

Curso

Nutrição Esportiva

Reconhecido pela NBA





tech universidade
tecnológica

Curso Nutrição Esportiva

- » Modalidade: online
- » Duração: 6 semanas
- » Certificado: TECH Universidade Tecnológica
- » Dedicção: 16h/semana
- » Horário: no seu próprio ritmo
- » Provas: online

Acesso ao site: www.techtute.com/br/medicina/curso/curso-nutricao-esportiva

Índice

01

Apresentação

pág. 4

02

Objetivos

pág. 8

03

Direção do curso

pág. 12

04

Estrutura e conteúdo

pág. 16

05

Metodologia

pág. 20

06

Certificado

pág. 28

01

Apresentação

A nutrição intervém na evolução das patologias, nalguns casos como fator etiológico e noutros como complicação. Por esta razão, há um interesse crescente no estudo da alimentação e nutrição de suporte. Desta forma, é fundamental uma alimentação correta em relação ao desenvolvimento da prática esportiva. Neste contexto, a TECH concebeu um curso exclusivo em que o profissional irá aprofundar a avaliação das necessidades energéticas e do estado nutricional do atleta, aprofundando-se na nutrição necessária nas diferentes fases da prática desportiva. Tudo isso em um formato totalmente online, que permite ao profissional se atualizar, sem precisar se deslocar e ajustar sua vida a um timing pré-estabelecido.





“

Aprimore seus conhecimentos através deste programa de estudos, onde você encontrará o melhor material didático com casos clínicos reais. Conheça aqui os últimos avanços desta especialidade e realize uma prática médica de qualidade"

A capacitação em nutrição é fundamental para atender às necessidades de saúde e prevenção da população em matéria de alimentação e saúde. Um exemplo disso é a crescente implementação nos Hospitais de Unidades ou Departamentos de Nutrição e Dietética, onde a figura do médico assume especial relevância na avaliação do estado nutricional e no planejamento e execução de tratamentos individuais para cada paciente.

A preocupação com tudo o que se refere à alimentação e nutrição humana é grande e se justifica por uma série de fatores, entre os quais dois se destacam: de um lado, a maior exigência de qualidade de vida na sociedade ocidental, a preocupação com os efeitos da alimentação na manutenção do estado de saúde e na prevenção e tratamento de doenças, o que se traduz na procura de uma alimentação melhor, mais saudável e equilibrada. Por outro lado, a gestão da alimentação como fator preventivo ou paliativo da saúde coletiva e pessoal.

Por esta razão, o interesse por esta área tem aumentado nos últimos anos, razão pela qual a TECH considerou necessário elaborar um programa de estudos especializado através do qual os médicos possam conhecer esta área em detalhes e serem treinados na sua prática diária. Tudo isso através de seis semanas de um programa de estudos 100% online desenvolvido sob medida por especialistas em Nutrição Esportiva que inclui não só o melhor material teórico, mas também horas de diversos materiais complementares, que o aluno pode acessar pelo campus virtual.

Além disso, desde o início do programa de estudos e mesmo depois de finalizado, você poderá consultar e baixar o material para realizar as consultas que julgar necessárias a partir de qualquer dispositivo com conexão à Internet. Assim, a TECH garante uma experiência acadêmica perfeita para conciliar com qualquer outra atividade, pessoal ou de trabalho, permitindo que o profissional aprenda com uma metodologia inovadora, sem renunciar a seus outros afazeres.

