

Master

Nutrizione Sportiva per Infermieristica

Approvato dall'NBA





Master Nutrizione Sportiva per Infermieristica

- » Modalità: online
- » Durata: 12 mesi
- » Titolo: TECH Global University
- » Orario: a scelta
- » Esami: online

Accesso al sito web: www.techtute.com/it/infermieristica/master/master-nutrizione-sportiva-infermieristica

Indice

01

Presentazione

pag. 4

02

Obiettivi

pag. 8

03

Competenze

pag. 14

04

Direzione del corso

pag. 18

05

Struttura e contenuti

pag. 22

06

Metodologia

pag. 30

07

Titolo

pag. 38

01

Presentazione

Gli infermieri conoscono bene i processi fisiologici e gli adattamenti dell'organismo all'alimentazione dell'atleta, per cui la loro influenza sulle prestazioni è indiscutibile. In questo senso, è fondamentale la specializzazione in nutrizione, che è diventata la risposta essenziale del professionista alle esigenze sanitarie e preventive della popolazione in materia di alimentazione e salute. Questo programma è stato concepito per aiutare gli infermieri ad aggiornare le loro conoscenze in questo settore, in modo che possano consigliare e aiutare gli sportivi, sia dilettanti che professionisti, nella pianificazione nutrizionale e nella preparazione di diete per migliorare le loro prestazioni e mantenere la loro salute.





“

Le persone che svolgono regolarmente un'intensa attività fisica hanno bisogno di un'alimentazione equilibrata e ricca di nutrienti, per cui è importante la presenza di professionisti in grado di guidarli in ambito nutrizionale"

La maggior parte dei fattori che determinano lo stato di salute sono legati alla dieta e all'esercizio fisico regolare. Nel caso dell'atleta, una dieta equilibrata deve fornire energia sufficiente a coprire tutti i fabbisogni e deve fornire tutti i nutrienti in quantità adeguate, tenendo conto delle caratteristiche e delle esigenze individuali e adattando l'assunzione al tipo di sport praticato e all'allenamento specifico di ogni persona.

Un'alimentazione adeguata, in termini di quantità e qualità, prima, durante e dopo l'attività fisica è essenziale per ottimizzare le prestazioni. Tuttavia, è necessario tenere presente che una buona dieta non può sostituire un allenamento scorretto o una forma fisica regolare, poiché un'alimentazione inadeguata può danneggiare le prestazioni di un atleta ben allenato.

Il Master in Nutrizione Sportiva per Infermieristica vuole essere uno strumento che aiuta gli infermieri in relazione alla cura completa dell'utente che pratica un qualche tipo di attività fisico-sportiva, sia per scopi salutari che a livello agonistico. Inoltre, si propone di studiare la relazione e l'importanza della nutrizione e dell'attività fisico-sportiva e di fornire le conoscenze scientifiche attuali che dimostrano gli effetti benefici dell'esercizio fisico, così come i meccanismi con cui esso migliora la salute.

Trattandosi di un programma online, lo studente non è condizionato da orari fissi o dalla necessità di spostarsi in un altro luogo fisico, ma può accedere ai contenuti in qualsiasi momento della giornata, bilanciando il suo lavoro o la sua vita personale con quella accademica.

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

- ♦ Contenuti grafici, schematici ed eminentemente pratici che forniscono informazioni essenziali per l'esercizio della professione
- ♦ Esercizi con cui potersi autovalutare e così migliorare il processo di apprendimento
- ♦ Sistema di apprendimento interattivo basato su algoritmi per prendere decisioni in merito a problemi di alimentazione di un paziente
- ♦ Lezioni teoriche, domande all'esperto, forum di discussione su questioni controverse e compiti di riflessione individuale
- ♦ Contenuti disponibili da qualsiasi dispositivo fisso o mobile dotato di connessione a internet



Gli infermieri specializzati in nutrizione sportiva sono un valore aggiunto nei centri sanitari. Unisciti alla nostra comunità di studenti e aggiungi un plus al tuo CV con questa specializzazione di alta qualità"

“

Questo Master è il miglior investimento che tu possa fare nella scelta di un programma di aggiornamento per due motivi: oltre a rinnovare le tue conoscenze in Nutrizione Sportiva per Infermieristica, otterrai una qualifica di Master rilasciata da TECH Università Tecnologica”

