

Advanced Master

Nutrição Esportiva Integral

Reconhecido pela NBA



tech universidade
tecnológica



Advanced Master Nutrição Esportiva Integral

- » Modalidade: online
- » Duração: 2 anos
- » Certificado: TECH Universidade Tecnológica
- » Dedicção: 16h/semana
- » Horário: no seu próprio ritmo
- » Provas: online

Acesso ao site: www.techtute.com/br/medicina/advanced-master/advanced-master-nutricao-esportiva-integral

Índice

01

Apresentação

pág. 4

02

Objetivos

pág. 8

03

Competências

pág. 14

04

Direção do curso

pág. 18

05

Estrutura e conteúdo

pág. 24

06

Metodologia

pág. 34

07

Certificado

pág. 42

01

Apresentação

Uma dieta adequada é essencial no âmbito esportivo, uma vez que os alimentos fornecem os nutrientes necessários não só para a energia, mas também para a reparação do tecido muscular. Por isso, os médicos especializados no tratamento de esportistas devem possuir uma vasta capacitação neste domínio, que será essencial para complementar outros tipos de tratamento. Neste contexto, a TECH desenvolveu um programa acadêmico de qualidade, graças ao qual os médicos poderão desenvolver as competências necessárias para oferecer a orientação nutricional exigida pelos pacientes e que deve ser adaptada ao seu nível físico, à intensidade do exercício e até mesmo às características específicas de certas populações especiais, que também introduziram a prática do esporte como parte de sua rotina.





“

A orientação nutricional é fundamental no âmbito dos esportes, pois uma alimentação adequada pode ajudar a melhorar o desempenho físico”

Os esportistas de elite realizam um grande esforço físico nas suas atividades diárias, por isso é normal que sofram certas lesões que requerem atenção médica. No entanto, atualmente, a popularização do exercício físico fez com que muitas pessoas incorporassem o esporte nas suas tarefas diárias, alcançando um nível de esforço a que não estão acostumadas e que, por isso, pode também implicar algum risco físico. Por isso, a especialização em nutrição esportiva vai além do conhecimento dos médicos do esporte e deve ser vista como um complemento essencial para qualquer profissional da saúde que, na sua prática regular, possa encontrar pacientes que, de maneira preventiva ou devido a uma lesão, necessitem de orientação neste domínio.

Esta situação levou a que um número crescente de profissionais da saúde buscasse programas de elevada qualidade para melhorar as suas competências no domínio da orientação nutricional, o que lhes permitirá oferecer tratamentos mais abrangentes, facilitando o seu nível de recuperação. Neste sentido, a TECH decidiu investir neste campo, criando este Advanced Master em Nutrição Esportiva Integral, um programa desenvolvido por uma equipe altamente qualificada de professores, que integra os mais recentes conceitos em nutrição e esporte.

Especificamente, o programa de estudos oferece uma visão geral da nutrição esportiva, ao mesmo tempo em que se concentra nos aspectos mais importantes e inovadores: treinamento invisível ou dieta apropriada para os atletas, e nutrição antes, durante e depois do exercício. Além disso, inclui informações relacionados a profissionais com diferentes situações pessoais e diferentes atividades esportivas, especificando em cada caso as melhores recomendações dietéticas, para que o médico tenha um conhecimento completo que lhe permita se adaptar a cada indivíduo durante o desenvolvimento de sua prática diária.

Desta forma, este Advanced Master será um ferramenta de estudo indispensável para todos os médicos que desejem adquirir as qualificações necessárias para trabalhar com segurança neste domínio.

Este **Advanced Master em Nutrição Esportiva Integral** conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado. Suas principais características são:

- A mais recente tecnologia em software e-learning
- Sistema de ensino extremamente visual, apoiado por conteúdos gráficos e esquemáticos de fácil assimilação e compreensão
- O desenvolvimento de estudos de caso apresentados por especialistas em prática
- Sistemas de vídeo interativo de última geração
- Ensino com apoio da prática online
- Sistemas de atualização e requalificação contínua
- Aprendizagem autorregulada: total compatibilidade com outras ocupações
- Exercícios práticos autoavaliação e verificação da aprendizagem
- Grupos de apoio e sinergias educacionais: perguntas aos especialistas, fóruns de discussão e conhecimento
- Comunicação com o professor e trabalho de reflexão individual
- Disponibilidade de acesso a todo o conteúdo a partir de qualquer dispositivo, fixo ou portátil, com conexão à Internet
- Banco de documentação complementar disponível permanentemente, inclusive após terminar o programa



Os médicos do esporte encontrarão neste programa uma oportunidade única para se aperfeiçoarem no domínio da orientação nutricional"

“

Torne-se um especialista em orientação nutricional e ofereça uma atenção mais personalizada aos esportistas que chegam ao consultório médico"

O corpo docente do programa é formado por profissionais atuantes no mercado. Desta forma, a TECH poderá alcançar o objetivo proposto de uma atualização acadêmica. Uma equipe multidisciplinar de profissionais especializados em diferentes áreas, que desenvolverão a teoria de maneira eficiente, além de aplicarem os conhecimentos práticos decorrentes de sua própria experiência.

Este domínio do assunto é complementado pela eficácia do projeto metodológico deste Advanced Master. Assim, desenvolvido por uma equipe multidisciplinar de especialistas em e-learning, integra os últimos avanços da tecnologia educacional, o que permite estudar com uma variedade de ferramentas multimídia confortáveis e versáteis que darão aos estudantes a operabilidade necessária em sua capacitação.

Este programa se concentra na Aprendizagem Baseada em Problemas, uma abordagem que considera a aprendizagem como um processo extremamente prático. Para conseguir isto remotamente, TECH utiliza estudos de prática online. Com a ajuda de um sistema inovador de vídeo interativo e aprendendo com um especialista, os estudantes poderão adquirir o conhecimento como se estivessem lidando com o cenário que estão aprendendo atualmente. Um conceito que lhe permitirá integrar e fixar a aprendizagem de uma forma mais realista e permanente.

Na TECH, você terá a possibilidade de utilizar uma metodologia didática inovadora que será fundamental para facilitar a aprendizagem.

Matricule-se neste Advanced Master e obtenha acesso ilimitado a todos os recursos do programa.



02 Objetivos

Este Advanced Master em Nutrição Esportiva Integral da TECH tem como objetivo melhorar as competências dos profissionais médicos para que, quando estiverem trabalhando com atletas de alto nível, sejam capazes de orientá-los em questões nutricionais com o máximo rigor e segurança. Deste modo, a aplicação deste programa proporcionará benefícios significativos não só para a capacitação dos médicos, mas também para a saúde dos esportistas que tratam.





“

Aprofunde-se no estudo deste Advanced Master completo e aprimore suas habilidades na orientação nutricional a esportistas”