Este **Curso de Nutrição Esportiva** conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado. Suas principais características são:

- ♦ O desenvolvimento de casos clínicos apresentados por especialistas em Nutrição Esportiva
- ♦ Seu conteúdo gráfico, esquemático e extremamente prático, fornece informações científicas e de saúde sobre as disciplinas médicas essenciais para a prática profissional
- ♦ Novidades diagnóstico-terapêuticas na atuação em Nutrição Esportiva
- ♦ Sistema de aprendizagem interativo baseado em algoritmos para a tomada de decisões sobre as situações clínicas levantadas
- ♦ Destaque especial para a medicina baseada em evidências e as metodologias de pesquisa em Nutrição Esportiva
- ♦ Tudo isto complementado por palestras teóricas, perguntas à especialistas, fóruns de discussão sobre temas controversos e trabalhos de reflexão individual
- ♦ Disponibilidade de conteúdo através de qualquer dispositivo fixo ou portátil com conexão à Internet



*Capacite-se através do
Curso de Nutrição Esportiva*

“

Este curso representa o melhor investimento na seleção de um programa de estudos por duas razões: além de atualizar seus conhecimentos sobre o Nutrição Esportiva, você receberá um certificado emitido pela TECH Universidade Tecnológica”

O corpo docente do curso conta com profissionais do setor, que transferem toda a experiência adquirida ao longo de suas carreiras para esta capacitação, além de especialistas reconhecidos de instituições de referência e universidades de prestígio.

O seu conteúdo multimídia, desenvolvido com a mais recente tecnologia educacional, oferece ao profissional uma aprendizagem contextualizada, ou seja, realizada através de um ambiente simulado, proporcionando uma capacitação imersiva e programada para praticar diante de situações reais.

O desenho deste programa de estudos se fundamenta na Aprendizagem Baseada em Problemas, pelo qual o profissional deverá resolver as diferentes situações da prática profissional que surgirem ao longo do curso. Para isso, contará com a ajuda de um inovador sistema de vídeo interativo realizado por especialistas reconhecidos.

O curso permite que você aprenda em ambientes simulados, o que proporciona uma aprendizagem imersiva programada para situações reais.

Inclui casos clínicos visando aproximar ao máximo o desenvolvimento do programa à realidade do atendimento em medicina.



02 Objetivos

O principal objetivo deste programa de estudos é desenvolver aprendizagem teórico-prática, para que o médico seja capaz de dominar a Nutrição Esportiva de forma prática e rigorosa.



“

Este programa de estudos lhe proporcionará as habilidades para agir com segurança no desempenho da prática médica, permitindo que você cresça pessoalmente e profissionalmente”



Objetivos gerais

- ♦ Atualizar o conhecimento do profissional sobre as novas tendências em nutrição humana, tanto na saúde quanto em situações patológicas, através da medicina baseada em evidências
- ♦ Promover estratégias de trabalho baseadas no conhecimento prático das novas tendências em nutrição e sua aplicação às doenças do adulto, onde a nutrição desempenha um papel fundamental no seu tratamento
- ♦ Favorecer a aquisição de habilidades e competências técnicas, através de um sistema audiovisual poderoso, e da possibilidade de desenvolvimento através de oficinas de simulação online e/ou qualificação específica
- ♦ Incentivar o estímulo profissional através da aprendizagem continuada e da pesquisa
- ♦ Capacitar para a pesquisa em pacientes com problemas nutricionais





Objetivos específicos

- ♦ Avaliar e prescrever a atividade física como um dos fatores envolvidos no estado nutricional
- ♦ Estudar os últimos avanços em fisiologia do exercício
- ♦ Destacar a importância de uma boa hidratação em todas as disciplinas esportivas
- ♦ Para conhecer as últimas recomendações da AMA e da AEPSAD
- ♦ Tratar transtornos alimentares comuns em esportes como vigorexia, ortoexia ou anorexia



Aproveite a oportunidade para se atualizar sobre os últimos avanços na área de Nutrição Esportiva”

03

Direção do curso

A TECH quer proporcionar conhecimento de qualidade aos seus alunos e, graças a uma equipe de professores altamente qualificada, oferece o que há de mais atual em Nutrição Esportiva. Eles são profissionais com anos de experiência de ensino que se uniram para ajudar a alavancar sua carreira profissional. Por este motivo, desenvolveram este curso com os últimos avanços na área, permitindo que você se capacite e aprimore suas habilidades neste setor.