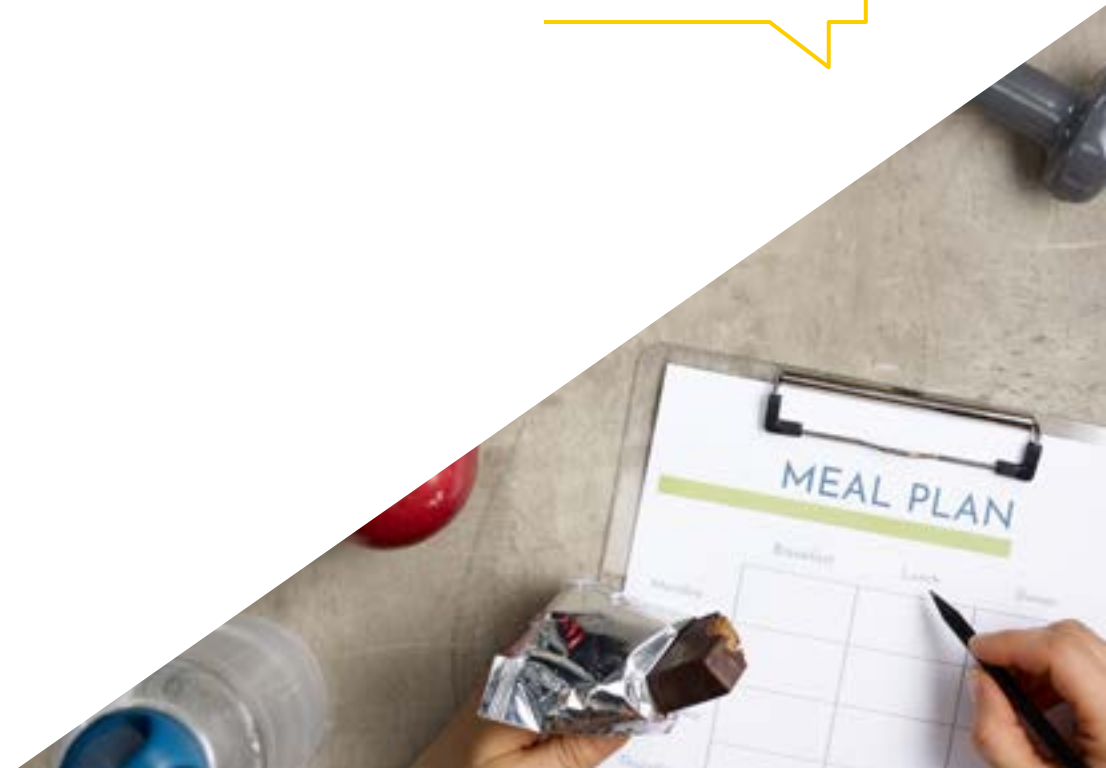
Il personale docente del programma comprende rinomati professionisti dell'area della nutrizione, e riconosciuti specialisti appartenenti a prestigiose società e università, che forniscono agli studenti le competenze necessarie a intraprendere un percorso di studio eccellente.

I contenuti multimediali, sviluppati in base alle ultime tecnologie educative, forniranno all'infermiere un apprendimento coinvolgente e localizzato, ovvero inserito in un contesto reale.

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

Questo programma permette di esercitarsi con simulazioni che forniscono un apprendimento programmato per prepararsi con situazioni reali.

Questo Master 100% online ti permetterà di combinare i tuoi studi con il lavoro, aumentando le tue conoscenze in questo campo.



02 Obiettivi

L'obiettivo principale del programma è lo sviluppo dell'apprendimento teorico e pratico, affinché l'infermiere possa padroneggiare in modo pratico e rigoroso lo studio della nutrizione sportiva.



“

Il nostro obiettivo è cercare l'eccellenza accademica e aiutarti a raggiungere il successo professionale”



Obiettivi generali

- Aggiornare la conoscenza del nutrizionista per quanto riguarda le nuove tendenze in nutrizione umana, sia in salute sia in situazioni patologiche, attraverso la medicina basata sull'evidenza
- Promuovere strategie di lavoro basate sulla conoscenza pratica delle nuove tendenze della nutrizione e la loro applicazione alle patologie degli adulti, dove la nutrizione gioca un ruolo fondamentale nella loro terapia
- Favorire l'acquisizione di competenze e abilità tecniche, mediante un potente sistema audiovisivo, e la possibilità di accedere a laboratori di simulazione online e/o preparazione specifica
- Incoraggiare la stimolazione professionale attraverso la specializzazione continua e la ricerca
- Specializzarsi sulla ricerca su pazienti affetti da problemi nutrizionali

“

*Un'opportunità creata per gli infermieri
che cercano un programma intensivo ed
efficace con cui compiere un significativo
passo avanti nella propria professione”*





Obiettivi specifici

Modulo 1. Nuovi progressi in alimentazione

- ♦ 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

Modulo 2. Tendenze attuali in nutrizione

- ♦ Individuare e valutare precocemente le deviazioni quantitative e qualitative dall'equilibrio nutrizionale per eccesso o carenza, sia quantitativa che qualitativa
- ♦ Descrivere la composizione e gli usi dei nuovi alimenti

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

- ♦ Spiegare le diverse tecniche e i prodotti di supporto nutrizionale di base e avanzato relativi alla nutrizione del paziente
- ♦ Definire l'uso corretto degli ausili ergogenici

Modulo 4. Alimentazione nell'attività sportiva

- ♦ Identificare i disturbi psicologici legati allo sport e all'alimentazione

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

- ♦ Averne 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

Modulo 6. Vegetarismo e veganismo

- ♦ 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

Modulo 7. Differenti fasi o popolazioni specifiche

- ♦ 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 la nutrizione sull'approccio nutrizionale a questi gruppi





