

# Capacitación Práctica

## Nutrición Deportiva



tech



**tech**

Capacitación Práctica  
Nutrición Deportiva

# Índice

01

Introducción

---

pág. 4

02

¿Por qué cursar esta  
Capacitación Práctica?

---

pág. 6

03

Objetivos

---

pág. 8

04

Planificación  
de la enseñanza

---

pág. 10

05

¿Dónde puedo hacer la  
Capacitación Práctica?

---

pág. 12

06

Condiciones generales

---

pág. 16

07

Titulación

---

pág. 18

# 01 Introducción

El avance científico y tecnológico ha permitido la aparición de innovadoras metodologías para mejorar el rendimiento energético individual o de productos desarrollados para una mejor absorción de nutrientes, convirtiendo a la Nutrición Deportiva en un servicio altamente demandado. Por eso, esta titulación aspira a integrar conocimientos de gran utilidad para el profesional sanitario de un modo 100% práctico y presencial. El programa, de 3 semanas de duración, incluye el traslado a una instalación hospitalaria de máximo rigor donde, junto a grandes expertos, el alumno adquirirá las competencias más solicitadas y novedosas de este campo de la salud.



*Ponte al día sobre los principales avances de la Nutrición Deportiva con un singular programa de estudios 100% práctico, presencial e intensivo”*





Las investigaciones y progresos en el campo de la Nutrición Deportiva se suceden constantemente. De ese modo, han emergido en los últimos años novedosos modelos, protocolos y suplementos nutricionales ideados para mejorar el rendimiento de los atletas. Un ejemplo de ello son las bebidas con base en Hidrogel para prevenir trastornos esofagogástricos en el deportista o las guías nutricionales específicas para determinados trastornos generados por la malabsorción de sustancias alimenticias. Conocer a fondo todas esas innovaciones y como implementarlas en el ejercicio profesional cotidiano puede resultar todo un desafío para los especialistas. Por eso, TECH ha integrado esos conocimientos en un completísimo programa que, además, aporta una modalidad académica pionera en su tipología.

Esta Capacitación Práctica en Nutrición Deportiva se desarrollará de manera presencial, intensiva y directa en un centro hospitalario de prestigio. La instalación contará con los dispositivos tecnológicos y recursos asistenciales más modernos que se pueden poner en beneficio del atleta de alto rendimiento. El médico, por tanto, tendrá la oportunidad de aplicar todos ellos en deportistas reales. Así adquirirá habilidades en un entorno totalmente inmersivo y exigente de aprendizaje.

Igualmente, se valdrá de un tutor adjunto para reafirmar sus nuevas competencias. Esa figura docente le incorporará a diferentes dinámicas laborales, contribuyendo así a realizar un detenido recorrido por todas las particularidades de esta disciplina y sus aplicaciones de nuevo alcance. A su vez, podrá mantener un contacto estrecho con expertos de renombre que formen parte de la plantilla de la institución. Todo el proceso educativo tendrá una extensión de 3 semanas. Después de ellas, el egresado estará listo para aplicar los procedimientos más innovadores con base en la última evidencia científica del sector.

# 02

## ¿Por qué cursar esta Capacitación Práctica?

La Nutrición Deportiva está en constante crecimiento y así lo evidencian sus últimos aportes que mejoran el rendimiento de atletas de élite. Sin embargo, no es fácil para los especialistas mantenerse al día sobre los principales adelantos del sector de un modo práctico. Por eso, TECH ha confeccionado esta titulación de carácter 100% presencial, intensivo e inmersivo. En ella, el médico adquirirá una profunda actualización sobre las novedades de esa disciplina en un período educativo de tan solo 3 semanas de duración. Para ello, el especialista se trasladará a una instalación hospitalaria de primer nivel donde adquirirá la mejor capacitación académica junto a grandes expertos.



*Con TECH desarrollarás mejores habilidades sobre la aplicación de pautas modernas de hidratación en el ejercicio deportivo”*

### 1. Actualizarse a partir de la última tecnología disponible

En los últimos años, la Nutrición Deportiva dispone de valiosas herramientas y protocolos para realizar tareas complejas como el desgaste energético de los atletas o el valor de los planes nutricionales. De ese modo, han surgido suplementos alimenticios de gran valor, fruto de la innovación tecnológica del sector. Con esta Capacitación Práctica, el especialista conocerá las particularidades técnicas de todos los equipamientos que hace posible el continuo desarrollo de ese campo sanitario.