“

Capacite-se com os melhores profissionais do setor e se torne também um profissional de sucesso”

Direção



Sra. María Eugenia Aunió Lavarías

- ♦ Farmacêutica e especialista em Nutrição Clínica
- ♦ Autora do livro de referência na área de Nutrição Clínica "*Gestión Dietética del Sobrepeso en la Oficina de Farmacia*" (Editora Médica Panamericana)
- ♦ Farmacêutica com ampla experiência no setor público e privado
- ♦ Farmacêutica titular na Farmácia Valência
- ♦ Assistente de Farmácia da rede britânica de farmácias e varejistas de saúde e beleza Boots, Reino Unido
- ♦ Formada em Farmácia e Ciência e Tecnologia de Alimentos pela Universidade de Valência
- ♦ Direção do Curso "Dermocosméticos na Farmácia"



04

Estrutura e conteúdo

A estrutura do conteúdo foi elaborada por uma equipe de profissionais familiarizados com as implicações do programa de estudos na prática médica diária em nutrição, conscientes da relevância atual deste curso, para poder atuar junto a esportistas, com o ensino de qualidade através de novas tecnologias educacionais.





“

*Este Curso de Nutrição Esportiva
conta com o conteúdo científico mais
completo e atualizado do mercado”*

Módulo 1. Nutrição esportiva

- 1.1. Fisiologia do exercício
- 1.2. Adaptação fisiológica aos diferentes tipos de exercícios
- 1.3. Adaptação metabólica ao exercício Regulamentação e controle
- 1.4. Avaliação das necessidades energéticas e do estado nutricional do atleta
- 1.5. Avaliação da capacidade física do atleta
- 1.6. Alimentação nas diferentes fases da prática esportiva
 - 1.6.1. Pré-competição
 - 1.6.2. Durante
 - 1.6.3. Pós-competição
- 1.7. Hidratação
 - 1.7.1. Regulação e necessidades
 - 1.7.2. Tipos de bebidas
- 1.8. Planejamento dietético adaptado às modalidades esportivas
- 1.9. Ajudas ergonômicas e regulamentos antidoping atuais
 - 1.9.1. Recomendações da AMA e da AEPSAD
- 1.10. Nutrição na recuperação de lesões esportivas
- 1.11. Distúrbios psicológicos relacionados à prática esportiva
 - 1.11.1. Distúrbios alimentares: vigorexia, ortorexia, anorexia
 - 1.11.2. Fadiga por supertreinamento
 - 1.11.3. A tríade da atleta mulher
- 1.12. O papel do treinador no desempenho esportivo





“

Uma experiência de capacitação única, essencial e decisiva para impulsionar seu crescimento profissional”

05

Metodologia

Esta capacitação 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 inúmeros casos clínicos simulados, baseados em pacientes 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 estes tomassem decisões e justificassem como resolvê-las. Em 1924 se estabeleceu como um método de ensino padrão em Harvard”

A eficácia do método é justificada por quatro realizações fundamentais:

1. Os alunos que seguem este método não só assimilam os conceitos, mas também desenvolvem a capacidade mental através de exercícios para avaliar situações reais e aplicar o conhecimento
2. O aprendizado se consolida em habilidades práticas, permitindo ao aluno uma melhor integração no mundo real.
3. A assimilação de idéias e conceitos se tornam mais fáceis e eficientes, graças ao uso de situações que surgiram a partir da realidade.
4. A sensação de efetividade do esforço investido se torna um estímulo muito importante para os alunos, o que se traduz em um maior interesse pelo aprendizado e um aumento do tempo dedicado ao 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. Estas simulações são realizadas utilizando 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 250.000 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 universitário de alto perfil socioeconômico e uma média de idade de 43,5 anos.

O Relearning lhe permitirá aprender com menos esforço e mais desempenho, fazendo com que você se envolva mais na sua capacitação, desenvolvendo seu espírito crítico e sua capacidade de defender argumentos e contrastar opiniões, ou seja, 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 os melhores materiais educacionais, preparados especialmente para você:



Material de estudo

Todo o conteúdo didático foi desenvolvido especificamente para o programa pelos especialistas que irão ministrá-lo, o que permite 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 avançadas e oferecendo alta qualidade em cada um dos materiais que são colocados à disposição do aluno.