Modulo 8. Alimentazione per la riabilitazione e il recupero funzionale

- ♦ Affrontare il concetto di nutrizione integrale come elemento chiave nel processo di riabilitazione e recupero funzionale
- ♦ Distinguere tra le diverse strutture e proprietà dei macronutrienti e dei micronutrienti
- ♦ Dare priorità all'importanza dell'assunzione di acqua e dell'idratazione nel processo di recupero
- ♦ Analizzare i diversi tipi di sostanze fitochimiche e il loro ruolo essenziale nel migliorare lo stato di salute e la rigenerazione dell'organismo

Modulo 9. Dieta, salute e prevenzione di malattie: Problemi attuali e Raccomandazioni per la popolazione generale

- ♦ Analizzare le abitudini alimentari, i problemi e la motivazione dei pazienti
- ♦ Aggiornare le raccomandazioni nutrizionali basate sull'evidenza scientifica per la loro applicazione nella pratica clinica
- ♦ Educare alla progettazione di strategie di educazione nutrizionale e di assistenza ai pazienti

Modulo 10. Valutazione dello stato nutrizionale e calcolo di piani nutrizionali personalizzati, raccomandazioni e follow-up

- ♦ Adeguare valutazione del caso clinico, interpretazione delle cause e dei rischi
- ♦ Realizzare piani nutrizionali personalizzati tenendo conto di tutte le variabili individuali
- ♦ Pianificare piani e modelli nutrizionali per una raccomandazione completa e pratica

03 Competenze

Dopo aver superato le valutazioni del Master in Nutrizione Sportiva per Infermieristica, il professionista avrà acquisito le competenze necessarie per una pratica di qualità e aggiornata, basata sulla metodologia didattica più innovativa.





“

Questo programma ti permetterà di acquisire le competenze necessarie per essere più efficace nel tuo lavoro quotidiano"



Competenze generali

- Applicare le nuove tendenze della nutrizione sportiva ai pazienti
- Applicare le nuove tendenze della nutrizione secondo le patologie dell'adulto
- Effettuare ricerche sui problemi nutrizionali dei pazienti

“

*Un'esperienza educativa unica,
chiave e decisiva per potenziare
il tuo sviluppo professionale"*





Competenze specifiche

- ♦ Valutare lo stato nutrizionale di un paziente
- ♦ Identificare i problemi nutrizionali dei pazienti e applicare i trattamenti e le diete più appropriate in ogni caso
- ♦ Conoscere le composizioni degli alimenti, identificare la loro utilità e incorporarli alle diete dei pazienti che ne hanno bisogno
- ♦ Cercare aiuto per i pazienti affetti da disturbi psicologici derivanti dallo sport e dall'alimentazione
- ♦ Rimanere 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

04

Direzione del corso

Il nostro personale docente, esperto in Nutrizione Sportiva per Infermieristica, possiede un ampio prestigio, si tratta di specialisti con anni di esperienza nell'insegnamento che si sono riuniti per aiutarti a dare una svolta alla tua professione. A questo scopo, è stato ideato questo Master con le ultime novità del settore, che ti permetteranno di specializzarti e di accrescere le tue competenze in questo ambito.



“

Impara da professionisti di riferimento le ultime novità in Nutrizione Sportiva per Infermieristica”

Direzione



Dott. Pérez Ayala, Enrique

- ♦ Responsabile del Dipartimento di Medicina dello Sport presso Policlínica Gipuzkoa
- ♦ Laurea in Medicina presso l'Università Autonoma di Barcellona
- ♦ Specialista in Medicina dello Sport e Scienze Motorie
- ♦ Membro onorario dell'AEMEF
- ♦ È stato responsabile del Dipartimento di Medicina dello Sport presso la Real Sociedad de Fútbol