### 2. Profundizar a partir de la experiencia de los mejores especialistas

Durante este programa de estudios, el especialista tendrá acceso directo a profesionales con una prestigiosa experiencia en Nutrición Deportiva. Junto a ellos, trabajará para tratar trastornos alimenticios de diversa complejidad en atletas. Asimismo, será guiado en todo momento por un tutor designado que se encargará de supervisar sus progresos académicos de manera rigurosa.

### 3. Adentrarse en entornos clínicos de primera

TECH ha realizado una selección minuciosa de todos los centros que hoy están al alcance del profesional de la salud para completar esta Capacitación Práctica. Esas instalaciones sanitarias fueron elegidas por sus resultados y prestigio internacional. Todo ello ha sido posible gracias a su excelente plantilla de expertos y el uso de recursos tecnológicos de última generación.



#### 4. Llevar lo adquirido a la práctica diaria desde el primer momento

Ningún programa en Nutrición Deportiva hace hincapié en la actualización del profesional sanitario de un modo 100% práctico. TECH marca la diferencia al desarrollar este programa educativo, único en su tipo, que permitirá al especialista el abordaje directo de pacientes reales, desde el primer día, y el manejo de herramientas de gran alcance.

#### 5. Expandir las fronteras del conocimiento

Los programas educativos de TECH ambicionan que sus egresados alcancen prestigio internacional al completar esta Capacitación Práctica. Para ello, ha ideado un modelo educativo intensivo que facilitará la estancia del profesional en instituciones médicas de vanguardia, ubicadas en diferentes latitudes geográfica.



*Tendrás una inmersión práctica total en el centro que tú mismo elijas"*

# 03

## Objetivos

Como objetivo principal, esta titulación persigue la meta de actualizar al alumno en cuanto a los procedimientos más innovadores sobre Nutrición Deportiva. Para lograr ese cometido se ha trazado una estancia práctica intensiva e inmersiva que posibilitará al médico el manejo de tecnologías novedosas para atender diferentes trastornos nutricionales en atletas reales. Todo esto propiciará una actualización completa del profesional en un área que se encuentra en continuo crecimiento.



### Objetivos generales

---

- Dominar las nuevas tendencias en nutrición humana, tanto en la salud como en situaciones patológicas a través de la medicina basada en la evidencia científica más actual
- Integrar estrategias de trabajo basadas en el conocimiento práctico de las nuevas corrientes en Nutrición y su aplicación a las patologías de adulto, dejando claro su valor terapéutico
- Incentivar la adquisición de habilidades prácticas para la aplicación de novedosas metodologías nutricionales basadas en Nutrigenética, Nutrigenómica e Inmunonutrición







## Objetivos específicos

---

- ♦ Analizar los distintos métodos de valoración del estado nutricional
- ♦ Interpretar e integrar los datos antropométricos, clínicos, bioquímicos, hematológicos, inmunológicos y farmacológicos en la valoración nutricional del enfermo y en su tratamiento dietético-nutricional
- ♦ Detectar precozmente y evaluar las desviaciones por exceso o defecto, cuantitativas y cualitativas, del balance nutricional
- ♦ Describir la composición y utilidades de los nuevos alimentos
- ♦ Explicar las distintas técnicas y productos de soporte nutricional básico y avanzado relacionadas con la nutrición del paciente
- ♦ Definir la utilización correcta de las ayudas ergogénicas
- ♦ Conocer la normativa actual antidopaje
- ♦ Identificar los trastornos psicológicos relacionados con la práctica del deporte y la nutrición
- ♦ Comprender en profundidad el funcionamiento del músculo esquelético
- ♦ Dominar en las adaptaciones más importantes que se producen en deportistas
- ♦ Profundizar en los mecanismos de producción de energía con base en el tipo de ejercicio realizado
- ♦ Manejar la integración de los diferentes sistemas energéticos que conforman el metabolismo energético del músculo
- ♦ Diferenciar entre los distintos tipos de deportistas vegetarianos
- ♦ Tratar las notables carencias nutricionales que presentan los deportistas y dotarles de mejores herramientas a la hora de combinar alimentos
- ♦ Explicar características particulares a nivel fisiológico a tener en cuenta en el abordaje nutricional de los diferentes colectivos
- ♦ Comprender en profundidad los factores externos e internos que influyen en el abordaje nutricional de estos colectivos
- ♦ Abordar el concepto de alimentación integral como elemento clave en el proceso de readaptación y recuperación funcional
- ♦ Distinguir las diferentes estructuras y propiedades tanto de macronutrientes como de micronutrientes
- ♦ Priorizar la importancia tanto de la ingesta de agua como de la hidratación en los procesos de recuperación
- ♦ Analizar los diferentes tipos de fitoquímicos y su papel esencial en la mejora del estado de salud y la regeneración del organismo
- ♦ Actualizar las recomendaciones nutricionales basadas en la evidencia científica para su aplicación en la práctica clínica
- ♦ Capacitar para el diseño de estrategias de educación nutricional y atención al paciente
- ♦ Adecuar valoración del caso clínico, interpretación de causas y riesgos
- ♦ Calcular de forma personalizada los planes nutricionales teniendo en cuenta todas las variables individuales
- ♦ Planificar planes nutricionales y modelos para la una recomendación completa y práctica