Técnicas cirúrgicas e procedimentos em vídeo

A TECH aproxima o aluno dos últimos avanços educacionais e da vanguarda das técnicas das técnicas médicas atuais. Tudo isso, rigorosamente explicado e detalhado, contribuindo para a assimilação e compreensão do aluno. E o melhor de tudo, você poderá assistir quantas vezes quiser.



Resumos interativos

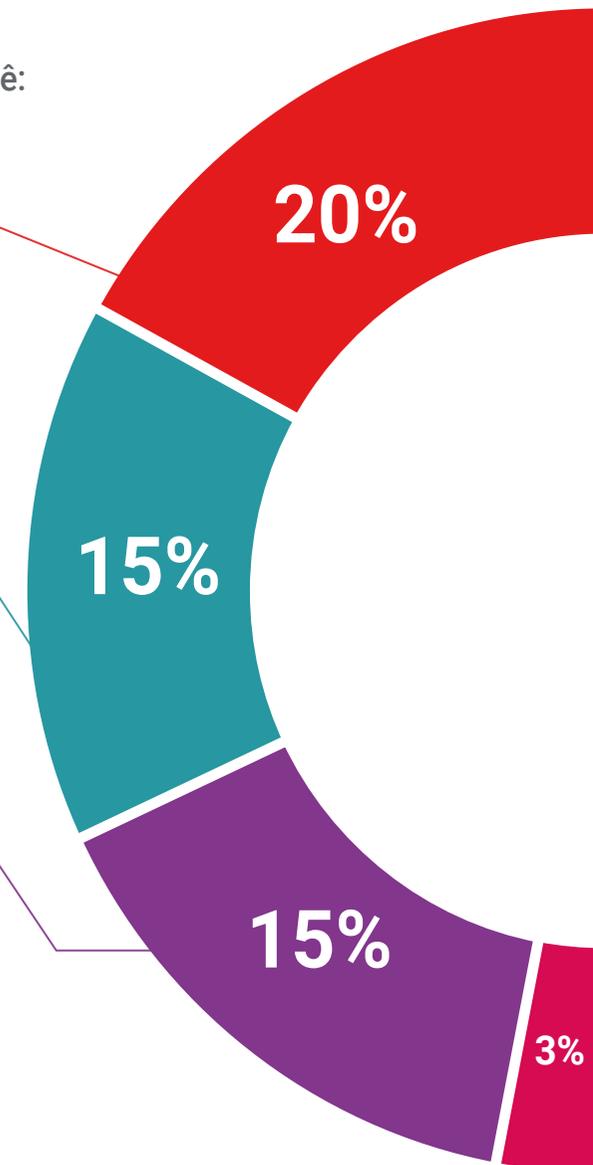
A equipe da TECH apresenta o conteúdo de forma atraente e dinâmica através de pílulas multimídia que incluem áudios, vídeos, imagens, diagramas e mapas conceituais, a fim de reforçar o conhecimento.

