

Corso Universitario

Fisiologia Muscolare e Metabolica
Correlata all'Esercizio Fisico
in Infermieristica





Corso Universitario

Fisiologia Muscolare e Metabolica Correlata all'Esercizio Fisico in Infermieristica

- » Modalità: online
- » Durata: 6 settimane
- » Titolo: TECH Global University
- » Accreditamento: 6 ECTS
- » Orario: a scelta
- » Esami: online

Accesso al sito web: www.techtitude.com/it/infermieristica/corso-universitario/fisiologia-muscolare-metabolica-correlata-esercizio-infermieristica

Indice

01

Presentazione

pag. 4

02

Obiettivi

pag. 8

03

Direzione del corso

pag. 12

04

Struttura e contenuti

pag. 18

05

Metodologia

pag. 22

06

Titolo

pag. 30

01

Presentazione

Un rapporto pubblicato dall'Organizzazione Mondiale della Sanità rivela che l'inattività fisica è uno dei principali rischi di mortalità a livello globale. Questo dimostra che la pratica di esercizio fisico regolare è un pilastro fondamentale per prevenire malattie come l'obesità e ottimizzare il benessere generale delle persone. In questo contesto, i professionisti hanno bisogno di avere una vasta conoscenza della Fisiologia Muscolare e Metabolica Correlata all'Esercizio Fisico. Solo così gli esperti saranno in grado di progettare interventi efficaci per promuovere stili di vita attivi e sani tra i loro pazienti. Per questo, TECH sviluppa una rivoluzionaria laurea universitaria completamente online focalizzata sulla fisiologia della pratica sportiva.





“

*Attraverso questo Corso Universitario
100% online, progetterai programmi
di esercizio adattati alle esigenze e
capacità individuali dei tuoi pazienti,
tenendo conto del loro stato di salute"*

La fisiologia muscolare e metabolica in relazione all'attività fisica costituisce un campo dinamico e multiforme che offre importanti implicazioni per la pratica infermieristica. Dalla prevenzione delle malattie alla riabilitazione e gestione di condizioni croniche, l'esercizio innesca una serie di risposte sia fisiologiche che metaboliche che influenzano il benessere generale degli individui. In queste circostanze, gli specialisti hanno bisogno di essere al corrente delle ultime ipotesi scientifiche in questo campo per intervenire più tempestivamente nella rilevazione e prevenzione dei problemi di salute legati all'attività fisica (come lesioni muscolari, stanchezza eccessiva o squilibri metabolici).

Di fronte a questo, TECH presenta un Corso Universitario completo e innovativo in Fisiologia Muscolare e Metabolica Correlata all'Esercizio Fisico in Infermieristica. Concepito da riferimenti in questo settore, il piano di studi approfondirà gli adattamenti ormonali, respiratori e cardiovascolari relativi alla pratica sportiva. Ciò consentirà agli specialisti di effettuare valutazioni olistiche dello stato clinico dei loro pazienti. Inoltre, i contenuti accademici si concentreranno su aspetti come il metabolismo dei fosfati, le fonti energetiche o l'ossidazione degli aminoacidi. In questo modo, gli studenti pianificheranno programmi di esercizio adeguati alle esigenze specifiche degli utenti, tenendo conto sia del loro stato di salute attuale che dei loro obiettivi. Inoltre, una prestigiosa Direttrice Ospite internazionale offrirà una master class approfondita per fornire le migliori strategie per consigliare gli utenti sull'importanza dell'Esercizio per ottimizzare sulla qualità della vita.

Inoltre, questo titolo universitario sarà impartito in modalità 100% online, ciò che porterà agli infermieri la facilità di poterlo realizzare comodamente dove e quando vuole. Per fare questo, tutto ciò di cui avranno bisogno è un dispositivo elettronico connesso a Internet (cellulare, *tablet* o computer) per entrare nel Campus Virtuale. Troveranno sia materiali accademici che risorse multimediali aggiuntive che li aiuteranno a rafforzare le conoscenze in modo dinamico.