Objetivos gerais

- ♦ Atualizar os conhecimentos do profissional sobre as novas tendências em nutrição humana
- ♦ Promover estratégias de trabalho baseadas no conhecimento prático das novas tendências em nutrição e sua aplicação aos atletas
- ♦ Favorecer a aquisição de habilidades e competências técnicas, através de um poderoso sistema audiovisual e a possibilidade de se desenvolver através de oficinas de simulação online e/ou capacitação específica
- ♦ Incentivar o estímulo profissional através da educação e pesquisa contínuas
- ♦ Capacitar para a pesquisa em pacientes com problemas nutricionais
- ♦ Dominar conhecimentos avançados sobre planejamento nutricional em atletas profissionais e não profissionais para o desempenho saudável do exercício físico
- ♦ Gerenciar conhecimentos avançados de planejamento nutricional para atletas profissionais de diferentes modalidades a fim de atingir o máximo desempenho esportivo
- ♦ Gerenciar conhecimentos avançados de planejamento nutricional para atletas profissionais em modalidades de equipes, a fim de atingir o máximo desempenho esportivo
- ♦ Gerenciar e consolidar a iniciativa e o espírito empreendedor para estabelecer projetos relacionados à nutrição na atividade física e no esporte
- ♦ Saber incorporar os diferentes avanços científicos em seu próprio campo profissional
- ♦ Obter a capacidade de trabalhar em um ambiente multidisciplinar
- ♦ Compreensão avançada do contexto no qual a área de sua especialidade se encontra
- ♦ Gerenciar habilidades avançadas para detectar os possíveis sinais de alteração nutricional associados à prática esportiva
- ♦ Gerenciar as habilidades necessárias através do processo de ensino-aprendizagem que lhes permitirá continuar se capacitando e aprendendo na área da nutrição esportiva, tanto através do contato estabelecido com professores e profissionais do programa de estudos, como de forma autônoma
- ♦ Especializar-se na estrutura do tecido muscular e suas implicações no esporte
- ♦ Compreender as necessidades energéticas e nutricionais dos atletas em diferentes situações fisiopatológicas
- ♦ Especializar-se nas necessidades energéticas e nutricionais dos atletas em diferentes situações específicas de idade e sexo
- ♦ Especializar-se em estratégias dietéticas para a prevenção e tratamento do atleta lesionado
- ♦ Especializar-se nas necessidades energéticas e nutricionais das crianças atletas
- ♦ Especializar-se nas necessidades energéticas e nutricionais dos atletas paraolímpicos



Uma experiência de capacitação única, fundamental e decisiva para impulsionar seu crescimento profissional"



Objetivos específicos

Bloco 1. Nutrição em Atividade Física e Esporte

- ♦ Analisar os diferentes métodos de avaliação do estado nutricional
- ♦ Interpretar e integrar dados antropométricos, clínicos, bioquímicos, hematológicos, imunológicos e farmacológicos na avaliação nutricional do paciente e em seu tratamento dietético-nutricional
- ♦ Detectar e avaliar precocemente os desvios quantitativos e qualitativos do equilíbrio nutricional devido a excessos ou deficiências
- ♦ Descrever a composição e o uso de novos alimentos
- ♦ Explicar as diferentes técnicas e produtos de apoio nutricional básico e avançado relacionados à nutrição esportiva
- ♦ Definir o uso correto de recursos ergogênicos
- ♦ Identificar os transtornos psicológicos relacionados ao esporte e à nutrição

Bloco 2. Nutrição de Populações Especiais em Atividade Física e no Esporte

- ♦ Conhecer detalhadamente a estrutura do músculo esquelético
- ♦ Aprofundar-se no funcionamento do músculo esquelético
- ♦ Aprofundar as adaptações mais importantes que ocorrem nos atletas
- ♦ Aprofundar os mecanismos de produção de energia em base no tipo de exercício realizado
- ♦ Aprofundar o conhecimento sobre a integração dos diferentes sistemas de energia que compõem o metabolismo energético muscular
- ♦ Interpretar a bioquímica para detectar déficits nutricionais ou estados de excesso de treinamento

- ♦ Interpretar os diferentes métodos de composição corporal, para otimizar o peso e a porcentagem de gordura adequados ao esporte que pratica
- ♦ Monitorar o atleta ao longo da temporada
- ♦ Planejar períodos de temporada de acordo com suas necessidades
- ♦ Aprofundar as características mais importantes dos principais esportes aquáticos
- ♦ Compreender as demandas e exigências envolvidas na atividade esportiva no meio aquático
- ♦ Diferenciar as necessidades nutricionais de diferentes esportes aquáticos
- ♦ Diferenciar as principais restrições de desempenho causadas pelo clima
- ♦ Desenvolver um plano de aclimação de acordo com a situação em questão
- ♦ Aprofundar as adaptações fisiológicas devido à altitude
- ♦ Estabelecer diretrizes de hidratação individual corretas de acordo com o clima
- ♦ Diferenciar os diferentes tipos de atletas vegetarianos
- ♦ Compreender detalhadamente os principais erros cometidos
- ♦ Abordar as deficiências nutricionais significativas apresentadas pelos atletas
- ♦ Gerenciar habilidades para preparar o atleta com as melhores ferramentas para combinar alimentos
- ♦ Estabelecer o mecanismo fisiológico e bioquímico do diabetes tanto em repouso como durante o exercício
- ♦ Aprofundar o conhecimento sobre como funcionam os diferentes insulínicos ou medicamentos utilizados pelas pessoas com diabetes
- ♦ Avaliar as necessidades nutricionais de pessoas com diabetes, tanto na vida diária quanto no exercício, para melhorar sua saúde
- ♦ Aprofundar os conhecimentos necessários para poder planejar a alimentação de atletas de diferentes modalidades com diabetes, a fim de melhorar sua saúde e desempenho





- ♦ Estabelecer o estado atual das evidências sobre auxílios ergogênicos em pessoas com diabetes
- ♦ Aprofundar as diferenças entre as distintas categorias de paratleta e suas limitações fisiológico-metabólicas
- ♦ Determinar as necessidades nutricionais dos diferentes paratletas, a fim de estabelecer um plano nutricional preciso
- ♦ Aprofundar os conhecimentos necessários para estabelecer interações entre a ingestão de fármacos nestes atletas e nutrientes, a fim de evitar déficits
- ♦ Compreender a composição corporal dos paratletas em diferentes modalidades esportivas
- ♦ Aplicar as atuais evidências científicas sobre as recursos nutricionais ergogênicos
- ♦ Estabelecer as diferentes características e necessidades dentro dos esportes por categoria de peso
- ♦ Compreender a fundo as estratégias nutricionais na preparação do atleta para a competição
- ♦ Otimizar a melhoria da composição corporal através de uma abordagem nutricional
- ♦ Explicar as características fisiológicas particulares a serem levadas em conta na abordagem nutricional dos diferentes grupos
- ♦ Compreender em profundidade os fatores externos e internos que influenciam a abordagem nutricional desses grupos
- ♦ Determinar as diferentes fases da lesão
- ♦ Auxiliar na prevenção de lesões
- ♦ Melhorar o prognóstico da lesão
- ♦ Estabelecer uma estratégia nutricional de acordo com as novas necessidades nutricionais que surgem durante o período de lesão

03

Competências

Após a conclusão deste Advanced Master em Nutrição Esportiva Integral, os médicos terão adquirido as competências necessárias para atender com segurança os pacientes esportistas que procuram a clínica e que, como parte de seu tratamento, precisam melhorar a rotina de alimentação para garantir que sua comida lhes forneça os nutrientes necessários para melhorar seu desempenho físico. Desta forma, os especialistas proporcionarão uma qualidade adicional à sua prática profissional.



fruits
vegetables

15%
grain group
bread

“

Este programa lhe permitirá adquirir os conhecimentos necessários para prescrever dietas adaptadas às necessidades dos esportistas que se apresentam na clínica”