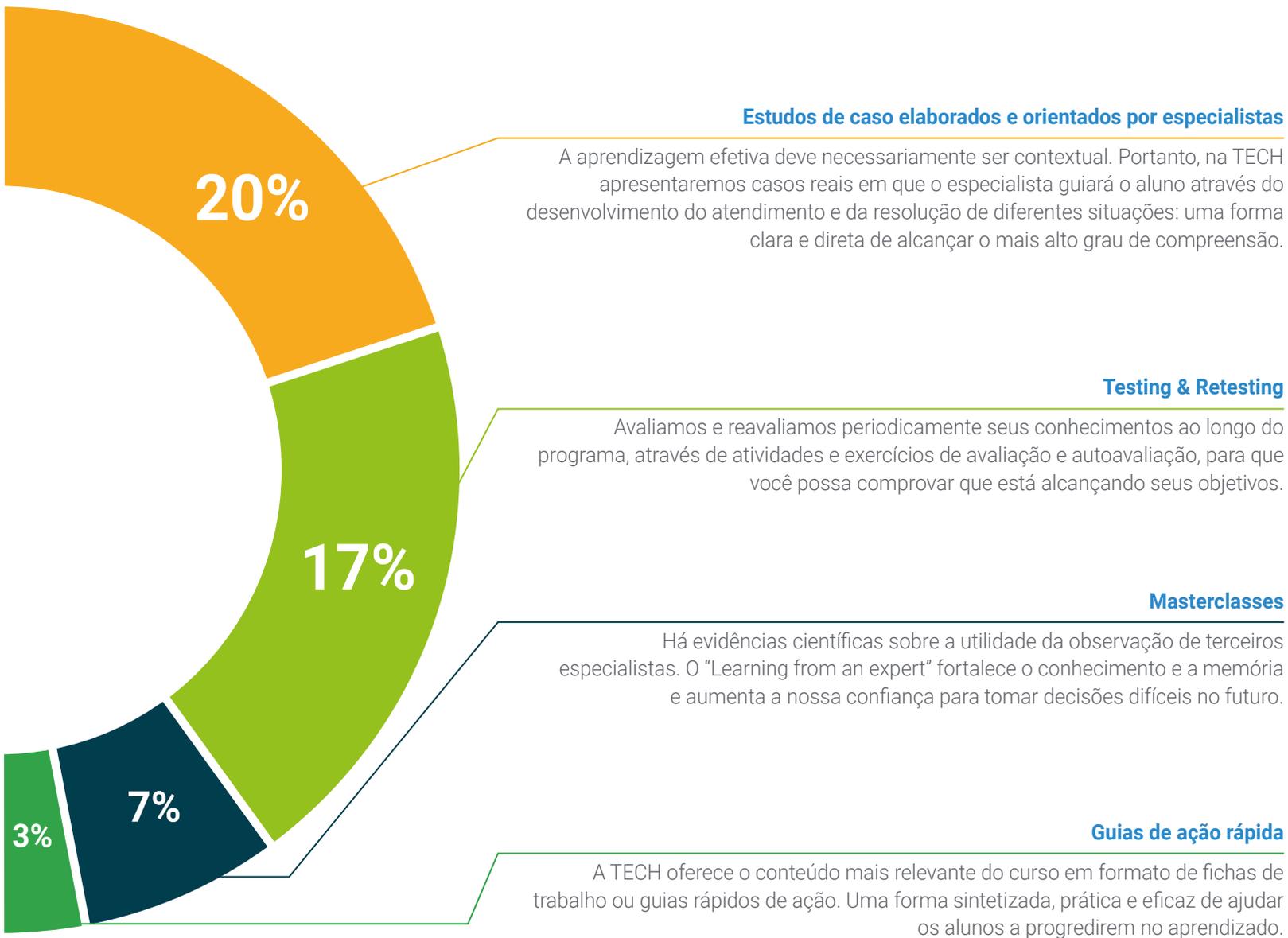
Este sistema exclusivo de capacitação por meio da apresentação de conteúdo multimídia foi premiado pela Microsoft como "Caso de sucesso na Europa".



Leitura complementar

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





06

Certificado

O Curso de Nutrição Esportiva garante, além da capacitação mais rigorosa e atualizada, acesso ao certificado do Curso emitido pela TECH Universidade Tecnológica.



“

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

Este **Curso de Nutrição Esportiva** 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 **Curso** emitido pela **TECH Universidade Tecnológica**.

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

Título: **Curso de Nutrição Esportiva**

N.º de Horas Oficiais: **150h**

Reconhecido pela 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 sistema

tech universidade
tecnológica

Curso

Nutrição Esportiva

- » Modalidade: online
- » Duração: 6 semanas
- » Certificado: TECH Universidade Tecnológica
- » Dedicção: 16h/semana
- » Horário: no seu próprio ritmo
- » Provas: online

Curso

Nutrição Esportiva

Reconhecido pela NBA

