboidrati
 - 7.8.2 Idratazione

- 7.9. Post-competizione
 - 7.9.1 Idratazione
 - 7.9.2 Proteina
- 7.10. Aiuti ergogenici
 - 7.10.1 Creatina
 - 7.10.2 Caffaina

Modulo 8. Condizioni avverse

- 8.1. Storia dello sport in condizioni estreme
 - 8.1.1 Competizioni invernali nella storia
 - 8.1.2 Concorsi in ambienti caldi oggi
- 8.2. Limiti di rendimento nei climi caldi
 - 8.2.1 Disidratazione
 - 8.2.2 Fatica
- 8.3. Caratteristiche di base nei climi caldi
 - 8.3.1 Alta temperatura e umidità
 - 8.3.2 Acclimatazione
- 8.4. Nutrizione e idratazione nei climi caldi
 - 8.4.1 Idratazione ed elettroliti
 - 8.4.2 Carboidrati
- 8.5. Vincoli di prestazione nei climi freddi
 - 8.5.1 Fatica
 - 8.5.2 Indumenti
- 8.6. Caratteristiche di base nei climi freddi
 - 8.6.1 Freddo estremo
 - 8.6.2 $\dot{V}O_{max}$ ridotto
- 8.7. Nutrizione e idratazione nei climi freddi
 - 8.7.1 Idratazione
 - 8.7.2 Carboidrati

Modulo 9. Vegetarismo e veganismo

- 9.1. Vegetarismo e veganismo nella storia dello sport
 - 9.1.1 Il principio del veganismo nello sport
 - 9.1.2 Atleti vegetariani oggi
- 9.2. Diversi tipi di diete vegetariane (cambiare la parola vegetariano)
 - 9.2.1 Sportivo vegano
 - 9.2.2 Sportivo vegetariano
- 9.3. Errori comuni dell'atleta vegano
 - 9.3.1 Bilancio energetico
 - 9.3.2 Assunzione di proteine
- 9.4. Vitamina B12
 - 9.4.1 Supplemento di B12
 - 9.4.2 Biodisponibilità dell'alga spirulina
- 9.5. Fonti proteiche nelle diete vegane/vegetariane
 - 9.5.1 Qualità delle proteine
 - 9.5.2 Sostenibilità ambientale
- 9.6. Altri nutrienti chiave nei vegani
 - 9.6.1 Conversione di ALA in EPA/DHA
 - 9.6.2 Fe, Ca, Vit-D e Zn
- 9.7. Valutazione biochimica/carenze nutrizionali
 - 9.7.1 Anemia
 - 9.7.2 Sarcopenia
- 9.8. Alimentazione vegana vs. Alimentazione onnivora
 - 9.8.1 Alimentazione evolutiva
 - 9.8.2 Cibo corrente
- 9.9. Aiuti ergogenici
 - 9.9.1 Creatina
 - 9.9.2 Proteina
- 9.10. Fattori che diminuiscono l'assorbimento dei nutrienti
 - 9.10.1 Alta assunzione di fibre
 - 9.10.2 Ossalati

Modulo 10. Atleta diabetico di tipo 1

- 10.1. Capire il diabete e la sua patologia
 - 10.1.1 Incidenza del diabete
 - 10.1.2 Fisiopatologia del diabete
 - 10.1.3 Conseguenze del diabete
- 10.2. Fisiologia dell'esercizio nelle persone con diabete
 - 10.2.1 Esercizio massimale, submassimale e metabolismo muscolare durante l'esercizio
 - 10.2.2 Differenze metaboliche durante l'esercizio nelle persone con diabete
- 10.3. L'esercizio fisico nelle persone con diabete di tipo 1
 - 10.3.1 Ipoglicemia, iperglicemia e regolazione del trattamento nutrizionale
 - 10.3.2 Tempo di esercizio e assunzione di carboidrati
- 10.4. L'esercizio fisico nelle persone con diabete di tipo 2. Controllo della glicemia
 - 10.4.1 Rischi dell'attività fisica nelle persone con diabete di tipo 2
 - 10.4.2 Benefici dell'esercizio fisico per le persone con diabete di tipo 2
- 10.5. Esercizio fisico in bambini e adolescenti con diabete
 - 10.5.1 Effetti metabolici dell'esercizio
 - 10.5.2 Precauzioni durante l'esercizio
- 10.6. Terapia insulinica ed esercizio fisico
 - 10.6.1 Pompa per infusione di insulina
 - 10.6.2 Tipi di insulina
- 10.7. Strategie nutrizionali durante lo sport e l'esercizio nel diabete di tipo 1
 - 10.7.1 Dalla teoria alla pratica
 - 10.7.2 Assunzione di carboidrati prima, durante e dopo l'esercizio fisico
 - 10.7.3 Idratazione prima, durante e dopo l'esercizio fisico
- 10.8. Pianificazione nutrizionale negli sport di resistenza
 - 10.8.1 Maratona
 - 10.8.2 Ciclismo
- 10.9. Pianificazione nutrizionale negli sport di squadra
 - 10.9.1 Calcio
 - 10.9.2 Rugby
- 10.10. Integratori sportivi e diabete
 - 10.10.1 Integratori potenzialmente benefici per gli atleti con diabete