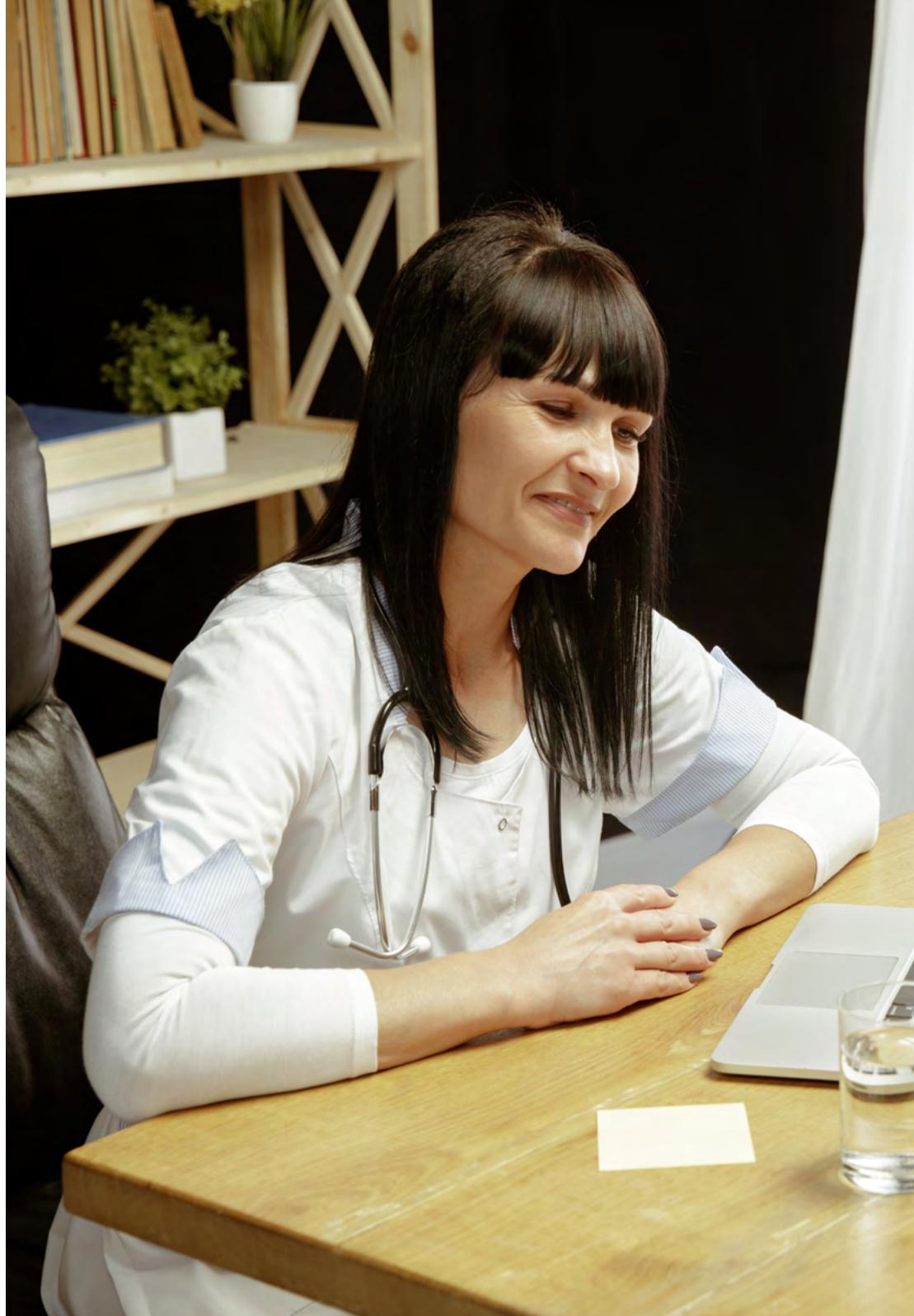


Competências gerais

- ♦ Aplicar em seus pacientes as novas tendências em nutrição na atividade física e no esporte
- ♦ Aplicar as novas correntes em nutrição de acordo com as características do adulto
- ♦ Investigar os problemas nutricionais de seus pacientes

“

Amplie a sua capacitação no domínio da nutrição esportiva e ofereça as melhores orientações aos seus pacientes”





Competências específicas

Bloco 1. Nutrição na Atividade Física e Esporte

- ♦ Avaliar o estado nutricional do atleta
- ♦ Identificar os problemas nutricionais dos usuários e aplicar os tratamentos e dietas mais precisos em cada caso
- ♦ Conhecer as composições dos alimentos, identificar suas funções e adicioná-las às dietas
- ♦ Buscar ajuda para os pacientes com transtornos psicológicos relacionados ao esporte e à nutrição
- ♦ Estar atualizado sobre segurança alimentar e conhecer os possíveis perigos dos alimentos
- ♦ Identificar os benefícios da dieta mediterrânea
- ♦ Identificar as necessidades energéticas dos atletas e fornecer-lhes dietas apropriadas

Bloco 2. Nutrição de Populações Especiais em Atividade Física e no Esporte

- ♦ Gerenciar e consolidar a iniciativa e o espírito empreendedor para estabelecer projetos relacionados à nutrição na atividade física e no esporte
- ♦ Gerenciar habilidades avançadas para detectar os possíveis sinais de alteração nutricional associados à prática esportiva
- ♦ Especializar-se na estrutura do tecido muscular e suas implicações no esporte
- ♦ Compreender as necessidades energéticas e nutricionais dos atletas em diferentes situações fisiopatológicas
- ♦ Especializar-se nas necessidades energéticas e nutricionais das crianças atletas
- ♦ Especializar-se nas necessidades energéticas e nutricionais dos atletas paraolímpicos



04

Direção do curso

A TECH oferece aos alunos o melhor e mais completo programa de nutrição esportiva do mercado, que foi desenvolvido por uma equipe de professores altamente experientes. Estes professores, conscientes da necessidade de uma especialização de qualidade dos profissionais de saúde nesta área, uniram esforços para melhorar a capacitação dos médicos através de um programa completamente atualizado e com a possibilidade de realizar uma multiplicidade de casos práticos cuidadosamente preparados para mostrar, em primeira mão, as principais situações que podem ser encontradas nas suas consultas.





“

O corpo docente deste programa conta com uma ampla experiência no setor”

Diretor Internacional Convidado

Jamie Meeks demonstrou ao longo de sua trajetória profissional sua dedicação à Nutrição Esportiva. Após se graduar nesta especialidade na Universidade Estadual de Louisiana, destacou-se rapidamente. Seu talento e compromisso foram reconhecidos quando recebeu o prestigioso prêmio de Jovem Nutricionista do Ano pela Associação Dietética da Louisiana, um feito que marcou o início de uma carreira de sucesso.

Depois de concluir sua graduação, Jamie Meeks continuou sua educação na Universidade do Arkansas, onde completou suas práticas em Dietética. Em seguida, obteve um Mestrado em Cinesiologia com especialização em Fisiologia do Exercício pela Universidade Estadual de Louisiana. Sua paixão por ajudar os atletas a alcançar seu máximo potencial e seu incansável compromisso com a excelência a tornam uma figura destacada na comunidade esportiva e de nutrição.

Seu profundo conhecimento nesta área a levou a se tornar a primeira Diretora de Nutrição Esportiva na história do departamento atlético da Universidade Estadual de Louisiana. Lá, desenvolveu programas inovadores para atender às necessidades dietéticas dos atletas e educá-los sobre a importância de uma alimentação adequada para o desempenho ideal.

Posteriormente, ocupou o cargo de Diretora de Nutrição Esportiva no time New Orleans Saints da NFL. Nesta posição, dedica-se a garantir que os jogadores profissionais recebam a melhor atenção nutricional possível, trabalhando em estreita colaboração com treinadores, preparadores físicos e pessoal médico para otimizar o desempenho e a saúde individual.

Assim, Jamie Meeks é considerada uma verdadeira líder em seu campo, sendo membro ativo de várias associações profissionais e participando no avanço da Nutrição Esportiva a nível nacional. Neste sentido, é também integrante da Academia de Nutrição e Dietética e da Associação de Nutricionistas Esportivos Colegiados e Profissionais.