Questo **Corso Universitario in Fisiologia Muscolare e Metabolica Correlata all'Esercizio Fisico in Infermieristica** possiede il programma scientifico più completo e aggiornato del mercato. Le caratteristiche principali del programma sono:

- ♦ Sviluppo di casi di studio presentati da esperti in Nutrizione e Dietetica
- ♦ Contenuti grafici, schematici ed eminentemente pratici in base ai quali sono stati concepiti forniscono informazioni scientifiche e pratiche riguardo alle discipline essenziali per l'esercizio della professione
- ♦ Esercizi pratici che offrono un processo di autovalutazione per migliorare l'apprendimento
- ♦ Particolare enfasi sulle metodologie innovative
- ♦ Lezioni teoriche, domande all'esperto e/o al tutor, forum di discussione su questioni controverse e compiti di riflessione individuale
- ♦ Contenuti disponibili da qualsiasi dispositivo fisso o mobile dotato di connessione a internet



Una rinomata Direttrice Ospite internazionale offrirà un'esaustiva Masterclass che aiuterà gli infermieri a ottimizzare le loro competenze cliniche"

“

Approfondirai la mobilitazione dei carboidrati durante l'attività fisica e i suoi benefici per facilitare il recupero dei pazienti"

Esplorerai l'interazione tra esercizio fisico e salute, compresi gli effetti della pratica sportiva nella gestione di malattie croniche come il Diabete o l'Obesità.

Avrai accesso ad un sistema di apprendimento basato sulla ripetizione, grazie ad un insegnamento semplice e graduale durante l'intero programma.

Il personale docente del programma comprende professionisti del settore, che forniscono agli studenti le competenze necessarie a intraprendere un percorso di studio eccellente.

Contenuti multimediali, sviluppati in base alle ultime tecnologie educative, forniranno al professionista un apprendimento coinvolgente e localizzato, ovvero inserito in un contesto reale.

La creazione di questo programma è incentrata sull'Apprendimento Basato su Problemi, mediante il quale il professionista deve cercare di risolvere le diverse situazioni che gli si presentano durante il corso. Lo studente potrà usufruire di un innovativo sistema di video interattivi creati da esperti di rinomata fama.



02

Obiettivi

Attraverso questo Corso Universitario, gli infermieri avranno un dominio dei principi della Fisiologia Muscolare e Metabolica legata all'Esercizio. In questo senso, gli specialisti saranno altamente qualificati per effettuare valutazioni complete per determinare sia la condizione fisica che la capacità atletica dei loro pazienti. In questo modo, i professionisti incorporeranno nelle loro pratiche tecniche avanzate per analizzare la risposta fisiologica alla pratica sportiva (compresi test di sforzo o monitoraggio della frequenza cardiaca). Gli esperti elaboreranno quindi programmi di esercizi individuali che siano adattati alle esigenze e agli obiettivi specifici degli utenti.