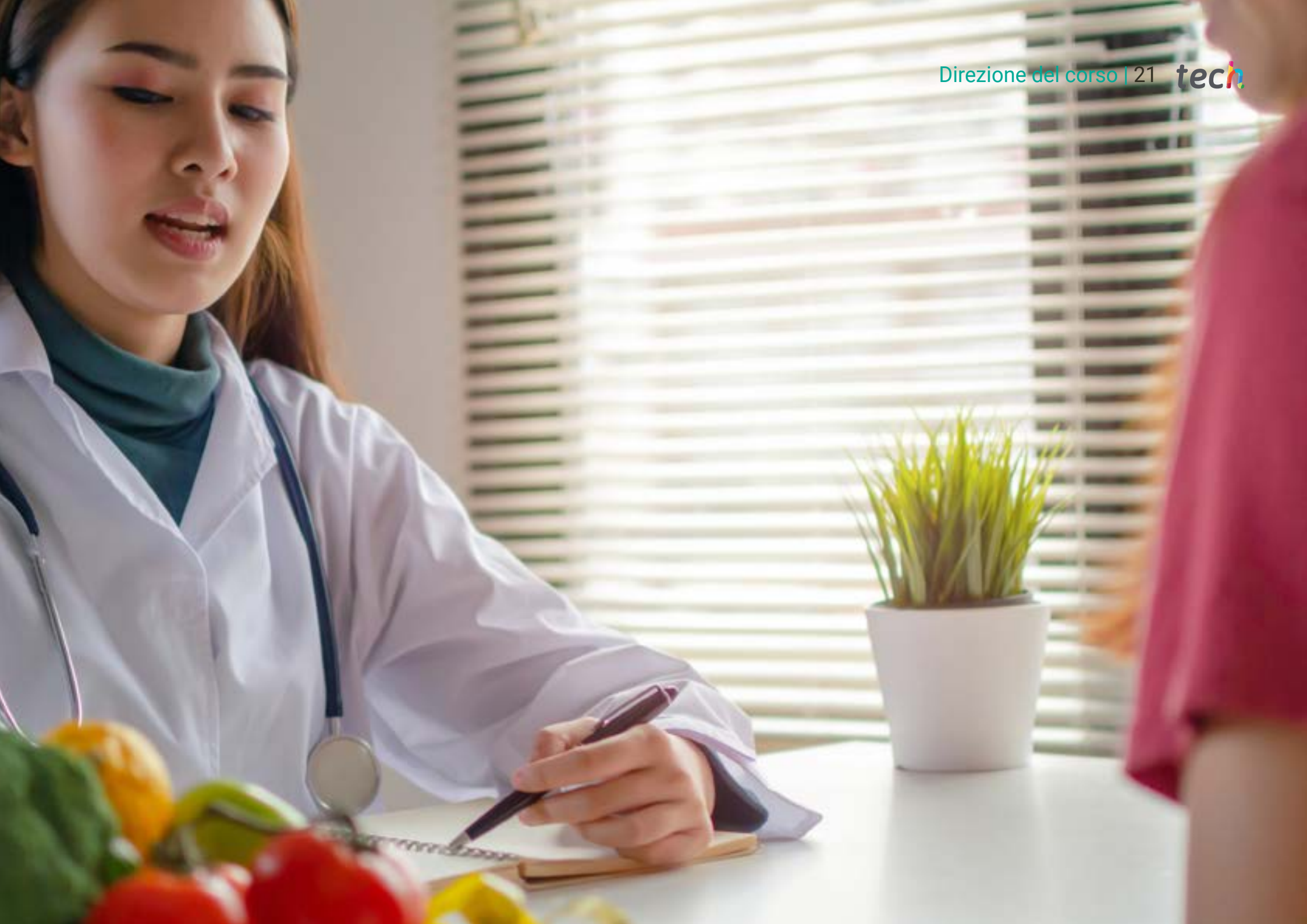
Personale docente

Dott.ssa Aldalur Mancisidor, Ane

- ♦ Esperto in Disturbi Alimentari e Nutrizione Sportiva
- ♦ Membro dello studio di dietetica e del Sistema Sanitario dei Paesi Baschi
- ♦ Laurea in Infermieristica
- ♦ Laurea Specialistica in Dietetica

Dott.ssa Urbeltz, Uxue

- ♦ Dietista presso la Policlinica Gipuzkoa
- ♦ Istruttrice BPX, Ente sportivo di San Sebastian
- ♦ Laurea Specialistica in Dietetica e Nutrizione



05

Struttura e contenuti

La struttura dei contenuti è stata ideata da un team di professionisti consapevoli dell'importanza di una preparazione e un aggiornamento costanti al momento di svolgere il proprio lavoro e che si impegnano a impartire un insegnamento di qualità basato sulle nuove tecnologie educative.



“

Abbiamo preparato il programma scientifico più completo e aggiornato del mercato e lo mettiamo a tua disposizione per aiutarti a fare carriera”

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 simbiotici
 - 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 immune
- 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. Fabbisogno energetico
 - 3.1.2. Metodi di valutazione del consumo energetico
- 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. Analisi del livello di assunzione
 - 3.3.1. Metodi di analisi dell'assunzione di alimenti e nutrienti
 - 3.3.2. Metodi diretti e indiretti
- 3.4. Aggiornarsi sui bisogni nutrizionali e sulle assunzioni raccomandate
- 3.5. Alimentazione nell'adulto sano. Obiettivi e linee guida. Dieta mediterranea
- 3.6. Alimentazione durante la 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 di chi fa attività sportiva
- 4.5. Valutazione della capacità fisica di chi fa attività sportiva
- 4.6. La nutrizione nelle diverse fasi della pratica sportiva
 - 4.6.1. Pre-gara
 - 4.6.2. Durante la gara
 - 4.6.3. Post-gara
- 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
 - 4.9.1. Raccomandazioni AMA

- 4.10. La nutrizione durante il recupero dagli infortuni
- 4.11. Disturbi psicologici legati alla pratica sportiva
 - 4.11.1. Disturbi alimentari: vigoressia, ortoressia, anoressia
 - 4.11.2. Affaticamento da sovraccarico
 - 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 fosfagene
 - 5.6.1. Percorsi metabolici per la risintesi 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 amminoacidi
- 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. Vegetarismo e veganismo