Sra. Meeks, Jamie

- Diretora de Nutrição Esportiva do New Orleans Saints da NFL, Louisiana, EUA
- Coordenadora de Nutrição Esportiva na Universidade Estadual de Louisiana
- Nutricionista registrada pela Academia de Nutrição e Dietética
- Especialista certificada em dietética esportiva
- Mestrado em Cinesiologia com especialização em Fisiologia do Exercício pela Universidade Estadual de Louisiana
- Graduada em Dietética pela Universidade Estadual de Louisiana
- Membro de: Associação Dietética da Louisiana, Associação de Nutricionistas Esportivos Colegiados e Profissionais, Grupo de Prática Dietética de Nutrição Esportiva Cardiovascular e de Bem-Estar

“

Graças à TECH, você poderá aprender com os melhores profissionais do mundo”

Direção



Dr. Javier Marhuenda Hernández

- ♦ Membro da Academia Espanhola de Nutrição Humana e Dietética
- ♦ Professor e pesquisador na UCAM
- ♦ Doutor em Nutrição
- ♦ Mestre em Nutrição Clínica
- ♦ Formado em Nutrição

Professores

Sr. Javier Martínez-Noguera

- ♦ Carreira profissional na área de Nutrição no Alto Desempenho Esportivo (futebol, tênis, atletismo, karatê, etc.) e de Pesquisa
- ♦ Consultas em vários centros esportivos e clínicas multidisciplinares em Múrcia e Alicante
- ♦ Atividade profissional com atletas de Alto Desempenho no Centro de Pesquisa em Alto Desempenho Esportivo (UCAM)
- ♦ Membro do grupo de pesquisa OPENRED-UCAM, no qual realizou toda a sua produção científica
- ♦ Colaborador da Rede Espanhola de Pesquisa em Ciclismo e Mulher

Sr. Raúl Arcusa Saura

- ♦ Nutricionista no C.D. Castellón
- ♦ Experiência em diferentes equipes de futebol na Comunidade Valenciana, bem como uma ampla experiência em consultas em clínicas presenciais
- ♦ Formado em Nutrição Humana e Dietética
- ♦ Mestre Oficial em Nutrição na Atividade Física e Esporte
- ♦ Antropometrista ISAK nível 1
- ♦ Doutorado no departamento de farmácia da UCAM, na linha de pesquisa de Nutrição e Estresse Oxidativo



Sr. Fernando Mata

- ◆ Assessor Científico do Departamento de Nutrição do Clube de Futebol de Cádiz
- ◆ Nutricionista para esportistas de elite
- ◆ Diretor Geral da NutriScience Espanha
- ◆ Professor em mestrados e programas de pós-graduação no âmbito nacional e internacional
- ◆ Formado em Dietética e Nutrição
- ◆ Mestrado em Nutrição Esportiva e Clínica
- ◆ Mestrado em Fisiologia Integrativa
- ◆ Certificado e membro da Sociedade Internacional de Nutrição Esportiva
- ◆ Autor de dois livros sobre nutrição esportiva e de mais de 50 artigos e capítulos de livros sobre o assunto

Sra. Marta Ramírez Munuera

- ◆ Experiência profissional, tanto no campo clínico quanto esportivo, onde trabalha com atletas em triatlo, atletismo, musculação, CrossFit, powerlifting entre outros, especializando-se em esportes de força
- ◆ Experiência como educadora e palestrante ministrando seminários, cursos, workshops e conferências sobre nutrição esportiva para dietistas-nutricionistas, estudantes de ciências da saúde e a população em geral, bem como treinamento contínuo em nutrição e esporte em congressos, cursos e conferências internacionais
- ◆ Formada em Nutrição Humana e Dietética
- ◆ Mestre Oficial em Nutrição na Atividade Física e Esporte
- ◆ Antropometrista ISAK nível 1,7

05

Estrutura e conteúdo

A estrutura do conteúdo deste Advanced Master em Nutrição Esportiva Integral foi desenvolvida para alcançar uma aprendizagem profunda e contextualizada sobre este campo de conhecimento que é fundamental no domínio médico. Por este motivo, o programa aprofunda todos os aspectos que o profissional da saúde deve conhecer para poder prescrever dietas adequadas ao exercício físico que o paciente pratica e às suas necessidades nutricionais, proporcionando-lhe uma atenção mais personalizada.



Diet plan

Breakfast

Lunch

Monday

Tuesday

“

Este programa permitirá compreender a importância de uma alimentação adequada para os esportistas”

Bloco 1. Nutrição em Atividade Física e Esporte

Módulo 1. Novos avanços em alimentação

- 1.1. Bases moleculares da nutrição
- 1.2. Atualização sobre a composição de alimentos
- 1.3. Tabelas de composição de alimentos e bancos de dados nutricionais
- 1.4. Fitoquímicos e compostos não nutricionais
- 1.5. Novos alimentos
 - 1.5.1. Nutrientes funcionais e compostos bioativos
 - 1.5.2. Probióticos, Prebióticos, Simbióticos
 - 1.5.3. Qualidade e design
- 1.6. Alimentos ecológicos
- 1.7. Alimentos transgênicos
- 1.8. A água como nutriente
- 1.9. Segurança alimentar
 - 1.9.1. Perigos físicos
 - 1.9.2. Perigos químicos
 - 1.9.3. Perigos microbiológicos
- 1.10. Nova rotulagem alimentos e informação ao consumidor
- 1.11. Fitoterapia aplicada às patologias nutricionais

Módulo 2. Tendências atuais em nutrição

- 2.1. Nutrigenética
- 2.2. Nutrigenômica
 - 2.2.1. Fundamentos
 - 2.2.2. Métodos
- 2.3. Imunonutrição
 - 2.3.1. Interações nutrição-imunidade
 - 2.3.2. Antioxidantes e função imunológica
- 2.4. Regulamentação fisiológica da alimentação Apetite e saciedade
- 2.5. Psicologia e alimentação
- 2.6. Nutrição e sono
- 2.7. Atualização sobre requisitos nutricionais e ingestão recomendada
- 2.8. Novas evidências sobre a dieta mediterrânea

Módulo 3. Avaliação do estado nutricional e da dieta Aplicação na prática

- 3.1. Bioenergética e nutrição
 - 3.1.1. Necessidades energéticas
 - 3.1.2. Métodos de avaliação do gasto de energia
- 3.2. Avaliação do estado nutricional
 - 3.2.1. Análise da composição corporal
 - 3.2.2. Diagnóstico clínico Sintomas e sinais
 - 3.2.3. Métodos bioquímicos, hematológicos e imunológicos
- 3.3. Avaliação da ingestão
 - 3.3.1. Métodos de análise da ingestão de alimentos e nutrientes
 - 3.3.2. Métodos diretos e indiretos
- 3.4. Atualização sobre requisitos nutricionais e as doses recomendadas
- 3.5. Alimentação do adulto saudável Objetivos e diretrizes Dieta Mediterrânea
- 3.6. Alimentação na menopausa
- 3.7. Nutrição do idoso

Módulo 4. Nutrição esportiva

- 4.1. Fisiologia do exercício
- 4.2. Adaptação fisiológica aos diferentes tipos de exercícios
- 4.3. Adaptação metabólica ao exercício Regulamentação e controle
- 4.4. Avaliação das necessidades energéticas e do estado nutricional do atleta
- 4.5. Avaliação da capacidade física do atleta
- 4.6. Alimentação nas diferentes fases da prática esportiva
 - 4.6.1. Pré-competição
 - 4.6.2. Durante
 - 4.6.3. Pós-competição
- 4.7. Hidratação
 - 4.7.1. Regulação e necessidades
 - 4.7.2. Tipos de bebidas
- 4.8. Planejamento dietético adaptado às modalidades esportivas
- 4.9. Nutrição na recuperação de lesões esportivas



- 4.10. Distúrbios psicológicos relacionados à prática esportiva
 - 4.10.1. Distúrbios alimentares: vigorexia, ortorexia, anorexia
 - 4.10.2. Fadiga por supertreinamento
 - 4.10.3. A tríade da atleta mulher
- 4.11. O papel do treinador no desempenho esportivo

Bloco 2. Nutrição de Populações Especiais em Atividade Física e no Esporte

Módulo 5. Fisiologia muscular e metabólica relacionada ao exercício

- 5.1. Adaptações cardiovasculares relacionadas com o exercício
 - 5.1.1. Aumento do volume sistólico
 - 5.1.2. Diminuição da frequência cardíaca
- 5.2. Adaptações ventilatórias relacionadas com o exercício
 - 5.2.1. Mudanças no volume ventilatório
 - 5.2.2. Mudanças no consumo de oxigênio
- 5.3. Adaptações Hormonais relacionadas com o exercício
 - 5.3.1. Cortisol
 - 5.3.2. Testosterona
- 5.4. Estrutura muscular e tipos de fibras musculares
 - 5.4.1. A fibra muscular
 - 5.4.2. Fibras musculares tipo I
 - 5.4.3. Fibras musculares tipo II
- 5.5. Conceito de limiar láctico
- 5.6. ATP e o metabolismo do fosfagênio
 - 5.6.1. Caminhos metabólicos para a ressíntese do ATP durante o exercício
 - 5.6.2. Metabolismo do fosfagênio
- 5.7. Metabolismo dos carboidratos
 - 5.7.1. Mobilização de carboidratos durante o exercício
 - 5.7.2. Tipos de glicólise
- 5.8. Metabolismo dos lipídios
 - 5.8.1. Lipólise
 - 5.8.2. Oxidação de gordura durante o exercício
 - 5.8.3. Corpos cetônicos