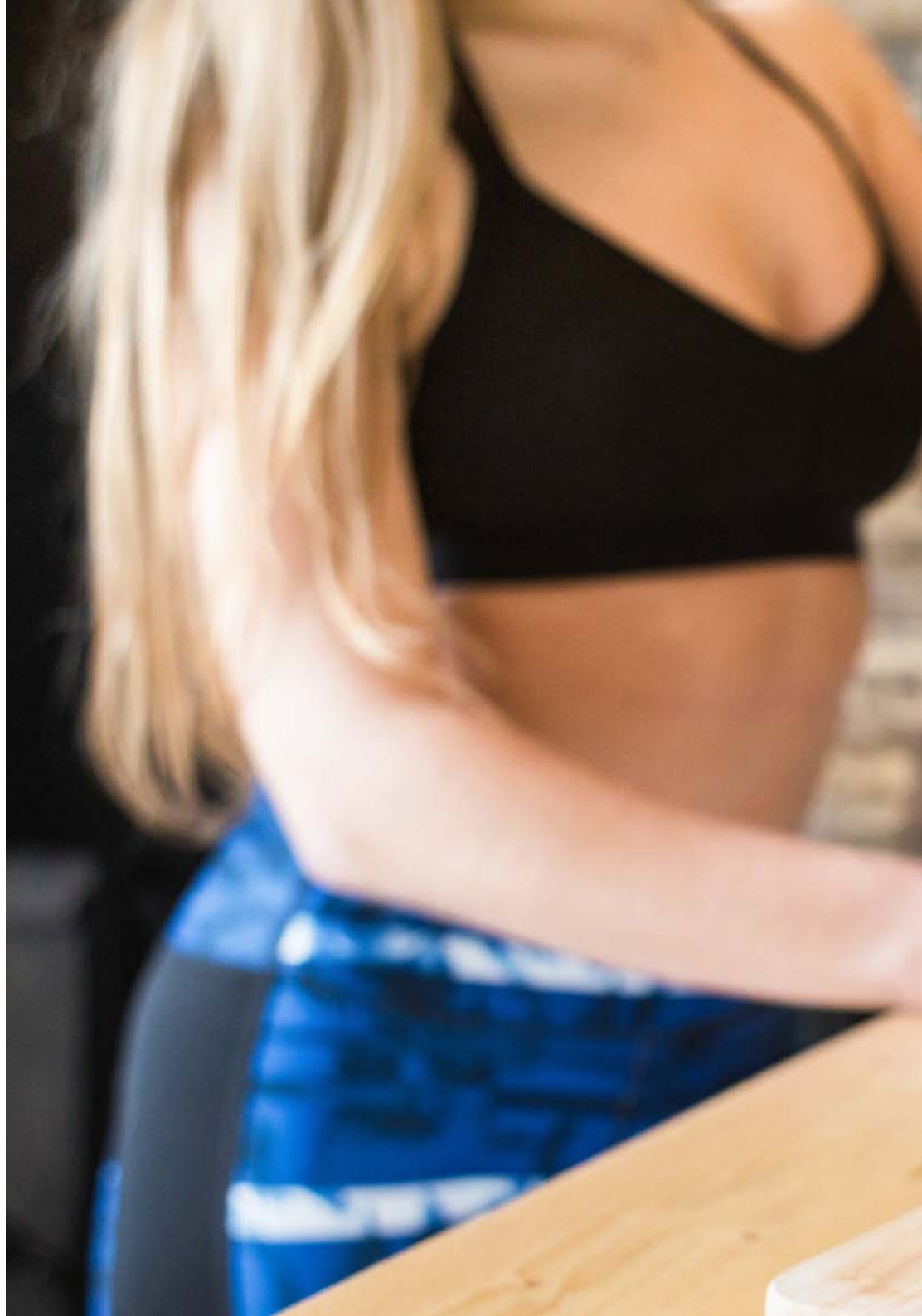
“

Acquisirai competenze avanzate per valutare la capacità funzionale e la tolleranza all'esercizio dei pazienti, nonché per progettare programmi di attività fisica su misura per le loro esigenze individuali"



Obiettivi generali

- ♦ Acquisire una 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, affinché possano ottenere il massimo dalla prestazione sportiva
- ♦ Gestire la conoscenza avanzata della pianificazione nutrizionale per gli atleti professionisti delle 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
- ♦ Specializzarsi nelle esigenze energetiche e nutrizionali degli atleti paralimpici





Obiettivi specifici

- ♦ Avere una conoscenza approfondita della struttura del muscolo scheletrico
- ♦ Acquisire una comprensione approfondita della funzione del muscolo scheletrico
- ♦ Approfondire i meccanismi di produzione di energia in base al tipo di esercizio svolto
- ♦ Approfondire l'integrazione dei diversi sistemi energetici che compongono il metabolismo energetico muscolare



Aggiornerai le tue conoscenze in modo dinamico attraverso lo studio di casi clinici reali e la risoluzione di situazioni complesse in ambienti di apprendimento simulati"

03

Direzione del corso

La priorità di TECH è mettere a disposizione di chiunque i programmi universitari più completi e rinnovati del mercato accademico, per cui realizza un processo minuzioso per formare i suoi docenti. Per questo Corso Universitario, riunisce riferimenti nel campo della Nutrizione e Dietetica, che hanno una vasta esperienza di lavoro in questa materia. Nel loro impegno a fornire servizi di eccellenza, questi professionisti si tengono aggiornati su tutti gli sviluppi che si verificano in questo settore. Grazie a questo, gli studenti avranno accesso ad un'esperienza immersiva che migliorerà le loro prestazioni cliniche e amplierà le loro prospettive di lavoro.



“

*Avrai il supporto di personale docente
composto da illustri professionisti in fisiologia
muscolare e metabolica correlata all'esercizio"*

Direttrice Ospite Internazionale

Jamie Meeks ha dimostrato, nel corso della sua carriera professionale, la sua dedizione alla Nutrizione Sportiva. Dopo essersi laureata in questo campo alla Louisiana State University, è salito rapidamente alla ribalta. Il suo talento e il suo impegno sono stati riconosciuti quando gli è stato conferito il prestigioso premio **TECH Università Tecnologica** di Giovane Dietologa dell'Anno presso l'Associazione Dietetica di Louisiana un risultato che ha segnato l'inizio di una carriera di successo.

