

Corso Universitario

Nutrizione Sportiva in Condizioni Avverse in Infermieristica





Corso Universitario

Nutrizione Sportiva in Condizioni Avverse in Infermieristica

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

Accesso al sito web: www.techtitude.com/it/infermieristica/corso-universitario/nutrizione-sportiva-condizioni-avverse-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

Diversi studi epidemiologici hanno dimostrato che gli atleti che affrontano condizioni avverse come il caldo estremo o l'altitudine sono a maggior rischio di problemi di salute legati all'esercizio. Queste situazioni possono influenzare la capacità del corpo di regolare la temperatura interna e mantenere un adeguato equilibrio di liquidi ed elettroliti, che può compromettere sia le prestazioni sportive che la salute dell'atleta. In questi scenari, la nutrizione svolge un ruolo cruciale nell'ottimizzazione delle prestazioni e nella prevenzione dei problemi di salute negli ambienti sportivi impegnativi. In questo contesto, TECH sviluppa un innovativo programma universitario online focalizzato su come gli infermieri possono implementare strategie specifiche per garantire uno stato di salute ottimale.



“

Attraverso questo Corso Universitario 100% online, valuterai l'impatto delle condizioni avverse sulle esigenze nutrizionali degli atleti e adatterai le loro diete per garantire uno stato di salute favorevole"

Gli atleti che affrontano condizioni avverse come l'elevata umidità devono affrontare richieste uniche in termini di requisiti nutrizionali e idratazione. Queste circostanze possono influenzare il modo in cui il corpo utilizza e metabolizza gli alimenti, nonché la loro capacità di regolare la temperatura corporea. Ad esempio, in climi caldi, gli atleti sono soggetti a esaurimento per la perdita eccessiva di acqua o elettroliti attraverso il calore (che si manifesta con sintomi come debolezza, crampi muscolari o nausea). In queste situazioni, gli infermieri sono responsabili dell'identificazione e della gestione dei rischi associati a questi contesti difficili, compresa l'adozione di strategie nutrizionali specifiche per garantire uno stato clinico ottimale.

In questo contesto, TECH sviluppa un Corso Universitario completo e rivoluzionario in nutrizione sportiva in condizioni avverse per l'infermieristica. Progettato da esperti in questo campo, l'itinerario accademico farà un breve viaggio attraverso la storia dello sport in condizioni estreme. I contenuti accademici approfondiranno le particolarità delle competizioni in climi caldi e freddi, approfondendo i segni usuali negli atleti (come la disidratazione o la fatica). In questo senso, l'argomento enfatizzerà l'importanza di avere un apporto equilibrato di carboidrati affinché gli individui abbiano abbastanza energia per le loro competizioni. In questo modo, gli studenti acquisiranno competenze avanzate per la progettazione di piani nutrizionali specifici e personalizzati che includono sostanze come elettroliti. Il programma sarà inoltre accompagnato da una rinomata Direttrice Ospite Internazionale, che aiuterà gli infermieri a ottimizzare la loro pratica quotidiana.

Oltre al rigoroso materiale accademico di questo titolo universitario, TECH fornirà una metodologia in formato 100% online. In aggiunta, il metodo dirompente *Relearning* permetterà di consolidare concetti complessi in modo progressivo e naturale. Tutto ciò di cui avranno bisogno gli infermieri è un dispositivo con connessione internet per entrare nel Campus Virtuale, dove potranno godere di vari formati accademici.

Questo **Corso Universitario in Nutrizione Sportiva in Condizioni Avverse 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
- ♦ La sua 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 prestigiosa Direttrice Ospite Internazionale offrirà un arricchente Masterclass in cui fornirà gli ultimi progressi in materia di Nutrizione Sportiva in Condizioni Avverse"

“ *Implementerai nella tua pratica clinica le migliori pratiche per l'idratazione degli atleti durante l'esercizio in condizioni avverse, incluso l'uso di bevande sportive e il monitoraggio del bilancio idrico* ”

Il personale docente del programma comprende rinomati professionisti e riconosciuti specialisti appartenenti a prestigiose società e università, che forniscono agli studenti le competenze necessarie a intraprendere un percorso di studio eccellente.