# 04

## Planificación de la enseñanza

Durante la estancia presencial que compete a esta Capacitación Práctica, el médico será acogido por 3 semanas en un centro de prestigio, relacionado con la medicina del deporte. Desde esa entidad completará jornadas de 8 horas, de lunes a viernes, junto a los profesionales más distinguidos del ámbito de la Nutrición Deportiva. Junto a ellos, manejará equipamientos complejos y actualizados, ofreciendo diagnósticos y tratamientos de elevado nivel al atleta con requerimientos específicos de alimentación.

En esta propuesta de capacitación, de carácter completamente práctico, las actividades están dirigidas al desarrollo y perfeccionamiento de las competencias necesarias para la prestación de atención sanitaria en áreas y condiciones que requieren un alto nivel de cualificación, y que están orientadas a la capacitación específica para el ejercicio de la actividad, en un medio de seguridad para el paciente y un alto desempeño profesional.

Este programa también constituye una oportunidad única de ponerse al día sobre las últimas innovaciones de este sector asistencial por medio de una guía personalizada. La figura del tutor adjunto, ideada para ese propósito, asesorará en todo momento al médico acerca de las metodologías más innovadoras para detectar trastornos de malabsorción de nutrientes u otras complejas patologías como la Vigorexia y la Anorexia.

La enseñanza práctica se realizará con la participación activa del estudiante desempeñando las actividades y procedimientos de cada área de competencia (aprender a aprender y aprender a hacer), con el acompañamiento y guía de los profesores y demás compañeros de entrenamiento que faciliten el trabajo en equipo y la integración multidisciplinar como competencias transversales para la praxis de médica (aprender a ser y aprender a relacionarse).





Los procedimientos descritos a continuación serán la base de la parte práctica de la capacitación, y su realización está sujeta tanto a la idoneidad de los pacientes como a la disponibilidad del centro y su volumen de trabajo, siendo las actividades propuestas las siguientes:

Módulo	Actividad Práctica
<b>Nuevos avances en alimentación y nutrición</b>	Realizar tablas de composición de alimentos según datos nutricionales
	Incorporar alimentos transgénicos a los abordajes dietéticos contemporáneos
	Aplicar técnicas de análisis de pacientes basados en la Nutrigenética y la Nutrigenómica
	Valorar las implicaciones de Fitoquímicos y compuestos no nutritivos en la dieta cotidiana del deportista
<b>Metodologías de la consulta nutricional</b>	Abordar la adaptación fisiológica a los distintos tipos de ejercicios físicos
	Entrenar pautas modernas sobre la Hidratación en la práctica deportiva
	Examinar periódicamente las bases de la regulación fisiológica de la alimentación, el apetito y saciedad
	Explorar los requerimientos nutricionales en situaciones de estrés metabólico
<b>Valoración del estado nutricional y de la dieta</b>	Determinar el gasto energético mediante métodos de valoración específicos
	Diferenciar el estado nutricional a partir de la composición corporal del deportista y por medio métodos bioquímicos, hematológicos e inmunológicos
	Aplicar objetivos y guías nutricionales específicas para los requerimientos nutricionales e ingestas recomendadas del adulto sano
	Prevenir trastornos alimentarios como la Vigorexia, Ortorexia, Anorexia a través de la asistencia psicológica necesaria
<b>Nutrición de precisión en el Deporte</b>	Incorporar colágeno hidrolizado junto a otros productos alimenticios para aumentar la absorción de polisacáridos y el colágeno natural
	Prevenir problemas gastrointestinales mediante bebidas y geles energéticos elaborados con tecnología hidrogel
	Optimizar el aporte proteico a través de la absorción de micronutrientes como la vitamina D

# 05

## ¿Dónde puedo hacer la Capacitación Práctica?

TECH está más que dispuesto a expandir los horizontes académicos del profesional de la medicina hacia los estándares por medio de esta titulación. Así, al cursar esta Capacitación Práctica, los especialistas tendrán acceso a centros hospitalarios de renombre, radicados en diferentes ubicaciones geográficas. De ese modo, se actualizarán según las últimas tendencias de la Nutrición Deportiva en un ámbito de máxima innovación científica y bajo el asesoramiento de grandes expertos.