Modulo 11. Para-atleti

- 11.1. Classificazione e categorie nei para-atleti
 - 11.1.1 Cos'è un para-atleta?
 - 11.1.2 Come sono classificati i para-atleti?
- 11.2. Scienza dello sport nei para-atleti
 - 11.2.1 Metabolismo e fisiologia
 - 11.2.2 Biomeccanica |
 - 11.2.3 Psicologia
- 11.3. Fabbisogno energetico e idratazione nei para-atleti
 - 11.3.1 Richieste energetiche ottimali per l'allenamento
 - 11.3.2 Pianificazione dell'idratazione prima, durante e dopo l'allenamento e le competizioni
- 11.4. Problemi nutrizionali in diverse categorie di para-atleti secondo la patologia o l'anomalia
 - 11.4.1 Lesioni del midollo spinale
 - 11.4.2 Paralisi cerebrale e lesioni cerebrali acquisite
 - 11.4.3 Amputati
 - 11.4.4 Disturbi della vista e dell'udito
 - 11.4.5 Disabilità intellettuali
- 11.5. Pianificazione nutrizionale per atleti paralimpici con lesioni del midollo spinale, paralisi cerebrale e lesioni cerebrali acquisite
 - 11.5.1 Requisiti nutrizionali (macro e micronutrienti)
 - 11.5.2 Sudorazione e sostituzione dei liquidi durante l'esercizio
- 11.6. Pianificazione nutrizionale per gli amputati para-sportivi
 - 11.6.1 Requisiti energetici
 - 11.6.2 Macronutrienti
 - 11.6.3 Termoregolazione e idratazione
 - 11.6.4 Problemi nutrizionali legati alle protesi
- 11.7. Problemi di pianificazione e nutrizione nei para-atleti con deficit visivo-uditivo e intellettuale
 - 11.7.1 Problemi nutrizione sportiva con deterioramento della vista: Retinite Pigmentosa, retinopatia diabetica, Albinismo, malattia di *Stargardt* e patologie uditive
 - 11.7.2 Problemi di nutrizione sportiva con disabilità intellettuali: Sindrome de Down, Autismo, Asperger e Fenilchetonuria

- 11.8. Composizione corporea nei para-atleti
 - 11.8.1 Tecniche di misurazione
 - 11.8.2 Fattori che influenzano l'affidabilità dei diversi metodi di misurazione
- 11.9. Farmacologia e interazioni con i nutrienti
 - 11.9.1 Diversi tipi di droghe ingerite dai para-atleti
 - 11.9.2 Carenze di micronutrienti nei para-atleti
- 11.10. Aiuti ergogenici
 - 11.10.1 Integratori potenzialmente benefici per i para-atleti
 - 11.10.2 Conseguenze negative per la salute e la contaminazione, e problemi di doping dovuti all'assunzione di aiuti ergogenici

Modulo 12. Sport per categoria di peso

- 12.1. Caratteristiche dei principali sport per categoria di peso
 - 12.1.1 Regolamento
 - 12.1.2 Categorie
- 12.2. Programmazione della stagione
 - 12.2.1 Concorsi
 - 12.2.2 Macro ciclo
- 12.3. Composizione corporea
 - 12.3.1 Sport da combattimento
 - 12.3.2 Sollevamento pesi
- 12.4. Fasi di aumento della massa muscolare
 - 12.4.1 Grasso corporeo % Grasso corporeo
 - 12.4.2 Programmazione
- 12.5. Fasi di definizione
 - 12.5.1 Carboidrati
 - 12.5.2 Proteina
- 12.6. Pre-competizione
 - 12.6.1 *Peak Week*
 - 12.6.2 Prima della pesata
- 12.7. Pre-gara
 - 12.7.1 Applicazioni pratiche
 - 12.7.2 *Timing*