I 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.

Sarai in grado di gestire i rischi per la salute associati alla pratica sportiva in ambienti impegnativi, come l'ipotermia o l'esaurimento da calore.

Grazie al metodo Relearning di TECH riuscirai a consolidare con successo i concetti chiave che ti offre questo programma universitario.



02

Obiettivi

Dopo la realizzazione di questo programma universitario, i professionisti saranno in grado di valutare l'impatto delle Condizioni Avverse sui bisogni nutrizionali degli sportivi. In questa stessa linea, gli studenti svilupperanno competenze avanzate per implementare strategie di dieta che aiutino gli atleti sia ad adattarsi che a ridurre gli effetti negativi degli ambienti sfavorevoli sulla loro salute e prestazioni. In questo modo, gli specialisti elaboreranno piani nutrizionali specifici per questa specifica popolazione, tenendo conto di fattori come la disponibilità di cibo, la logistica o le preferenze individuali.



“

Applicherai le strategie di alimentazione più ottimali per aiutare gli atleti a mitigare gli effetti negativi delle Condizioni Avverse sulla salute e sulle prestazioni"



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 di 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

- ♦ Distinguere i principali limiti alla performance derivanti dalle condizioni climatiche
- ♦ Sviluppare un piano di acclimatazione secondo la situazione data
- ♦ Approfondire gli adattamenti fisiologici dovuti all'altitudine
- ♦ Stabilire le corrette linee guida di idratazione in base al clima



Raggiungerai il tuo obiettivo di miglioramento professionale grazie a questo programma universitario, che ti offrirà una maggiore sicurezza nel prendere decisioni in Nutrizione Sportiva"



03

Direzione del corso

Sia per lo sviluppo che per l'insegnamento di questo Corso Universitario, TECH ha un team docente eccezionale. I professionisti che lo compongono hanno una solida esperienza in Nutrizione e Dietetica, supportata da un ampio percorso di lavoro dove hanno fatto parte di istituzioni di riferimento. Durante la manifestazione, questi specialisti hanno contribuito a ottimizzare le prestazioni atletiche di diversi sportivi in condizioni sfavorevoli grazie a programmi nutrizionali personalizzati e adattati alle loro esigenze. Grazie a questo, gli esperti hanno sviluppato materiali didattici definiti per la loro eccellente qualità, nonché la loro rispondenza alle esigenze del mercato del lavoro attuale.



“

*Avrai una consulenza personalizzata
da parte del team di insegnanti,
composto da professionisti di
riferimento in Nutrizione e Dietetica"*

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 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

Con questo titolo, gli infermieri identificano le esigenze nutrizionali specifiche degli atleti che gareggiano in ambienti difficili. Il programma analizzerà gli effetti fisiologici del corpo umano in condizioni ostili come il caldo o il freddo estremo. Inoltre, l'argomento approfondirà le condizioni più comuni che colpiscono gli atleti, tra cui la fatica o la disidratazione. Inoltre, il programma enfatizzerà l'importanza che questi utenti consumino carboidrati per avere energia per l'esercizio. In questo modo, gli studenti progetteranno piani nutrizionali equilibrati che migliorano le prestazioni atletiche degli individui.





“

*Avrai una solida comprensione degli
effetti fisiologici delle condizioni avverse
sul corpo umano e di come l'integrazione
nutrizionale serve per ottimizzare le
prestazioni sportive"*