“

*Matricúlate en TECH y ponte al día en Nutrición Deportiva desde una institución equipada con los mejores dispositivos para el reconocimiento médico y del gasto energético de los atletas”*





El alumno podrá cursar esta capacitación en los siguientes centros:



Medicina

### Centro Médico Villanueva de la Cañada

País: España Ciudad: Madrid

Dirección: C. Arquitecto Juan de Herrera, 2, 28691 Villanueva de la Cañada, Madrid

Centro médico con servicio en las principales especialidades clínicas y pruebas diagnósticas

**Capacitaciones prácticas relacionadas:**

- Nutrición Clínica en Pediatría
- Nutrición Clínica



Medicina

### Prosystem Nutrición

País: España Ciudad: Madrid

Dirección: C. Fresno, 23, 28522 Rivas-Vaciamadrid, Madrid

Clínica centrada en la actividad física y la planificación nutricional

**Capacitaciones prácticas relacionadas:**

- Nutrición Deportiva
- Nutrición Deportiva para Enfermería



Medicina

### Hospital HM Regla

País: España Ciudad: León

Dirección: Calle Cardenal Landázuri, 2, 24003, León

Red de clínicas, hospitales y centros especializados privados distribuidos por toda la geografía española

**Capacitaciones prácticas relacionadas:**

- Actualización de Tratamientos Psiquiátricos en Pacientes Menores



Medicina

### Hospital HM Nou Delfos

País: España Ciudad: Barcelona

Dirección: Avinguda de Vallcarca, 151, 08023, Barcelona

Red de clínicas, hospitales y centros especializados privados distribuidos por toda la geografía española

**Capacitaciones prácticas relacionadas:**

- Medicina Estética
- Nutrición Clínica en Medicina



Medicina

### Hospital HM Nuevo Belén

País: España Ciudad: Madrid

Dirección: Calle José Silva, 7, 28043, Madrid

Red de clínicas, hospitales y centros especializados privados distribuidos por toda la geografía española

**Capacitaciones prácticas relacionadas:**

- Cirugía General y del Aparato Digestivo
- Nutrición Clínica en Medicina



Medicina

### Policlínico HM Distrito Telefónica

País: España Ciudad: Madrid

Dirección: Ronda de la Comunicación, 28050, Madrid

Red de clínicas, hospitales y centros especializados privados distribuidos por toda la geografía española

**Capacitaciones prácticas relacionadas:**

- Tecnologías Ópticas y Optometría Clínica
- Cirugía General y del Aparato Digestivo



Medicina

### Policlínico HM Gabinete Velázquez

País: España Ciudad: Madrid

Dirección: C. de Jorge Juan, 19, 1º 28001, 28001, Madrid

Red de clínicas, hospitales y centros especializados privados distribuidos por toda la geografía española

**Capacitaciones prácticas relacionadas:**

- Nutrición Clínica en Medicina
- Cirugía Plástica Estética



Medicina

### Policlínico HM Las Tablas

País	Ciudad
España	Madrid

Dirección: C. de la Sierra de Atapuerca, 5,  
28050, Madrid

Red de clínicas, hospitales y centros  
especializados privados distribuidos por toda  
la geografía española

**Capacitaciones prácticas relacionadas:**

- Enfermería en el Servicio de Traumatología
- Diagnóstico en Fisioterapia



Medicina

### Policlínico HM Moraleja

País	Ciudad
España	Madrid

Dirección: P.º de Alcobendas, 10, 28109,  
Alcobendas, Madrid

Red de clínicas, hospitales y centros  
especializados privados distribuidos por toda  
la geografía española

**Capacitaciones prácticas relacionadas:**

- Medicina Rehabilitadora en el Abordaje del Daño Cerebral Adquirido





Medicina

### Policlínico HM Sanchinarro

País: España  
Ciudad: Madrid

Dirección: Av. de Manoteras, 10,  
28050, Madrid

Red de clínicas, hospitales y centros especializados privados distribuidos por toda la geografía española

**Capacitaciones prácticas relacionadas:**

- Atención Ginecológica para Matronas
- Enfermería en el Servicio de Aparato Digestivo