- 12.8. Post-competizione
 - 12.8.1 Idratazione
 - 12.8.2 Proteina
- 12.9. Aiuti ergogenici
 - 12.9.1 Creatina
 - 12.9.2 *Whey protein*

Modulo 13. Differenti fasi o popolazioni specifiche

- 13.1. Nutrizione nelle donne sportive
 - 13.1.1 Fattori limitanti
 - 13.1.2 Requisiti
- 13.2. Ciclo mestruale
 - 13.2.1 Fase luteale
 - 13.2.2 Fase follicolare
- 13.3. Triade
 - 13.3.1 Amenorrea
 - 13.3.2 Osteoporosi
- 13.4. Nutrizione nelle donne sportive in gravidanza
 - 13.4.1 Requisiti energetici
 - 13.4.2 Micronutrienti
- 13.5. Effetti dell'esercizio fisico sul bambino atleta
 - 13.5.1 Allenamento di forza
 - 13.5.2 Allenamento di resistenza
- 13.6. Educazione nutrizionale per il bambino atleta
 - 13.6.1 Zucchero
 - 13.6.2 TCA
- 13.7. Requisiti nutrizionali per il bambino atleta
 - 13.7.1 Carboidrati
 - 13.7.2 Proteine
- 13.8. Cambiamenti associati all'invecchiamento
 - 13.8.1 Grasso corporeo % Grasso corporeo
 - 13.8.2 Massa muscolare

- 13.9. Principali problemi dell'atleta anziano
 - 13.9.1 Articolazioni
 - 13.9.2 Salute cardiovascolare
- 13.10. Integrazione interessante per gli atleti anziani
 - 13.10.1 *Whey protein*
 - 13.10.2 Creatina

Modulo 14. Periodo di infortunio

- 14.1. Introduzione
- 14.2. Prevenzione delle lesioni negli atleti
 - 14.2.1 Disponibilità energetica relativa nello sport
 - 14.2.2 Salute del cavo orale e implicazioni sulle lesioni
 - 14.2.3 Affaticamento, nutrizione e lesioni
 - 14.2.4 Sonno, nutrizione e lesioni
- 14.3. Fasi della lesione
 - 14.3.1 Fase di immobilizzazione Infiammazione e cambiamenti che avvengono durante questa fase
 - 14.3.2 Fase di ritorno dell'attività
- 14.4. Assunzione di energia durante il periodo di lesione
- 14.5. Assunzione di macronutrienti durante il periodo di lesione
 - 14.5.1 Assunzione di carboidrati
 - 14.5.2 Assunzione di grassi
 - 14.5.3 Assunzione di proteine
- 14.6. Assunzione di micronutrienti di particolare interesse durante le lesioni
- 14.7. Integratori sportivi con prove durante il periodo dell'infortunio
 - 14.7.1 Creatina
 - 14.7.2 Omega 3
 - 14.7.3 Altro
- 14.8. Lesioni ai tendini e ai legamenti
 - 14.8.1 Introduzione alle lesioni dei tendini e dei legamenti Struttura del tendine
 - 14.8.2 Collagene, gelatina e vitamina C. Possono aiutare?
 - 14.8.3 Altri nutrienti coinvolti nella sintesi del collagene
- 14.9. Ritorno alla competizione
 - 14.9.1 Considerazioni nutrizionali nel ritorno alla competizione
- 14.10. Casi di studio interessanti nella letteratura scientifica sulle lesioni





“ *Un'esperienza accademica
fondamentale per i fisioterapisti* ”

06

Metodologia

Questo programma ti offre un modo differente di imparare. La nostra metodologia si sviluppa in una modalità di apprendimento ciclico: ***il Relearning***.

Questo sistema di insegnamento viene applicato nelle più prestigiose facoltà di medicina del mondo ed è considerato uno dei più efficaci da importanti pubblicazioni come il ***New England Journal of Medicine***.



“

Scopri il Relearning, un sistema che abbandona l'apprendimento lineare convenzionale, per guidarti attraverso dei sistemi di insegnamento ciclici: una modalità di apprendimento che ha dimostrato la sua enorme efficacia, soprattutto nelle materie che richiedono la memorizzazione”

In TECH applichiamo il Metodo Casistico

Cosa dovrebbe fare un professionista per affrontare una determinata situazione? Durante il programma affronterai molteplici casi clinici simulati ma basati su pazienti reali, per risolvere i quali dovrai indagare, stabilire ipotesi e infine fornire una soluzione. Esistono molteplici prove scientifiche sull'efficacia del metodo. I fisioterapisti/chinesiologi imparano meglio e in modo più veloce e sostenibile nel tempo.