Dopo aver conseguito la laurea, Jamie Meeks ha proseguito la sua formazione presso l'Università dell'Arkansas, dove ha svolto un tirocinio in Dietetica. In seguito ha conseguito un Master in Kinesiologia con specializzazione in Fisiologia dell'Esercizio Fisico presso l'Università Statale della Louisiana. 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 dello sport e della nutrizione.

Le sue conoscenze approfondite in questo settore l'hanno portata a diventare la prima Direttrice di Nutrizione Sportiva nella storia del dipartimento atletico dell'Università Statale di Louisiana. Qui ha sviluppato programmi innovativi per soddisfare le esigenze alimentari degli atleti ed educarli all'importanza di un' alimentazione adeguata per le prestazioni ottimali.

Successivamente, ha ricoperto l'incarico di Direttrice di Nutrizione Sportiva nel team New Orleans Saints della NFL. In questo ruolo, si dedica a garantire che i giocatori professionisti ricevano la migliore assistenza nutrizionale possibile, lavorando a stretto contatto con allenatori, preparatori e staff medico per ottimizzare le prestazioni e la salute individuali.

Come tale, Jamie Meeks è considerata un vero leader nel suo campo, essendo un membro attivo di diverse associazioni professionali e partecipando al progresso della Nutrizione Sportiva a livello internazionale. In questo senso, è anche parte integrante dell' Accademia di Nutrizione e Dietetica e dell' Associazione dei Dietisti Sportivi Professionisti.



Dott.ssa Meeks, Jamie

- Direttrice di Nutrizione Sportiva, NFL New Orleans Saints, Louisiana, USA
- Coordinatrice di Nutrizione Sportiva presso l'Università Statale di Louisiana
- Dietista registrata dall'Accademia di Nutrizione e Dietetica
- Specialista certificata in dietetica dello sport
- Master in Kinesiologia con specializzazione in Fisiologia dell'Esercizio presso l'Università Statale della Louisiana
- Laurea in Dietetica presso l'Università Statale della Louisiana
- Membro di: Associazione dei dietisti sportivi collegiali e professionali, gruppo di pratica dietetica di nutrizione sportiva cardiovascolare e di benessere

“

*Grazie a TECH potrai
apprendere accanto ai migliori
professionisti del mondo”*

Direzione



Dott. Marhuenda Hernández, Javier

- Nutrizionista presso Associazioni Calcistiche Professionali
- Responsabile dell'Area di Nutrizione Sportiva. Club Albacete Balompié SAD
- Responsabile dell'Area di Nutrizione Sportiva. Università Cattolica di Murcia, UCAM Murcia Club de Fútbol
- Consulente Scientifico. Nutrium
- Consulente Nutrizionale. Centro Impulso
- Docente e Coordinatore di Studi Post-laurea
- Dottorato in Nutrizione e Sicurezza Alimentare. Università Cattolica San Antonio de Murcia
- Laurea in Nutrizione Umana e Dietetica, Università Cattolica San Antonio de Murcia
- Master in Nutrizione Clinica. Università Cattolica San Antonio de Murcia
- Docente. Accademia Spagnola di Nutrizione e Dietetica (AEND)

Personale docente

Dott. Arcusa Saura, Raúl

- Nutrizionista. Club Deportivo Castellón
- Nutrizionista in diversi club semiprofessionistici di Castellón
- Ricercatore Università Cattolica San Antonio de Murcia
- Docente Universitario
- Laurea in Nutrizione Umana e Dietetica
- Master Ufficiale in Nutrizione applicata all'Attività Fisica e allo Sport



04

Struttura e contenuti

Grazie a questo titolo, gli infermieri avranno una solida comprensione della fisiologia muscolare e metabolica in risposta all'Esercizio. Il programma analizzerà gli adattamenti cardiovascolari, respiratori e ormonali relativi alla pratica sportiva. In questo modo, gli studenti effettueranno valutazioni più olistiche e precise sulle condizioni fisiche dei pazienti. Il programma approfondirà anche questioni come la soglia lattica, il metabolismo dei carboidrati o la bioenergia mista delle fibre muscolari. In questo modo gli studenti svilupperanno competenze nella creazione di programmi di esercizio personalizzati per migliorare la salute e la funzione fisica degli utenti.