- 5.9. Metabolismo das proteínas
 - 5.9.1. Metabolismo da amônia
 - 5.9.2. Oxidação de aminoácidos
- 5.10. Bioenergética mista das fibras musculares
 - 5.10.1. Fontes energéticas e sua relação com o exercício
 - 5.10.2. Fatores que determinam o uso de uma ou outra fonte de energia durante o exercício

Módulo 6. Avaliação do atleta em diferentes momentos da temporada

- 6.1. Avaliação bioquímica
 - 6.1.1. Hemograma
 - 6.1.2. Marcadores de excesso de treinamento
- 6.2. Avaliação antropométrica
 - 6.2.1. Composição corporal
 - 6.2.2. Perfil ISAK
- 6.3. Pré-temporada
 - 6.3.1. Carga de trabalho elevada
 - 6.3.2. Garantir a ingestão de calorias e proteínas
- 6.4. Temporada competitiva
 - 6.4.1. Desempenho esportivo
 - 6.4.2. Recuperação entre partidas
- 6.5. Período de transição
 - 6.5.1. Período de férias
 - 6.5.2. Mudanças na composição corporal
- 6.6. Viagens
 - 6.6.1. Torneios durante a temporada
 - 6.6.2. Torneios fora de temporada (Copas do Mundo, Copas Europeias e Jogos Olímpicos)
- 6.7. Monitoramento de atletas
 - 6.7.1. Nível basal do atleta
 - 6.7.2. Evolução durante a temporada
- 6.8. Cálculo da taxa de suor
 - 6.8.1. Perdas de líquidos
 - 6.8.2. Protocolo de cálculo

- 6.9. Trabalho multidisciplinar
 - 6.9.1. O papel do nutricionista no ambiente do atleta
 - 6.9.2. Comunicação com as demais áreas
- 6.10. Doping
 - 6.10.1. Lista WADA
 - 6.10.2. Testes antidoping

Módulo 7. Esportes aquáticos

- 7.1. História dos esportes aquáticos
 - 7.1.1. Olimpíadas e principais torneios
 - 7.1.2. Esportes aquáticos na atualidade
- 7.2. Limitações de desempenho
 - 7.2.1. Esportes aquáticos na água (natação, polo aquático...)
 - 7.2.2. Esportes náuticos na água (surfe, vela, canoagem...)
- 7.3. Características básicas dos esportes aquáticos
 - 7.3.1. Esportes aquáticos na água (natação, polo aquático...)
 - 7.3.2. Esportes náuticos na água (surfe, vela, canoagem...)
- 7.4. Fisiologia dos esportes aquáticos
 - 7.4.1. Metabolismo energético
 - 7.4.2. Biótipo do atleta
- 7.5. Treinamento
 - 7.5.1. Força
 - 7.5.2. Resistência
- 7.6. Composição corporal
 - 7.6.1. Natação
 - 7.6.2. Polo aquático
- 7.7. Pré-competição
 - 7.7.1. 3 horas antes
 - 7.7.2. 1 hora antes
- 7.8. Pré-competição
 - 7.8.1. Carboidratos
 - 7.8.2. Hidratação

- 7.9. Pós-competição
 - 7.9.1. Hidratação
 - 7.9.2. Proteína
- 7.10. Recursos ergogênicos
 - 7.10.1. Creatina
 - 7.10.2. Cafeína

Módulo 8. Condições adversas

- 8.1. História do esporte em condições extremas
 - 8.1.1. Competições de inverno na história
 - 8.1.2. Competições em ambientes quentes atualmente
- 8.2. Limitações de desempenho em climas quentes
 - 8.2.1. Desidratação
 - 8.2.2. Fadiga
- 8.3. Características básicas em climas quentes
 - 8.3.1. Temperatura e umidade elevadas
 - 8.3.2. Aclimação
- 8.4. Nutrição e hidratação em climas quentes
 - 8.4.1. Hidratação e eletrólitos
 - 8.4.2. Carboidratos
- 8.5. Limitações de desempenho em climas frios
 - 8.5.1. Fadiga
 - 8.5.2. Roupas volumosas
- 8.6. Características básicas em climas frios
 - 8.6.1. Frio extremo
 - 8.6.2. VOmax reduzido
- 8.7. Nutrição e hidratação em climas frios
 - 8.7.1. Hidratação
 - 8.7.2. Carboidratos

Módulo 9. Vegetarianismo e veganismo

- 9.1. O vegetarianismo e o veganismo na história do esporte
 - 9.1.1. Início do veganismo no esporte
 - 9.1.2. Atletas vegetarianos na atualidade
- 9.2. Diferentes tipos de dietas vegetarianas (mudar a palavra vegetariana)
 - 9.2.1. Atleta vegano
 - 9.2.2. Atleta vegetariano
- 9.3. Erros frequentes cometidos pelo atleta vegano
 - 9.3.1. Balanço energético
 - 9.3.2. Consumo de proteína
- 9.4. Vitamina B12
 - 9.4.1. Suplementação de B12
 - 9.4.2. Biodisponibilidade das algas spirulina
- 9.5. Fontes de proteína em dietas veganas/vegetarianas
 - 9.5.1. Qualidade proteica
 - 9.5.2. Sustentabilidade ambiental
- 9.6. Outros nutrientes essenciais em veganos
 - 9.6.1. Conversão da ALA para EPA/DHA
 - 9.6.2. Fe, Ca, Vit-D e Zn
- 9.7. Avaliação bioquímica/deficiências nutricionais
 - 9.7.1. Anemia
 - 9.7.2. Sarcopênia
- 9.8. Dieta vegana x dieta onívora
 - 9.8.1. Alimentação evolutiva
 - 9.8.2. Alimentação atual
- 9.9. Recursos ergogênicos
 - 9.9.1. Creatina
 - 9.9.2. Proteína vegetal
- 9.10. Fatores que diminuem a absorção de nutrientes
 - 9.10.1. Alto consumo de fibra
 - 9.10.2. Oxalatos

Módulo 10. Deportista diabético tipo 1

- 10.1. Entendendo o diabetes e sua patologia
 - 10.1.1. Incidência do diabetes
 - 10.1.2. Fisiopatologia do diabetes
 - 10.1.3. Consequências do diabetes
- 10.2. Fisiologia do exercício em pessoas com diabetes
 - 10.2.1. Exercício máximo, submaximal e metabolismo muscular durante o exercício
 - 10.2.2. Diferenças metabólicas durante o exercício em pessoas com diabetes
- 10.3. Exercício em pessoas com diabetes tipo 1
 - 10.3.1. Hipoglicemia, hiperglicemia e ajuste do tratamento nutricional
 - 10.3.2. Tempo de exercício e ingestão de carboidratos
- 10.4. Exercício em pessoas com diabetes tipo 2 Controle da glicemia
 - 10.4.1. Riscos de atividade física em pessoas com diabetes tipo 2
 - 10.4.2. Benefícios do exercício para pessoas com diabetes tipo 2
- 10.5. Exercício em crianças e adolescentes com diabetes
 - 10.5.1. Efeitos metabólicos do exercício
 - 10.5.2. Precauções durante o exercício
- 10.6. Insulinoterapia e exercício
 - 10.6.1. Bomba de infusão de insulina
 - 10.6.2. Tipos de insulinas
- 10.7. Estratégias nutricionais durante o esporte e o exercício em diabetes tipo 1
 - 10.7.1. Da teoria à prática
 - 10.7.2. Ingestão de carboidratos antes, durante e após o exercício físico
 - 10.7.3. Hidratação antes, durante e depois do exercício físico
- 10.8. planejamento nutricional em esportes de resistência
 - 10.8.1. Maratona
 - 10.8.2. Ciclismo
- 10.9. Planejamento nutricional em esportes coletivos
 - 10.9.1. Futebol
 - 10.9.2. Rugby
- 10.10. Suplementação esportiva e diabetes
 - 10.10.1. Suplementos potencialmente benéficos para os atletas com diabetes