Grazie a TECH potrai sperimentare un modo di imparare che sta scuotendo le fondamenta delle università tradizionali di tutto il mondo.



Secondo il dottor Gervas, il caso clinico è una presentazione con osservazioni del paziente, o di un gruppo di pazienti, che diventa un "caso", un esempio o un modello che illustra qualche componente clinica particolare, sia per il suo potenziale didattico che per la sua singolarità o rarità. È essenziale che il caso faccia riferimento alla vita professionale attuale, cercando di ricreare le condizioni reali della pratica professionale del fisioterapista.

“

Sapevi che questo metodo è stato sviluppato ad Harvard nel 1912 per gli studenti di Diritto? Il metodo casistico consisteva nel presentare situazioni reali complesse per far prendere loro decisioni e giustificare come risolverle. Nel 1924 fu stabilito come metodo di insegnamento standard di Harvard”

L'efficacia del metodo è giustificata da quattro risultati chiave:

1. I fisioterapisti/chinesiologi che seguono questo metodo, non solo assimilano i concetti, ma sviluppano anche la capacità mentale, grazie a esercizi che valutano situazioni reali e richiedono l'applicazione delle conoscenze.
2. L'apprendimento è solidamente fondato su competenze pratiche, che permettono al fisioterapista/chinesiologo di integrarsi meglio nel mondo reale.
3. L'approccio a situazioni nate dalla realtà rende più facile ed efficace l'assimilazione delle idee e dei concetti.
4. La sensazione di efficienza degli sforzi compiuti diventa uno stimolo molto importante per gli studenti e si traduce in un maggiore interesse per l'apprendimento e in un aumento del tempo dedicato al corso.



Metodologia Relearning

TECH perfeziona il metodo casistico di Harvard con la migliore metodologia di insegnamento del momento, 100% online: il Relearning.

La nostra università è la prima al mondo a coniugare lo studio di casi clinici con un sistema di apprendimento 100% online basato sulla ripetizione e che combina un minimo di 8 elementi diversi in ogni lezione: una vera rivoluzione rispetto al semplice studio e all'analisi di casi.

Il medico imparerà mediante casi reali e la risoluzione di situazioni complesse in contesti di apprendimento simulati. Queste simulazioni sono sviluppate utilizzando software all'avanguardia per facilitare un apprendimento coinvolgente.



All'avanguardia della pedagogia mondiale, il metodo Relearning è riuscito a migliorare i livelli di soddisfazione generale dei professionisti che completano i propri studi, rispetto agli indicatori di qualità della migliore università online del mondo in lingua spagnola (Columbia University).

Mediante questa metodologia abbiamo formato oltre 65.000 fisioterapisti/chinesiologi con un successo senza precedenti in tutte le specializzazioni cliniche indipendentemente di dalla carica manuale/pratica. La nostra metodologia pedagogica è stata sviluppata in un contesto molto esigente, con un corpo di studenti universitari di alto profilo socioeconomico e un'età media di 43,5 anni.

Il Relearning ti permetterà di apprendere con meno sforzo e maggior rendimento, impegnandoti maggiormente nella tua specializzazione, sviluppando uno spirito critico, difendendo gli argomenti e contrastando le opinioni: un'equazione che punta direttamente al successo.

Nel nostro programma, l'apprendimento non è un processo lineare, ma avviene in spirale (impariamo, disimpariamo, dimentichiamo e re-impariamo). Pertanto, combiniamo ciascuno di questi elementi in modo concentrico.

Il punteggio complessivo del nostro sistema di apprendimento è 8.01, secondo i più alti standard internazionali.



Questo programma offre i migliori materiali didattici, preparati appositamente per i professionisti:



Materiale di studio

Tutti i contenuti didattici sono creati appositamente per il corso dagli specialisti che lo impartiranno, per fare in modo che lo sviluppo didattico sia davvero specifico e concreto.

Questi contenuti sono poi applicati al formato audiovisivo che supporterà la modalità di lavoro online di TECH. Tutto questo, con le ultime tecniche che offrono componenti di alta qualità in ognuno dei materiali che vengono messi a disposizione dello studente.



Tecniche e procedure di fisioterapia in video

TECH partecipa delle ultime tecniche, degli ultimi progressi educativi e dell'avanguardia delle tecniche attuali della fisioterapia/chinesiologia. Il tutto in prima persona, con il massimo rigore, spiegato e dettagliato affinché tu lo possa assimilare e comprendere. E la cosa migliore è che puoi guardarli tutte le volte che vuoi.