“

Integrerai l'esercizio come parte integrante della cura olistica dei tuoi pazienti, riconoscendo la sua importanza nella prevenzione e gestione delle malattie muscolari"

Modulo 1. Fisiologia muscolare e metabolica correlata all'esercizio fisico

- 1.1. Adattamenti cardiovascolari legati all'esercizio fisico
 - 1.1.1. Aumento del volume sistolico
 - 1.1.2. Diminuzione del ritmo cardiaco
- 1.2. Adattamenti ventilatori legati all'esercizio fisico
 - 1.2.1. Cambiamenti nel volume ventilatorio
 - 1.2.2. Cambiamenti nel consumo di ossigeno
- 1.3. Adattamenti ormonali legati all'esercizio fisico
 - 1.3.1. Cortisolo
 - 1.3.2. Testosterone
- 1.4. Struttura del muscolo e tipi di fibre muscolari
 - 1.4.1. La fibra muscolare
 - 1.4.2. Fibra muscolare di tipo I
 - 1.4.3. Fibra muscolare di tipo II
- 1.5. Concetto di soglia anaerobica
- 1.6. ATP e metabolismo del fosfagene
 - 1.6.1. Percorsi metabolici per la sintesi di ATP durante l'esercizio
 - 1.6.2. Metabolismo dei fosfageni
- 1.7. Metabolismo dei carboidrati
 - 1.7.1. Mobilitazione dei carboidrati durante l'esercizio
 - 1.7.2. Tipi di glicolisi
- 1.8. Metabolismo dei lipidi
 - 1.8.1. Lipolisi
 - 1.8.2. Ossidazione dei grassi durante l'esercizio
 - 1.8.3. Corpi chetonici
- 1.9. Metabolismo delle proteine
 - 1.9.1. Metabolismo dell'ammonio
 - 1.9.2. Ossidazione degli aminoacidi
- 1.10. Bioenergetica mista delle fibre muscolari
 - 1.10.1. Fonti di energia e la loro relazione con l'esercizio
 - 1.10.2. Fattori che determinano l'uso dell'una o dell'altra fonte di energia durante l'esercizio





“

6 settimane di stimolante apprendimento che ti porterà ad un livello superiore nell'approccio della Fisiologia Muscolare e Metabolica Correlata all'Esercizio Fisico. Iscriviti ora!”

05 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 Nursing School applichiamo il Metodo Casistico

In una data situazione concreta, cosa dovrebbe fare un professionista? 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 professionisti imparano meglio, in modo più veloce e sostenibile nel tempo.

Con TECH l'infermiere sperimenta 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 sia radicato nella vita professionale attuale, cercando di ricreare le condizioni reali nella pratica professionale infermieristica.

“

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

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

1. Gli studenti che seguono questo metodo non solo raggiungono l'assimilazione dei concetti, ma sviluppano anche la loro capacità mentale, attraverso esercizi che valutano situazioni reali e l'applicazione delle conoscenze.
2. L'apprendimento è solidamente incorporato nelle abilità pratiche che permettono al professionista in infermieristica di integrare al meglio le sue conoscenze in ambito ospedaliero o in assistenza primaria.
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 coniuga efficacemente la metodologia del Caso di Studio con un sistema di apprendimento 100% online basato sulla ripetizione, che combina 8 diversi elementi didattici in ogni lezione.

Potenziamo il Caso di Studio con il miglior metodo di insegnamento 100% online: il Relearning.

L'infermiere 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 (Columbia University).

Mediante questa metodologia abbiamo formato più di 175.000 infermieri con un successo senza precedenti in tutte le specializzazioni indipendentemente dal carico pratico. La nostra metodologia pedagogica è stata sviluppata in un contesto molto esigente, con un corpo di studenti universitari di alto profilo socio-economico e un'età media di 43,5 anni.

Il Relearning ti permetterà di apprendere con meno sforzo e più performance, 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 una spirale (impariamo, disimpariamo, dimentichiamo e re-impariamo). Pertanto, combiniamo ciascuno di questi elementi in modo concentrico.