- 6.1. Vegetarismo e veganismo nella storia dello sport
 - 6.1.1. Il principio del veganismo nello sport
 - 6.1.2. Atleti vegetariani oggi
- 6.2. Diversi tipi di alimentazione vegetariana
 - 6.2.1. Sportivo vegano
 - 6.2.2. Sportivo vegetariano
- 6.3. Errori comuni dell'atleta vegano
 - 6.3.1. Bilancio energetico
 - 6.3.2. Assunzione di proteine
- 6.4. Vitamina B12
 - 6.4.1. Supplemento di B12
 - 6.4.2. Biodisponibilità dell'alga spirulina
- 6.5. Fonti proteiche nelle diete vegane/vegetariane
 - 6.5.1. Qualità delle proteine
 - 6.5.2. Sostenibilità ambientale
- 6.6. Altri nutrienti chiave nei vegani
 - 6.6.1. Conversione di ALA in EPA/DHA
 - 6.6.2. Fe, Ca, Vit-D e Zn
- 6.7. Valutazione biochimica/carenze nutrizionali
 - 6.7.1. Anemia
 - 6.7.2. Sarcopenia
- 6.8. Diete vegane e onnivore
 - 6.8.1. Alimentazione evolutiva
 - 6.8.2. Alimentazione attuale

- 6.9. Aiuti ergogenici
 - 6.9.1. Creatina
 - 6.9.2. Proteina
- 6.10. Fattori che diminuiscono l'assorbimento dei nutrienti
 - 6.10.1. Alta assunzione di fibre
 - 6.10.2. Ossalati

Modulo 7. Differenti fasi o popolazioni specifiche

- 7.1. Nutrizione nelle donne sportive
 - 7.1.1. Fattori limitanti
 - 7.1.2. Requisiti
- 7.2. Ciclo mestruale
 - 7.2.1. Fase luteale
 - 7.2.2. Fase follicolare
- 7.3. Triade
 - 7.3.1. Amenorrea
 - 7.3.2. Osteoporosi
- 7.4. Nutrizione nelle donne sportive in gravidanza
 - 7.4.1. Requisiti energetici
 - 7.4.2. Micronutrienti
- 7.5. Effetti dell'esercizio fisico sul bambino atleta
 - 7.5.1. Allenamento di forza
 - 7.5.2. Allenamento di resistenza
- 7.6. Educazione nutrizionale per il bambino atleta
 - 7.6.1. Zucchero
 - 7.6.2. TCA
- 7.7. Requisiti nutrizionali per il bambino atleta
 - 7.7.1. Carboidrati
 - 7.7.2. Proteine
- 7.8. Cambiamenti associati all'invecchiamento
 - 7.8.1. % di grasso corporeo
 - 7.8.2. Massa muscolare



- 7.9. Principali problemi dell'atleta anziano
 - 7.9.1. Articolazioni
 - 7.9.2. Salute cardiovascolare
- 7.10. Integrazione interessante per gli atleti anziani
 - 7.10.1. Whey protein
 - 7.10.2. Creatina