Riepiloghi interattivi

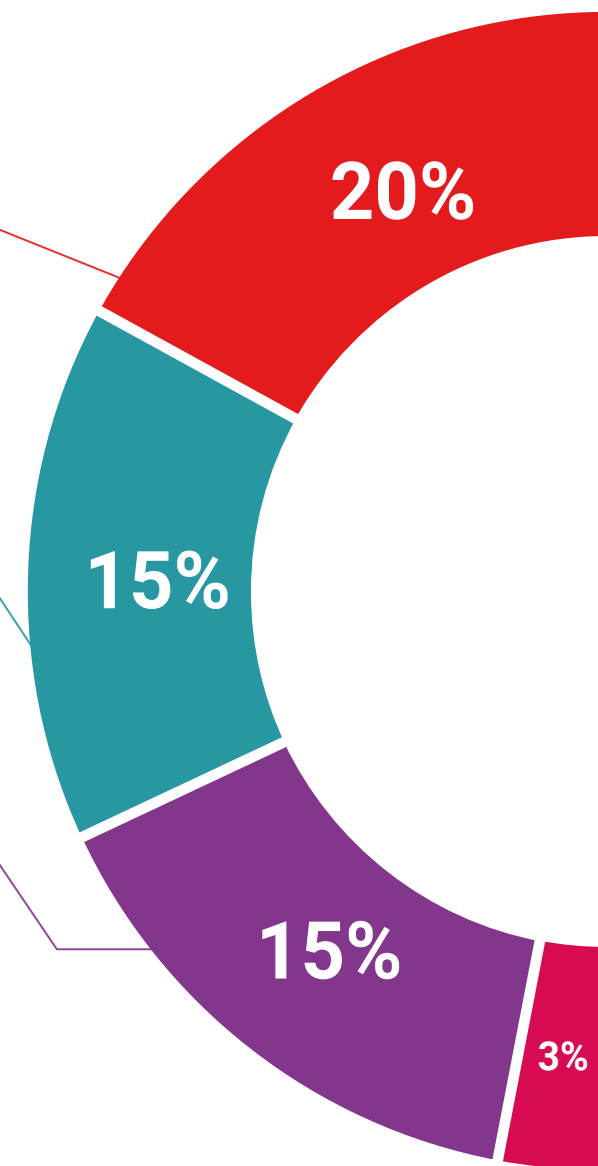
Il team di TECH presenta i contenuti in modo accattivante e dinamico in pillole multimediali che includono audio, video, immagini, diagrammi e mappe concettuali per consolidare la conoscenza.