Módulo 11. Paratleta

- 11.1. Classificação e categorias em paratletas
 - 11.1.1. O que é um paratleta?
 - 11.1.2. Como são classificados os paratletas?
- 11.2. Ciência do esporte em paratletas
 - 11.2.1. Metabolismo e fisiologia
 - 11.2.2. Biomecânica
 - 11.2.3. Psicologia
- 11.3. Requisitos de energia e hidratação em paratletas
 - 11.3.1. Ótimas demandas de energia para treinamento
 - 11.3.2. Planejamento de hidratação antes, durante e depois dos treinamentos e competições
- 11.4. Problemas nutricionais em diferentes categorias de paratletas de acordo com sua patologia ou anomalia
 - 11.4.1. Lesões da medula espinhal
 - 11.4.2. Paralisia cerebral e lesões cerebrais adquiridas
 - 11.4.3. Amputados
 - 11.4.4. Deficiência visual e auditiva
 - 11.4.5. Deficiências intelectuais
- 11.5. Planejamento nutricional em paratletas com lesão medular e paralisia cerebral e lesões cerebrais adquiridas
 - 11.5.1. Requisitos nutricionais (macro e micronutrientes)
 - 11.5.2. Transpiração e reposição de líquidos durante o exercício
- 11.6. Planejamento nutricional em paratletas com amputações
 - 11.6.1. Necessidades energéticas
 - 11.6.2. Macronutrientes
 - 11.6.3. Termorregulação e hidratação
 - 11.6.4. Questões nutricionais relacionadas às próteses
- 11.7. Planejamento e problemas nutricionais em paratletas com deficiência visual e déficits intelectuais
 - 11.7.1. Problemas de nutrição esportiva com deficiência visual: Retinite Pigmentosa, Retinopatia Diabética, Albinismo, doença de Stargardt e patologias da audição
 - 11.7.2. Problemas de nutrição esportiva com deficiências intelectuais: Síndrome de Down, Autismo e Asperger e Fenilcetonúria

- 11.8. Composição do corpo em paratletas
 - 11.8.1. Técnicas de medição
 - 11.8.2. Fatores que influenciam a confiabilidade de diferentes métodos de medição
- 11.9. Farmacologia e interações com nutrientes
 - 11.9.1. Diferentes tipos de medicamentos ingeridos por paratletas
 - 11.9.2. Carências de micronutrientes em paratletas
- 11.10. Recursos ergogênicos
 - 11.10.1. Suplementos potencialmente benéficos para os paratletas
 - 11.10.2. Consequências negativas para a saúde e contaminação e problemas de doping devido à ingestão de produtos ergogênicos

Módulo 12. Esportes por categoria de peso

- 12.1. Características dos principais esportes por categoria de peso
 - 12.1.1. Regulamento
 - 12.1.2. Categoria:
- 12.2. Programação da temporada
 - 12.2.1. Concursos
 - 12.2.2. Macrociclo
- 12.3. Composição corporal
 - 12.3.1. Esportes de combate
 - 12.3.2. Levantamento de peso
- 12.4. Etapas do ganho de massa muscular
 - 12.4.1. % gordura corporal
 - 12.4.2. Programação
- 12.5. Etapas de definição
 - 12.5.1. Carboidratos
 - 12.5.2. Proteína
- 12.6. Pré-competição
 - 12.6.1. Peek week
 - 12.6.2. Antes da pesagem

- 12.7. Pré-competição
 - 12.7.1. Aplicações práticas
 - 12.7.2. Timming
- 12.8. Pós-competição
 - 12.8.1. Hidratação
 - 12.8.2. Proteína
- 12.9. Recursos ergogênicos
 - 12.9.1. Creatina
 - 12.9.2. Whey protein

Módulo 13. Diferentes etapas ou populações específicas

- 13.1. Nutrição em atletas mulheres
 - 13.1.1. Fatores limitantes
 - 13.1.2. Requisitos
- 13.2. Ciclo menstrual
 - 13.2.1. Fase lútea
 - 13.2.2. Fase Folicular
- 13.3. Tríade
 - 13.3.1. Amenorreia
 - 13.3.2. Osteoporose
- 13.4. Nutrição na atleta gestante
 - 13.4.1. Necessidades energéticas
 - 13.4.2. Micronutrientes
- 13.5. Efeitos do exercício físico na criança atleta
 - 13.5.1. Treinamento de força
 - 13.5.2. Treinamento de resistência
- 13.6. Educação nutricional para a criança atleta
 - 13.6.1. Açúcar
 - 13.6.2. TCA

- 13.7. Necessidades nutricionais da criança atleta
 - 13.7.1. Carboidratos
 - 13.7.2. Proteínas
- 13.8. Mudanças associadas ao envelhecimento
 - 13.8.1. % gordura corporal
 - 13.8.2. Massa muscular
- 13.9. Principais problemas no atleta sênior
 - 13.9.1. Articulações
 - 13.9.2. Saúde cardiovascular
- 13.10. Suplemento interessante para os atletas seniores
 - 13.10.1. Whey protein
 - 13.10.2. Creatina

Módulo 14. Período de lesão

- 14.1. Introdução
- 14.2. Prevenção de lesões em atletas
 - 14.2.1. Disponibilidade relativa de energia no esporte
 - 14.2.2. Saúde bucal e implicações para as lesões
 - 14.2.3. Fadiga, nutrição e lesões
 - 14.2.4. Sono, nutrição e lesões
- 14.3. Fases da lesão
 - 14.3.1. Fase de imobilização Inflamação e mudanças que ocorrem durante esta fase
 - 14.3.2. Fase de retorno da atividade
- 14.4. Consumo de energia durante o período de lesão
- 14.5. Consumo de macronutrientes durante o período de lesão
 - 14.5.1. Consumo de carboidratos
 - 14.5.2. Consumo de gordura
 - 14.5.3. Consumo de proteínas



- 14.6. Consumo de micronutrientes de especial interesse durante a lesão
- 14.7. Suplementos esportivos com evidências durante o período de lesão
 - 14.7.1. Creatina
 - 14.7.2. Ômega 3
 - 14.7.3. Outros
- 14.8. Lesões de tendões e ligamentos
 - 14.8.1. Introdução às lesões de tendões e ligamentos. Estrutura do tendão
 - 14.8.2. Colágeno, gelatina e vitamina C podem ajudar?
 - 14.8.3. Outros nutrientes envolvidos na síntese de colágeno
- 14.9. Retorno à competição
 - 14.9.1. Considerações nutricionais no retorno à competição
- 14.10. Estudos de casos interessantes na literatura científica sobre lesões

“

Uma revisão acadêmica através dos mais recentes conceitos em nutrição esportiva”

06

Metodologia

Este curso oferece uma maneira diferente de aprender. Nossa metodologia é desenvolvida através de um modo de aprendizagem cíclico: o **Relearning**. Este sistema de ensino é utilizado, por exemplo, nas faculdades de medicina mais prestigiadas do mundo e foi considerado um dos mais eficazes pelas principais publicações científicas, como o **New England Journal of Medicine**.