Modulo 8. Alimentazione per la riabilitazione e il recupero funzionale

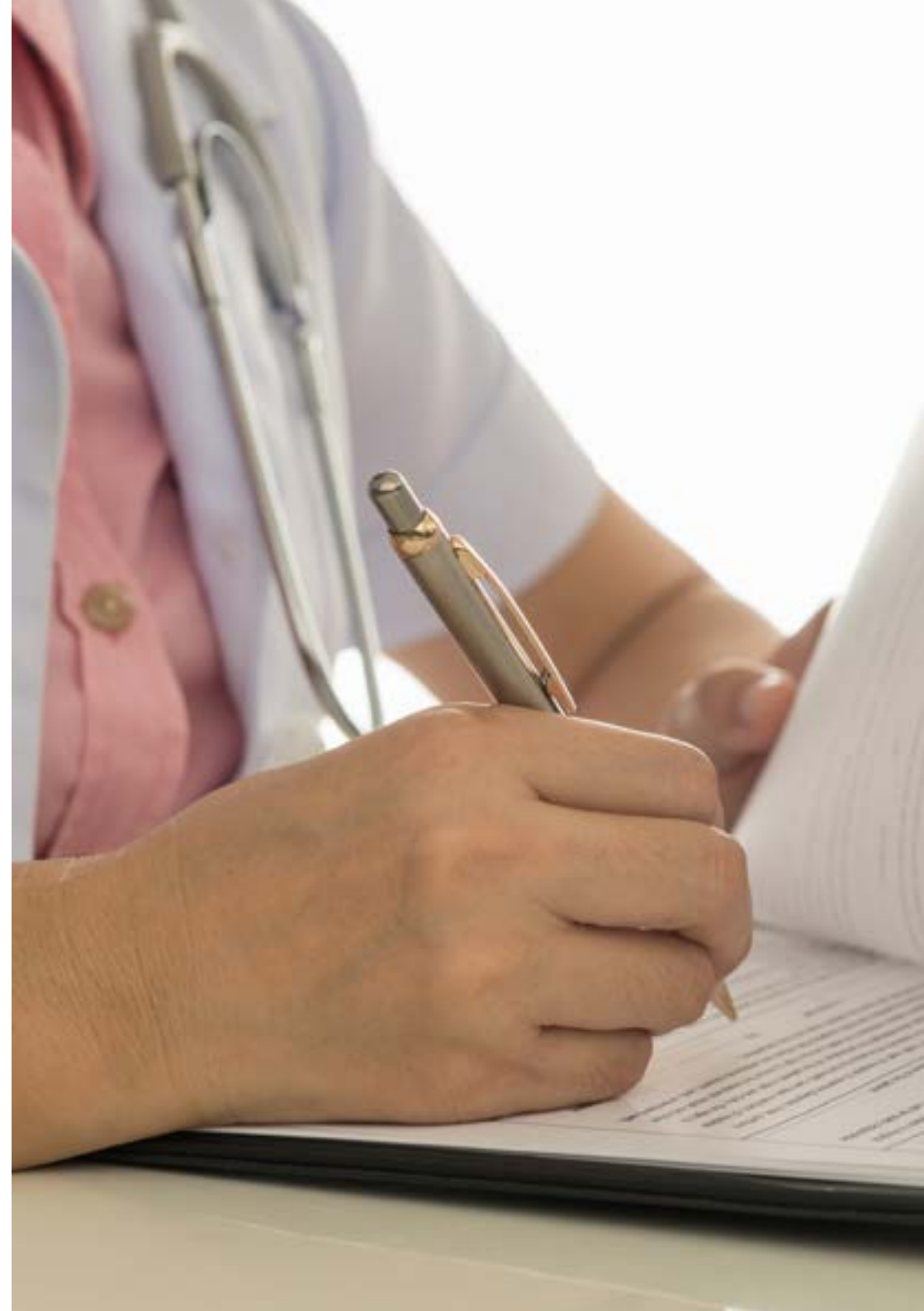
- 8.1. Alimentazione integrale come elemento chiave nella prevenzione e nel recupero delle lesioni
- 8.2. Carboidrati
- 8.3. Proteine
- 8.4. Grassi
 - 8.4.1. Saturi
 - 8.4.2. Insaturi
 - 8.4.2.1. Monoinsaturi
 - 8.4.2.2. Polinsaturi
- 8.5. Vitamine
 - 8.5.1. Idrosolubili
 - 8.5.2. Liposolubili
- 8.6. Minerali
 - 8.6.1. Macrominerali
 - 8.6.2. Microminerali
- 8.7. Fibra
- 8.8. Acqua
- 8.9. Fitochimica
 - 8.9.1. Fenoli
 - 8.9.2. Tioli
 - 8.9.3. Terpeni
- 8.10. Integratori alimentari per la prevenzione e il recupero funzionale

Modulo 9. Dieta, salute e prevenzione di malattie: Problemi attuali e Raccomandazioni per la popolazione generale

- 9.1. Abitudini alimentari nella popolazione odierna e rischi per la salute
- 9.2. Dieta mediterranea e sostenibile
 - 9.2.1. Modello di alimentazione consigliato
- 9.3. Confronto dei modelli alimentari o "diete"
- 9.4. Nutrizione nei vegetariani
- 9.5. Infanzia e adolescenza
 - 9.5.1. Alimentazione, crescita e sviluppo
- 9.6. Adulti
 - 9.6.1. Alimentazione per una migliore qualità di vita
 - 9.6.2. Prevenzione
 - 9.6.3. Trattamento della malattia
- 9.7. Raccomandazioni in gravidanza e durante l'allattamento
- 9.8. Raccomandazioni in menopausa
- 9.9. Maggiore età
 - 9.9.1. La nutrizione nell'invecchiamento
 - 9.9.2. Cambiamenti nella composizione corporea
 - 9.9.3. Alterazioni
 - 9.9.4. Malnutrizione
- 9.10. Nutrizione sportiva

Modulo 10. Valutazione dello stato nutrizionale e calcolo di piani nutrizionali personalizzati, raccomandazioni e follow-up

- 10.1. Storia clinica e contesto
 - 10.1.1. Variabili individuali che influenzano la risposta del piano nutrizionale
- 10.2. Antropometria e composizione corporea
- 10.3. Valutazione delle abitudini alimentari
 - 10.3.1. Valutazione nutrizionale del consumo di cibo
- 10.4. Equipe interdisciplinare e circuiti terapeutici





- 10.5. Calcolo dell'apporto energetico
- 10.6. Calcolo delle assunzioni di macro e micronutrienti raccomandate
- 10.7. Quantità e frequenza di consumo degli alimenti raccomandate
 - 10.7.1. Modelli alimentari
 - 10.7.2. Pianificazione
 - 10.7.3. Distribuzione delle assunzioni giornaliere
- 10.8. Modelli di pianificazione alimentare
 - 10.8.1. Menù settimanali
 - 10.8.2. Assunzione giornaliera
 - 10.8.3. Metodologia per scambi alimentari
- 10.9. Nutrizione in ospedale
 - 10.9.1. Modelli alimentari
 - 10.9.2. Algoritmi decisionali
- 10.10. Istruzione
 - 10.10.1. Aspetti psicologici
 - 10.10.2. Mantenimento delle abitudini alimentari
 - 10.10.3. Raccomandazioni al momento delle dimissioni



Un percorso di studio e crescita professionale che ti proietterà verso una maggiore competitività nel mercato del lavoro"

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 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.