Modulo 1. Condizioni avverse

- 1.1. Storia dello sport in condizioni estreme
 - 1.1.1. Gare invernali nella storia
 - 1.1.2. Gare in ambienti caldi oggi
- 1.2. Limiti di rendimento nei climi caldi
 - 1.2.1. Disidratazione
 - 1.2.2. Affaticamento
- 1.3. Caratteristiche di base nei climi caldi
 - 1.3.1. Alta temperatura e umidità
 - 1.3.2. Acclimatazione
- 1.4. Nutrizione e idratazione nei Climi Caldi
 - 1.4.1. Idratazione ed elettroliti
 - 1.4.2. Carboidrati
- 1.5. Limiti alle prestazioni nei Climi Freddi
 - 1.5.1. Affaticamento
 - 1.5.2. Indumenti
- 1.6. Caratteristiche di base nei Climi Freddi
 - 1.6.1. Freddo estremo
 - 1.6.2. $\dot{V}O_{max}$ ridotto
- 1.7. Nutrizione e idratazione nei Climi Freddi
 - 1.7.1. Idratazione
 - 1.7.2. Carboidrati





“

Accederai a formati didattici multimediali innovativi che ottimizzeranno il tuo processo di aggiornamento, come riassunti interattivi o casi di studio. 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

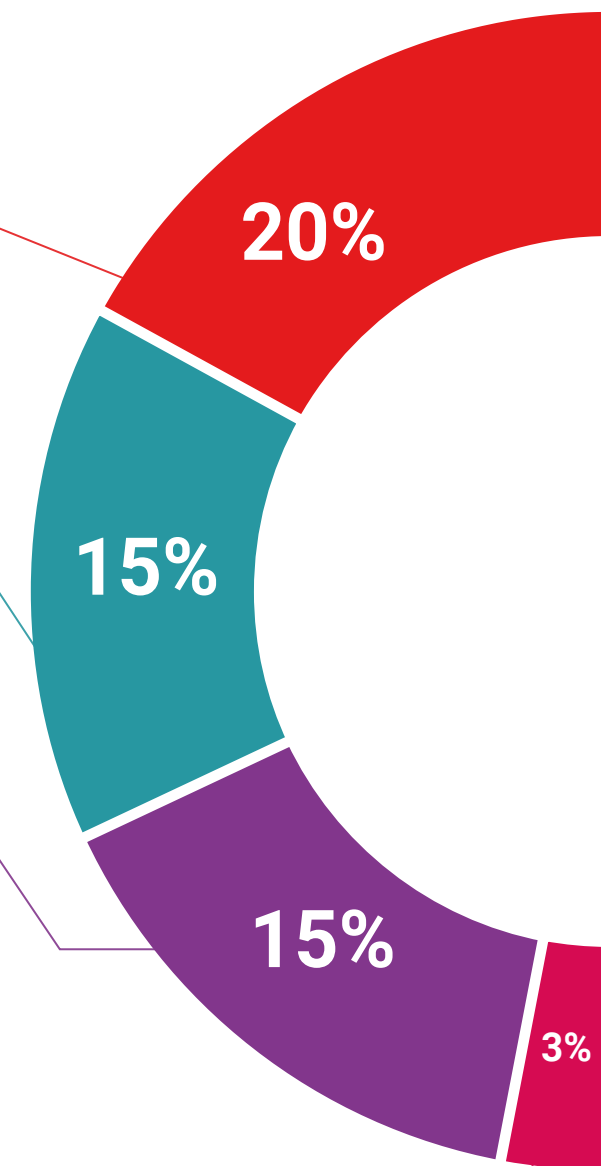
Il team di TECH presenta i contenuti in modo accattivante e dinamico in pillole multimediali che includono audio, video, immagini, diagrammi e mappe concettuali per consolidare la conoscenza.