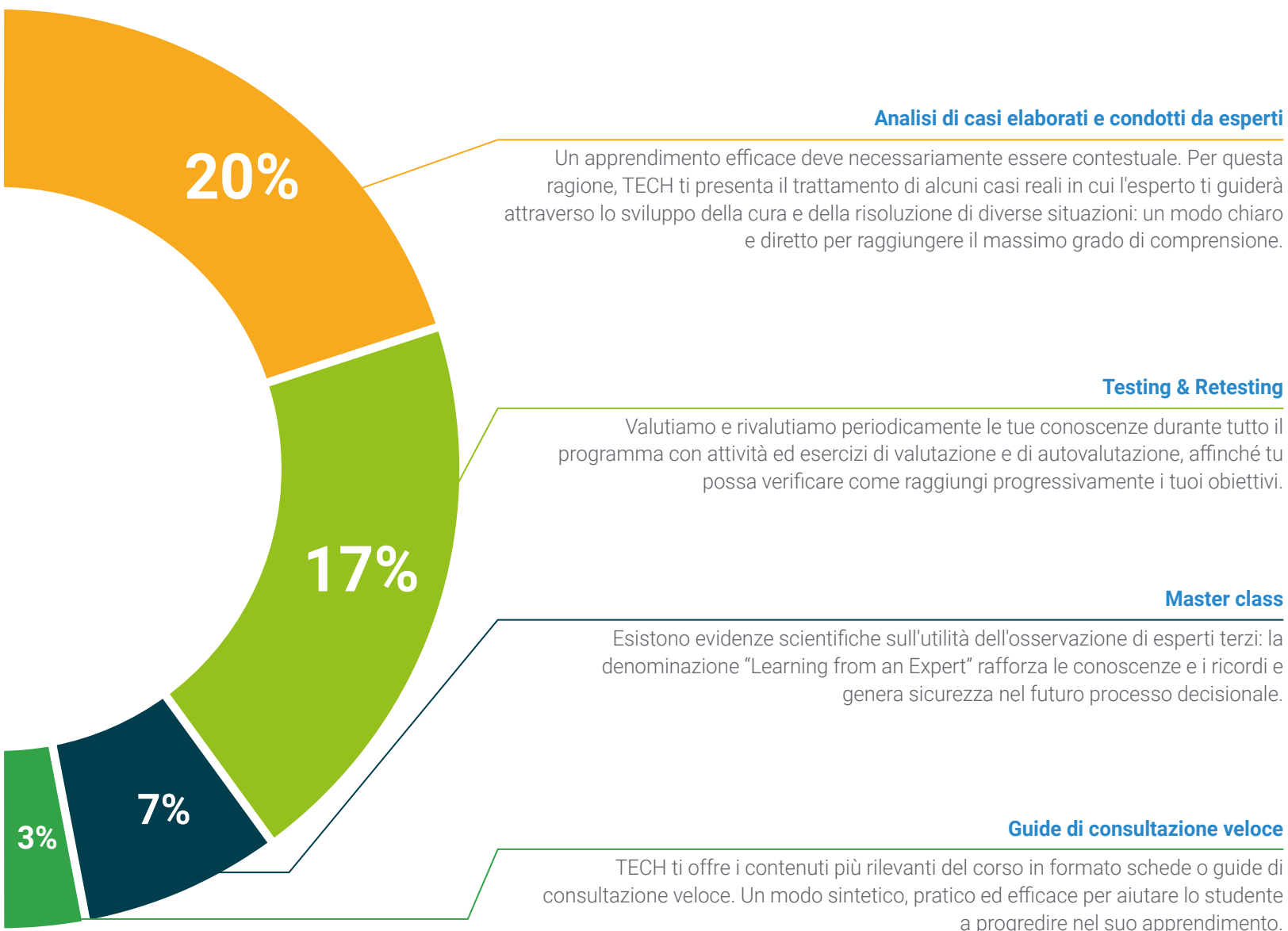
Questo esclusivo sistema di formazione per la presentazione di contenuti multimediali è stato premiato da Microsoft come "Caso di successo in Europa".



Lecture complementari

Articoli recenti, documenti di consenso e linee guida internazionali, tra gli altri. Nella biblioteca virtuale di TECH potrai accedere a tutto il materiale necessario per completare la tua formazione.





07 Titolo

Il Master Specialistico in Nutrizione Sportiva Completa ti garantisce, oltre alla preparazione più rigorosa e aggiornata, l'accesso a una qualifica di Master Specialistico rilasciata da TECH Università Tecnologica.



“

Porta a termine questo programma e ricevi la tua qualifica universitaria senza spostamenti o fastidiose formalità”

Questo **Master Specialistico in Nutrizione Sportiva Completa** possiede il programma scientifico più completo e aggiornato del mercato.

Dopo aver superato la valutazione, lo studente riceverà mediante lettera certificata* con ricevuta di ritorno, la sua corrispondente qualifica di **Master Specialistico** rilasciata da **TECH Università Tecnologica**.

Il titolo rilasciato da **TECH Università Tecnologica** esprime la qualifica ottenuta nel Master Specialistico, e riunisce tutti i requisiti comunemente richiesti da borse di lavoro, concorsi e commissioni di valutazione di carriere professionali.

Titolo: **Master Specialistico in Nutrizione Sportiva Completa**

N. Ore Ufficiali: **3.000**

Approvato dall'NBA



*Se lo studente dovesse richiedere che il suo diploma cartaceo sia provvisto di Apostille dell'Aia, TECH EDUCATION effettuerà le gestioni opportune per ottenerla pagando un costo aggiuntivo.

futuro
salute fiducia persone
educazione informazione tutor
garanzia accreditamento insegnamento
istituzioni tecnologia apprendimento
comunità impegno
attenzione personalizzata innovazione
conoscenza presente qualità
formazione online
sviluppo istituzioni
classe virtuale lingue

tech università
tecnologica

Master Specialistico
Nutrizione Sportiva
Completa

- » Modalità: online
- » Durata: 2 anni
- » Titolo: TECH Università Tecnologica
- » Dedizione: 16 ore/settimana
- » Orario: a scelta
- » Esami: online

Master Specialistico

Nutrizione Sportiva Completa

Approvato dall'NBA