I 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

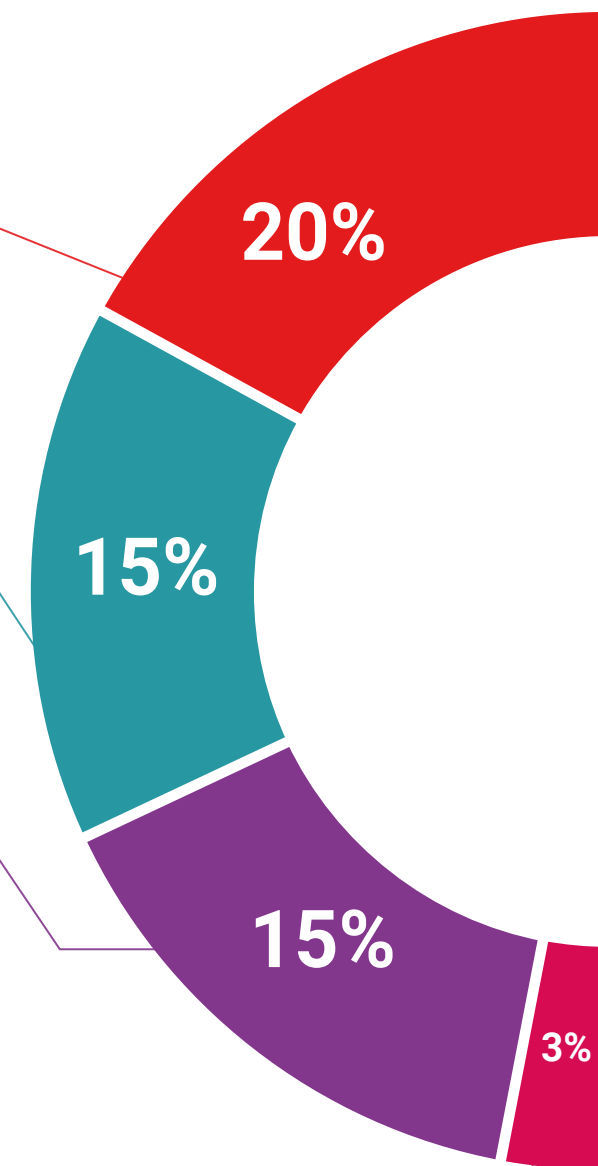
Il team di TECH presenta i contenuti in modo accattivante e dinamico in pillole multimediali che includono audio, video, immagini, diagrammi e mappe concettuali per consolidare la conoscenza.