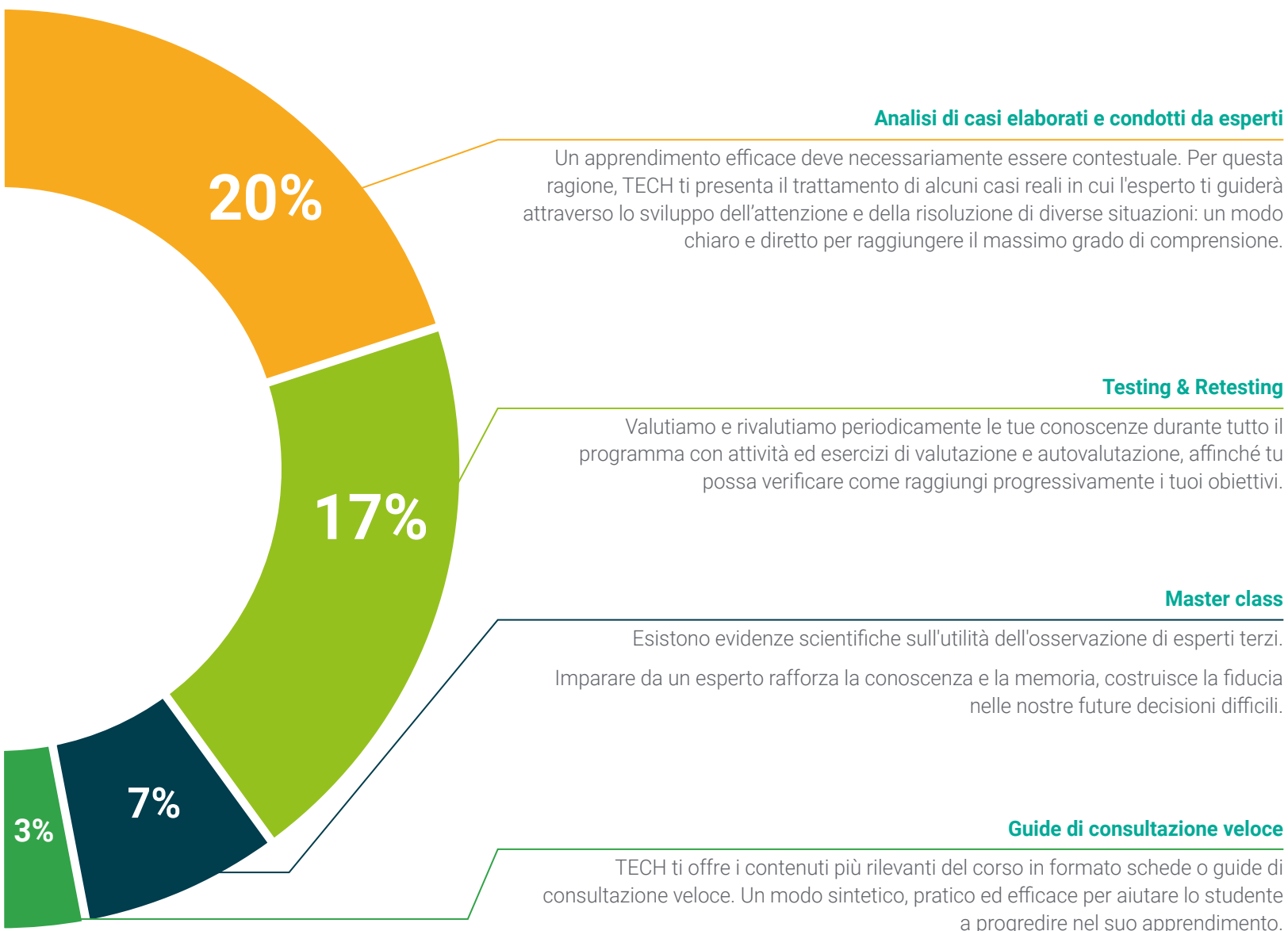
Questo esclusivo sistema di specializzazione per la presentazione di contenuti multimediali è stato premiato da Microsoft come "Caso di successo in Europa".



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 specializzazione.





06 Titolo

Questo programma ti consentirà di ottenere il titolo di studio di Corso Universitario in Nutrizione Sportiva in Condizioni Avverse 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 Nutrizione Sportiva in Condizioni Avverse 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 Nutrizione Sportiva in Condizioni Avverse in Infermieristica**

Modalità: **online**

Durata: **6 settimane**

Accreditamento: **6 ECTS**





Corso Universitario

Nutrizione Sportiva in Condizioni
Avverse in Infermieristica

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

Corso Universitario

Nutrizione Sportiva in Condizioni Avverse in Infermieristica