“

Descubra o Relearning, um sistema que abandona a aprendizagem linear convencional para realizá-la através de sistemas de ensino cíclicos: uma forma de aprendizagem que se mostrou extremamente eficaz, especialmente em disciplinas que requerem memorização”

Na TECH usamos o Método do Caso

Em uma determinada situação, o que um profissional deveria fazer? Ao longo do programa, os alunos irão se deparar com diversos casos simulados baseados em situações reais, onde deverão investigar, estabelecer hipóteses e finalmente resolver as situações. Há inúmeras evidências científicas sobre a eficácia deste método. Os especialistas aprendem melhor, mais rápido e de forma mais sustentável ao longo do tempo.

Com a TECH você irá experimentar uma forma de aprender que está revolucionando as bases das universidades tradicionais em todo o mundo.



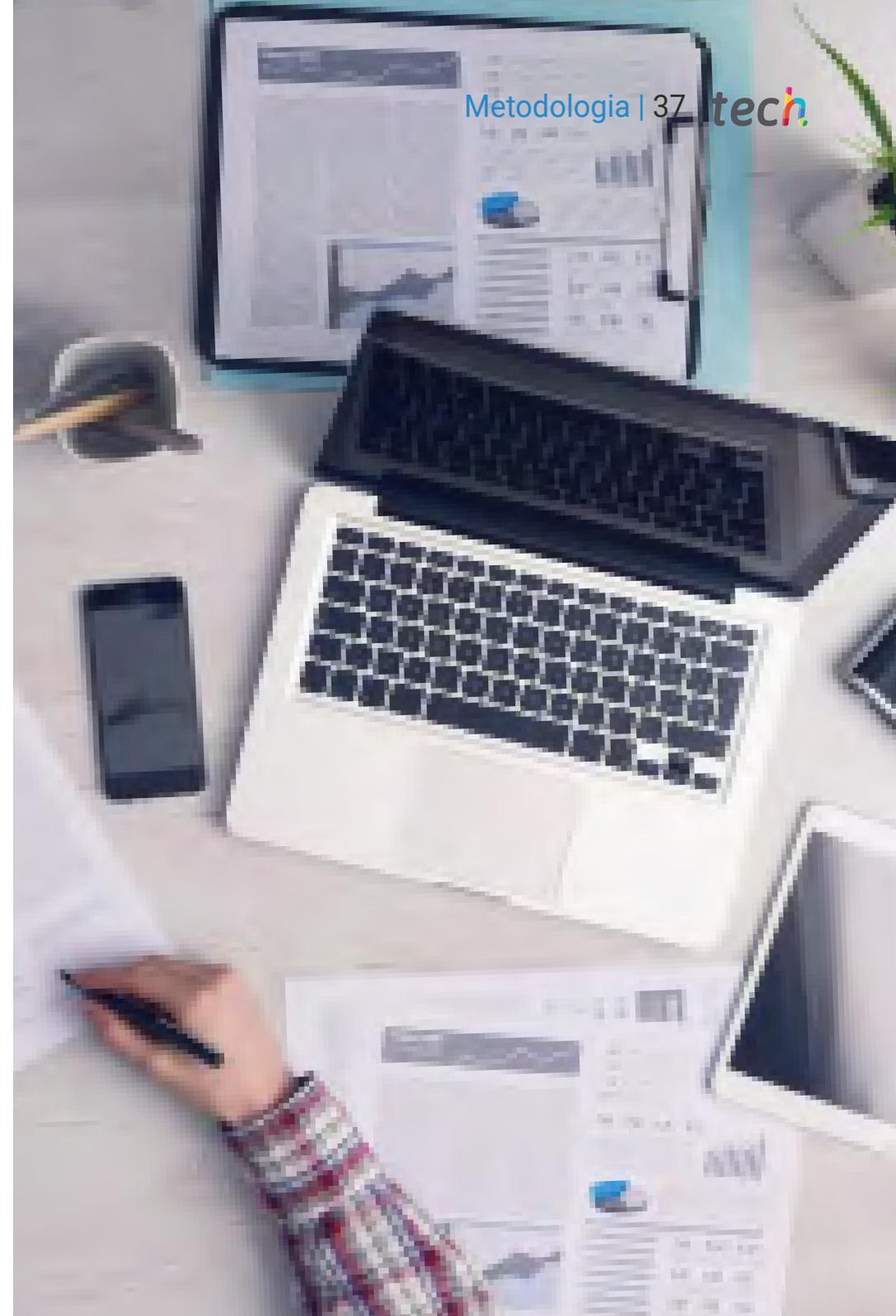
Segundo o Dr. Gérvas, o caso clínico é a apresentação comentada de um paciente, ou grupo de pacientes, que se torna um "caso", um exemplo ou modelo que ilustra algum componente clínico peculiar, seja pelo seu poder de ensino ou pela sua singularidade ou raridade. É essencial que o caso seja fundamentado na vida profissional atual, tentando recriar as condições reais na prática profissional do médico.

“

Você sabia que este método foi desenvolvido em 1912, em Harvard, para alunos de Direito? O método do caso consistia em apresentar situações complexas reais para que os alunos tomassem decisões e justificassem como resolvê-las. Em 1924 foi estabelecido como o método de ensino padrão em Harvard”

A eficácia do método é justificada por quatro conquistas fundamentais:

1. Os alunos que seguem este método não só assimilam os conceitos, mas também desenvolvem a capacidade mental através de exercícios de avaliação de situações reais e de aplicação de conhecimentos.
2. A aprendizagem se consolida nas habilidades práticas permitindo ao aluno integrar melhor o conhecimento à prática clínica.
3. A assimilação de ideias e conceitos se torna mais fácil e mais eficiente, graças ao uso de situações decorrentes da realidade.
4. A sensação de eficiência do esforço investido se torna um estímulo muito importante para os alunos, o que se traduz em um maior interesse pela aprendizagem e um aumento no tempo dedicado ao curso.



Metodologia Relearning

A TECH utiliza de maneira eficaz a metodologia do estudo de caso com um sistema de aprendizagem 100% online, baseado na repetição, combinando 8 elementos didáticos diferentes em cada aula.

Potencializamos o Estudo de Caso com o melhor método de ensino 100% online: o Relearning.

O profissional aprenderá através de casos reais e da resolução de situações complexas em ambientes simulados de aprendizagem. Estes simulados são realizados através de um software de última geração para facilitar a aprendizagem imersiva.



Na vanguarda da pedagogia mundial, o método Relearning conseguiu melhorar os níveis de satisfação geral dos profissionais que concluíram seus estudos, com relação aos indicadores de qualidade da melhor universidade online do mundo (Universidade de Columbia).

Usando esta metodologia, mais de 250 mil médicos se capacitaram, com sucesso sem precedentes, em todas as especialidades clínicas independentemente da carga cirúrgica. Nossa metodologia de ensino é desenvolvida em um ambiente altamente exigente, com um corpo discente com um perfil socioeconômico médio-alto e uma média de idade de 43,5 anos.

O Relearning permitirá uma aprendizagem com menos esforço e mais desempenho, fazendo com que você se envolva mais em sua especialização, desenvolvendo o espírito crítico e sua capacidade de defender argumentos e contrastar opiniões: uma equação de sucesso.

No nosso programa, a aprendizagem não é um processo linear, ela acontece em espiral (aprender, desaprender, esquecer e reaprender). Portanto, combinamos cada um desses elementos de forma concêntrica.

A nota geral do sistema de aprendizagem da TECH é de 8,01, de acordo com os mais altos padrões internacionais.



Neste programa, oferecemos o melhor material educacional, preparado especialmente para os profissionais:



Material de estudo

Todo o conteúdo foi criado especialmente para o curso pelos especialistas que irão ministrá-lo, o que faz com que o desenvolvimento didático seja realmente específico e concreto.

Posteriormente, esse conteúdo é adaptado ao formato audiovisual, para criar o método de trabalho online da TECH. Tudo isso com as técnicas mais inovadoras e oferecendo alta qualidade em cada um dos materiais que colocamos à disposição do aluno.



Técnicas cirúrgicas e procedimentos em vídeo

A TECH aproxima os alunos às técnicas mais recentes, aos últimos avanços educacionais e à vanguarda das técnicas médicas atuais. Tudo isso, explicado detalhadamente para sua total assimilação e compreensão. E o melhor de tudo, você poderá assistí-los quantas vezes quiser.