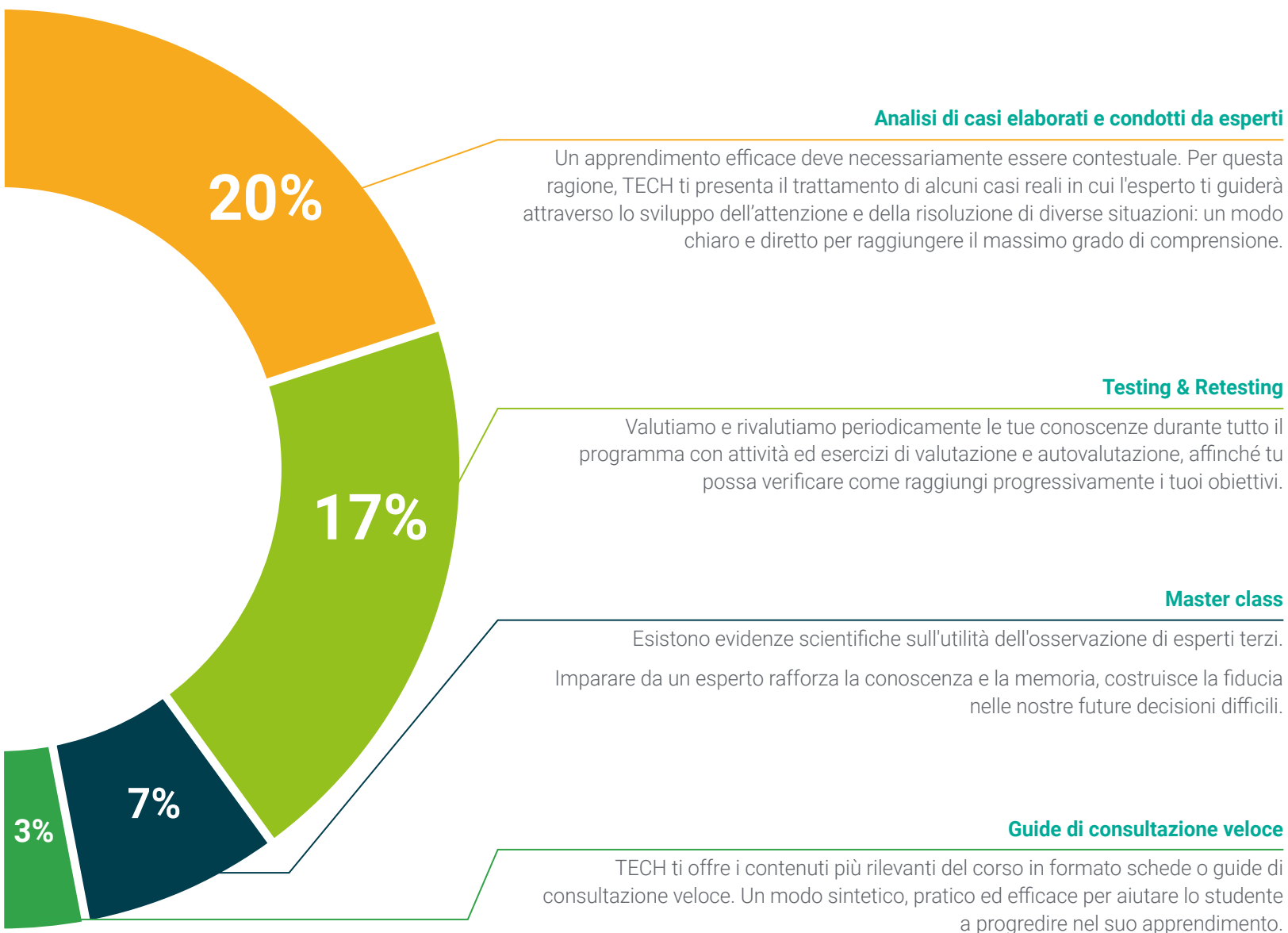
Questo esclusivo sistema di specializzazione per la presentazione di contenuti multimediali è stato premiato da Microsoft come "Caso di successo in Europa".



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.





07 Titolo

Il Master Specialistico in Aggiornamento di Urologia ti garantisce, oltre alla preparazione più rigorosa e aggiornata, l'accesso a una qualifica di Master rilasciata da TECH Global University.



“

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

Questo programma ti consentirà di ottenere il titolo di studio privato di **Master in Nutrizione Sportiva 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: **Master in Nutrizione Sportiva in Infermieristica**

Modalità: **online**

Durata: **12 mesi**

Accreditamento: **60 crediti ECTS**

Approvato dall'NBA





Mr./Ms. _____ with identification document _____
has successfully passed and obtained the title of:

Master in Nutrizione Sportiva in Infermieristica

This is a private qualification of 1,800 hours of duration equivalent to 60 ECTS, with a start date of dd/mm/yyyy and an end date of dd/mm/yyyy.

TECH Global University is a university officially recognized by the Government of Andorra on the 31st of January of 2024, which belongs to the European Higher Education Area (EHEA).

In Andorra la Vella, on the 28th of February of 2024



Dr. Pedro Navarro Illana
Dean

This qualification must always be accompanied by the university degree issued by the competent authority to practice professionally in each country. Unique TECH Code: AFWOR0235 techinstitute.com/certificates

Master in Nutrizione Sportiva in Infermieristica

Tipo di insegnamento	Ore
Obbligatorio (OB)	1.500
Opzionale (OP)	0
Tirocinio Esterno (TE)	0
Tesi di Master (TM)	0
Totale	1.500

Distribuzione generale del Programma

Corso	Insegnamento	Ore	Codice
1ª	Nuovi progressi in alimentazione	150	OB
1ª	Tendenze attuali in nutrizione	150	OB
1ª	Valutazione dello stato nutrizionale e della dieta. Attuazione nella pratica	150	OB
1ª	Alimentazione nell'attività sportiva	150	OB
1ª	Fisiologia muscolare e metabolica legata all'esercizio fisico	150	OB
1ª	Vegetarismo e veganismo	150	OB
1ª	Differenti fasi o popolazioni specifiche	150	OB
1ª	Alimentazione per la riabilitazione e il recupero funzionale	150	OB
1ª	Dieta, salute e prevenzione di malattie: Problemi attuali e Raccomandazioni per la popolazione generale	150	OB
1ª	Valutazione dello stato nutrizionale e calcolo di piani nutrizionali personalizzati, raccomandazioni e follow-up	150	OB



Dr. Pedro Navarro Illana
Rector



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



Master

Nutrizione Sportiva
per Infermieristica

- » Modalità: online
- » Durata: 12 mesi
- » Titolo: TECH Global University
- » Orario: a scelta
- » Esami: online

Master

Nutrizione Sportiva per Infermieristica

Approvato dall'NBA