Medicina

### Olympus Center

País: España  
Ciudad: Madrid

Dirección: Calle de Palos de la Frontera,  
16, 28012 Madrid

Olympus Center se especializa en el cumplimiento de los objetivos de la persona, atendiendo a su condición física

**Capacitaciones prácticas relacionadas:**

- Alto Rendimiento Deportivo
- Monitor de Gimnasio

# 06

## Condiciones generales

### Seguro de responsabilidad civil

La máxima preocupación de esta institución es garantizar la seguridad tanto de los profesionales en prácticas como de los demás agentes colaboradores necesarios en los procesos de capacitación práctica en la empresa. Dentro de las medidas dedicadas a lograrlo, se encuentra la respuesta ante cualquier incidente que pudiera ocurrir durante todo el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Para ello, esta entidad educativa se compromete a contratar un seguro de responsabilidad civil que cubra cualquier eventualidad que pudiera surgir durante el desarrollo de la estancia en el centro de prácticas.

Esta póliza de responsabilidad civil de los profesionales en prácticas tendrá coberturas amplias y quedará suscrita de forma previa al inicio del periodo de la capacitación práctica. De esta forma el profesional no tendrá que preocuparse en caso de tener que afrontar una situación inesperada y estará cubierto hasta que termine el programa práctico en el centro.





## Condiciones Generales de la Capacitación Práctica

Las condiciones generales del acuerdo de prácticas para el programa serán las siguientes:

**1. TUTORÍA:** durante la Capacitación Práctica el alumno tendrá asignados dos tutores que le acompañarán durante todo el proceso, resolviendo las dudas y cuestiones que pudieran surgir. Por un lado, habrá un tutor profesional perteneciente al centro de prácticas que tendrá como fin orientar y apoyar al alumno en todo momento. Por otro lado, también tendrá asignado un tutor académico, cuya misión será la de coordinar y ayudar al alumno durante todo el proceso resolviendo dudas y facilitando todo aquello que pudiera necesitar. De este modo, el profesional estará acompañado en todo momento y podrá consultar las dudas que le surjan, tanto de índole práctica como académica.

**2. DURACIÓN:** el programa de prácticas tendrá una duración de tres semanas continuadas de formación práctica, distribuidas en jornadas de 8 horas y cinco días a la semana. Los días de asistencia y el horario serán responsabilidad del centro, informando al profesional debidamente y de forma previa, con suficiente tiempo de antelación para favorecer su organización.

**3. INASISTENCIA:** en caso de no presentarse el día del inicio de la Capacitación Práctica, el alumno perderá el derecho a la misma sin posibilidad de reembolso o cambio de fechas. La ausencia durante más de dos días a las prácticas sin causa justificada/médica, supondrá la renuncia de las prácticas y, por tanto, su finalización automática. Cualquier problema que aparezca durante el transcurso de la estancia se tendrá que informar debidamente y de forma urgente al tutor académico.

**4. CERTIFICACIÓN:** el alumno que supere la Capacitación Práctica recibirá un certificado que le acreditará la estancia en el centro en cuestión.

**5. RELACIÓN LABORAL:** la Capacitación Práctica no constituirá una relación laboral de ningún tipo.

**6. ESTUDIOS PREVIOS:** algunos centros podrán requerir certificado de estudios previos para la realización de la Capacitación Práctica. En estos casos, será necesario presentarlo al departamento de prácticas de TECH para que se pueda confirmar la asignación del centro elegido.

**7. NO INCLUYE:** la Capacitación Práctica no incluirá ningún elemento no descrito en las presentes condiciones. Por tanto, no incluye alojamiento, transporte hasta la ciudad donde se realicen las prácticas, visados o cualquier otra prestación no descrita.

No obstante, el alumno podrá consultar con su tutor académico cualquier duda o recomendación al respecto. Este le brindará toda la información que fuera necesaria para facilitarle los trámites.

# 07 Titulación

Este Título de **Capacitación Práctica en Nutrición Deportiva** contiene el programa más completo y actualizado del panorama profesional y académico.

Tras la superación de las pruebas por parte del alumno, este recibirá por correo postal, con acuse de recibo, el correspondiente Certificado de Capacitación Práctica expedido por TECH.

El certificado expedido por la TECH expresará la calificación que haya obtenido en la prueba.

Título: **Capacitación Práctica en Nutrición Deportiva**

Duración: **3 semanas**

Asistencia: **de lunes a viernes, turnos de 8 horas consecutivas**



**tech**

Capacitación Práctica  
Nutrición Deportiva

# Capacitación Práctica

## Nutrición Deportiva



tech