Resumos interativos

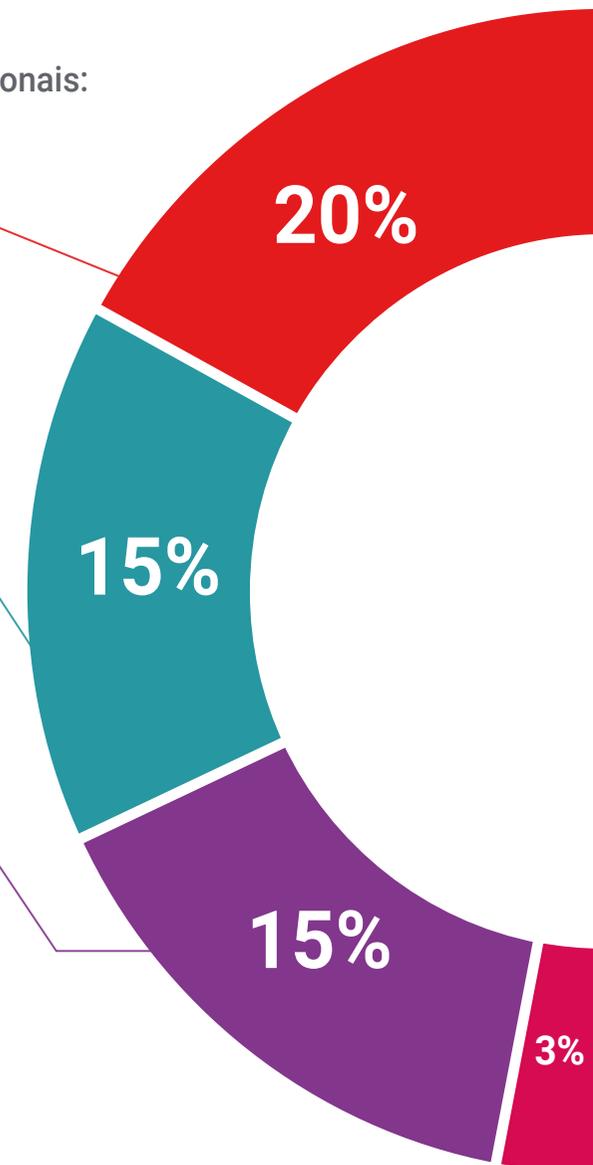
A equipe da TECH apresenta o conteúdo de forma atraente e dinâmica através de pílulas multimídia que incluem áudios, vídeos, imagens, gráficos e mapas conceituais para consolidar o conhecimento.

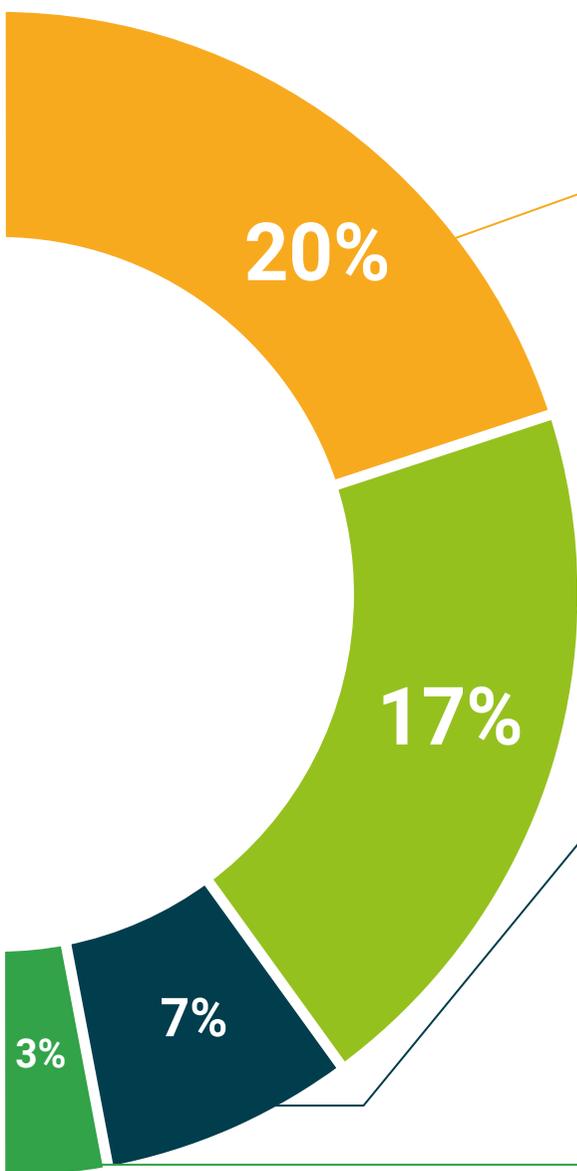
Este sistema exclusivo de capacitação por meio da apresentação de conteúdo multimídia foi premiado pela Microsoft como "Caso de sucesso na Europa"



Leituras complementares

Artigos recentes, documentos de consenso e diretrizes internacionais, entre outros. Na biblioteca virtual da TECH o aluno terá acesso a tudo o que for necessário para complementar a sua capacitação.





Estudos de casos elaborados e orientados por especialistas

A aprendizagem efetiva deve ser necessariamente contextual. Portanto, na TECH apresentaremos casos reais em que o especialista guiará o aluno através do desenvolvimento da atenção e da resolução de diferentes situações: uma forma clara e direta de alcançar o mais alto grau de compreensão.



Testing & Retesting

Avaliamos e reavaliamos periodicamente o conhecimento do aluno ao longo do programa, através de atividades e exercícios de avaliação e autoavaliação, para que possa comprovar que está alcançando seus objetivos.



Masterclasses

Há evidências científicas sobre a utilidade da observação de terceiros especialistas. O "Learning from an expert" fortalece o conhecimento e a memória e aumenta a nossa confiança para tomar decisões difíceis no futuro.



Guias rápidos de ação

A TECH oferece o conteúdo mais relevante do curso em formato de fichas de trabalho ou guias rápidos de ação. Uma forma sintetizada, prática e eficaz de ajudar os alunos a progredirem na aprendizagem.



07

Certificado

O Advanced Master em Nutrição Esportiva Integral garante, além da capacitação mais rigorosa e atualizada, o acesso a um título de Advanced Master emitido pela TECH Universidade Tecnológica.



“

*Conclua este programa de estudos
com sucesso e receba seu certificado
sem sair de casa e sem burocracias”*

Este **Advanced Master em Nutrição Esportiva Integral** conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado.

Uma vez aprovadas as avaliações, o aluno receberá por correio o certificado* correspondente ao título de **Advanced Master** emitido pela **TECH Universidade Tecnológica**.

O certificado emitido pela **TECH Universidade Tecnológica** expressará a qualificação obtida no Advanced Master, atendendo aos requisitos normalmente exigidos pelas bolsas de empregos, concursos públicos e avaliação de carreira profissional

Título: **Advanced Master em Nutrição Esportiva Integral**

N.º Horas Oficiais: **3.000h**

Avalado por la NBA



*Apostila de Haia: Caso o aluno solicite que seu certificado seja apostilado, a TECH EDUCATION providenciará a obtenção do mesmo a um custo adicional.

futuro
saúde confiança pessoas
informação orientadores
educação certificação ensino
garantia aprendizagem
instituições tecnologia
comunidade compreensão
atenção personalizada
conhecimento inovação
presente qualidade
desenvolvimento sustentabilidade

tech universidade
tecnológica

Advanced Master Nutrição Esportiva Integral

- » Modalidade: online
- » Duração: 2 anos
- » Certificado: TECH Universidade Tecnológica
- » Dedicção: 16h/semana
- » Horário: no seu próprio ritmo
- » Provas: online

Advanced Master

Nutrição Esportiva Integral

Reconhecido pela NBA