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



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



Materiali di studio

Tutti i contenuti didattici sono creati da specialisti che insegneranno nel programma universitario, appositamente per esso, in modo che lo sviluppo didattico sia realmente 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 infermieristica in video

TECH aggiorna lo studente sulle ultime tecniche, progressi educativi e all'avanguardia delle tecniche infermieristiche attuali. 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

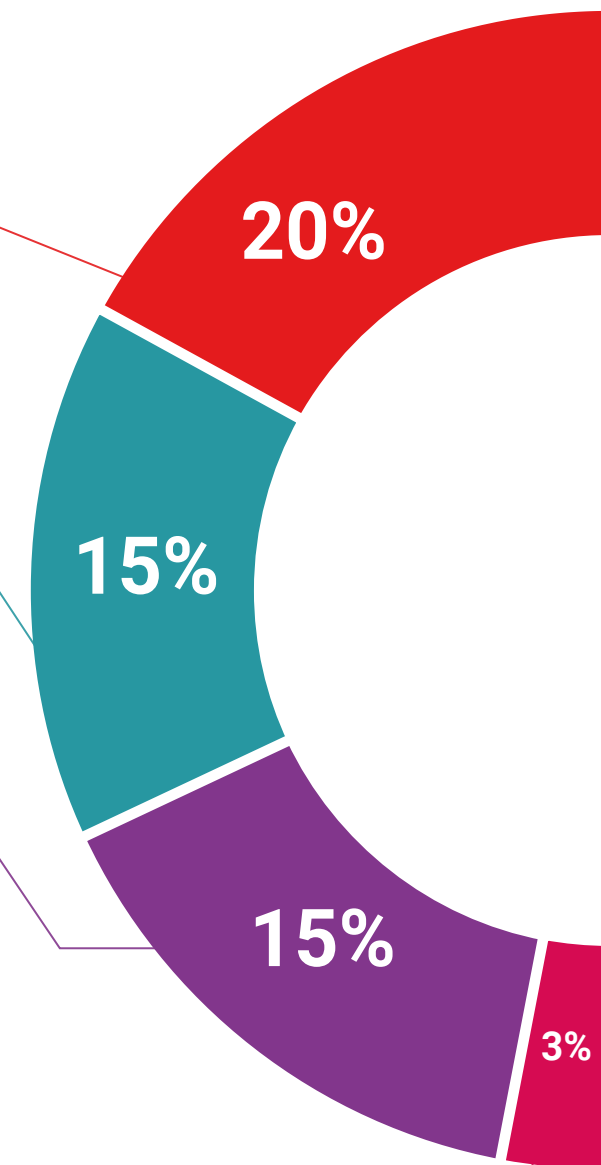
Il team di TECH presenta i contenuti in modo accattivante e dinamico in pillole multimediali che includono audio, video, immagini, diagrammi e mappe concettuali per consolidare la conoscenza.

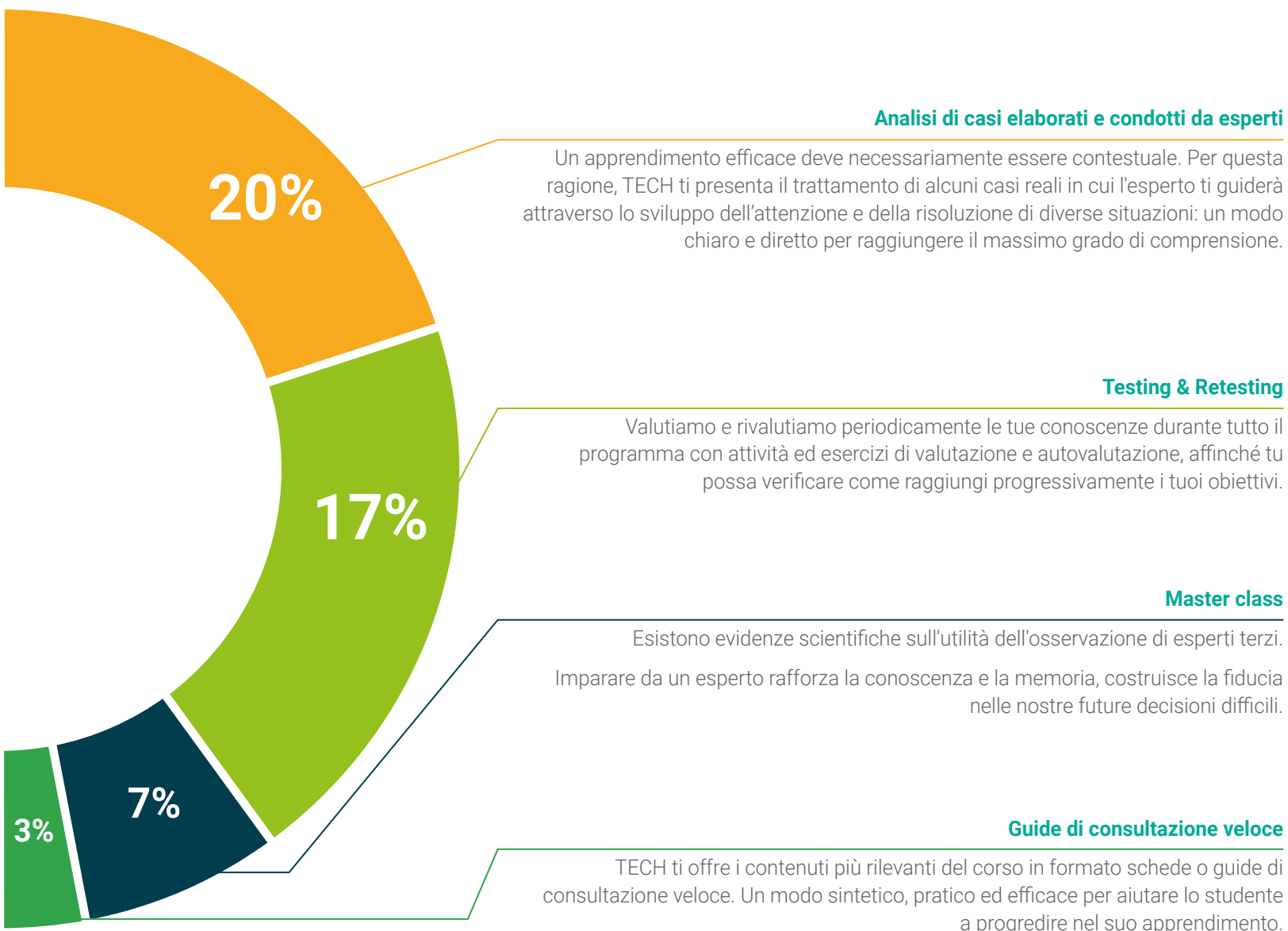
Questo esclusivo sistema di specializzazione per la presentazione di contenuti multimediali è stato premiato da Microsoft come "Caso di successo in Europa".



Letture 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 specializzazione.





06 Titolo

Questo programma ti consentirà di ottenere il titolo di studio privato di Corso Universitario in Fisiologia Muscolare e Metabolica Correlata all'Esercizio Fisico in Infermieristica rilasciato da TECH Global University, la più grande università digitale del mondo.



“

*Porta a termine questo programma e ricevi
il tuo titolo universitario senza spostamenti
o fastidiose formalità”*

Questo programma ti consentirà di ottenere il titolo di studio privato di **Corso Universitario in Fisiologia Muscolare e Metabolica Correlata all'Esercizio Fisico in Infermieristica** rilasciato da **TECH Global University**, la più grande università digitale del mondo.

TECH Global University è un'Università Ufficiale Europea riconosciuta pubblicamente dal Governo di Andorra ([bollettino ufficiale](#)). Andorra fa parte dello Spazio Europeo dell'Istruzione Superiore (EHEA) dal 2003. L'EHEA è un'iniziativa promossa dall'Unione Europea che mira a organizzare il quadro formativo internazionale e ad armonizzare i sistemi di istruzione superiore dei Paesi membri di questo spazio. Il progetto promuove valori comuni, l'implementazione di strumenti congiunti e il rafforzamento dei meccanismi di garanzia della qualità per migliorare la collaborazione e la mobilità tra studenti, ricercatori e accademici.

Questo titolo privato di **TECH Global University** è un programma europeo di formazione continua e aggiornamento professionale che garantisce l'acquisizione di competenze nella propria area di conoscenza, conferendo allo studente che supera il programma un elevato valore curriculare.

Titolo: **Corso Universitario in Fisiologia Muscolare e Metabolica Correlata all'Esercizio Fisico in Infermieristica**

Modalità: **online**

Durata: **6 settimane**

Accreditamento: **6 ECTS**





Corso Universitario
Fisiologia Muscolare e Metabolica
Correlata all'Esercizio Fisico
in Infermieristica

- » Modalità: online
- » Durata: 6 settimane
- » Titolo: TECH Global University
- » Accreditamento: 6 ECTS
- » Orario: a scelta
- » Esami: online

Corso Universitario

Fisiologia Muscolare e Metabolica
Correlata all'Esercizio Fisico
in Infermieristica