

Diplomado

Nutrición y Actividad Física
en Medicina Antienvjecimiento



tech
universidad



Diplomado

Nutrición y Actividad Física en Medicina Antienvejecimiento

- » Modalidad: No escolarizada (100% en línea)
- » Duración: 12 semanas
- » Titulación: TECH Universidad
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

Acceso web: www.techtute.com/medicina/curso-universitario/nutricion-actividad-fisica-medicina-antienvjecimiento

Índice

01

Presentación

pág. 4

02

Objetivos

pág. 8

03

Dirección del curso

pág. 12

04

Estructura y contenido

pág. 16

05

Metodología de estudio

pág. 20

06

Titulación

pág. 28

01

Presentación

Llevar a cabo un estilo de vida saludable, con la práctica habitual de ejercicio y una dieta equilibrada, provoca grandes beneficios en la salud de las personas, incluso puede llegar a ralentizar el envejecimiento del organismo. Por ello, los profesionales de Medicina Antienvjecimiento deben tener en cuenta estos condicionantes para ofrecer una atención más personalizada a sus pacientes en materia de nutrición y actividad física. Con este programa queremos especializarte en este campo, con el objetivo de que adquieras una capacitación superior que te permita alcanzar el éxito profesional.





“

Conoce las principales recomendaciones sobre nutrición y actividad física aplicadas a la Medicina Antienvjecimiento y ofrece una atención más personalizada a tus pacientes”

Conocer las causas del envejecimiento ha sido objeto de estudio científico durante décadas y, lejos de conseguir una respuesta, cada vez surgen más interrogantes. Lo que sí está claro es que la actividad física aporta grandes beneficios sobre la salud, sobre todo en ciertas patologías (enfermedad coronaria, hipertensión arterial, cáncer, diabetes, beneficios psicológicos, movilización musculoesquelética...), hasta el punto de ser considerado como factor predictor de mortalidad en ciertas patologías. Además, constituye una herramienta para la evaluación de la capacidad funcional basal del paciente, ya que puede condicionar la actitud médica.

Por otra parte, la práctica de ejercicio físico regular mantiene nuestro organismo activo, oxigenado, favoreciendo un recambio metabólico continuado que nos hace eliminar muchos tóxicos de nuestro cuerpo, además de actuar sobre los radicales libres que provocan el estrés oxidativo en el organismo. Este estrés oxidativo puede hacer que el envejecimiento normal de nuestro cuerpo se precipite y la llegada a la senectud implique peor calidad de vida. Esta precipitación también se puede ver adelantada por el sedentarismo y la condición de obesidad.

Dichos radicales libres son sustancias muy oxidativas que se forman, además de en otras muchas actividades, en el metabolismo de los alimentos, y pueden causar daños que afectan a nuestros tejidos. Afortunadamente, nuestro organismo cuenta con mecanismos para neutralizar estas sustancias oxidativas volviéndolas inocuas. Por ello, conocer el papel de los distintos nutrientes con efecto antioxidante que ayudan a prevenir el envejecimiento prematuro además de conocer las propiedades y beneficios de distintos tipos de alimentos.

Para aumentar el conocimiento en este campo, en TECH hemos diseñado este Diplomado, que especializa al profesional para llevar a cabo un abordaje integral de sus pacientes desde un punto de vista multidisciplinar. De esta manera, entendemos que solo desde una fuente de conocimiento en disciplinas que a priori pudieran parecer independientes, pero que se demuestran estrechamente interrelacionadas, se puede abordar con garantías un proceso tan complejo y multifactorial como es el envejecimiento.

Este **Diplomado en Nutrición y Actividad Física en Medicina Antienvjecimiento** contiene el programa universitario más completo y actualizado del mercado. Las características más destacadas del Diplomado son:

- ♦ El desarrollo de casos prácticos presentados por expertos en medicina antienvjecimiento
- ♦ Los contenidos gráficos, esquemáticos y eminentemente prácticos con los que están concebidos recogen una información científica y práctica sobre aquellas disciplinas indispensables para el ejercicio profesional
- ♦ Las novedades sobre la nutrición y la actividad física en medicina antienvjecimiento
- ♦ Los ejercicios prácticos donde realizar el proceso de autoevaluación para mejorar el aprendizaje
- ♦ Su especial hincapié en metodologías innovadoras en nutrición y la actividad física en medicina antienvjecimiento
- ♦ Las lecciones teóricas, preguntas al experto, foros de discusión de temas controvertidos y trabajos de reflexión individual
- ♦ La disponibilidad de acceso a los contenidos desde cualquier dispositivo fijo o portátil con conexión a internet



Amplía tus conocimientos a través de este Diplomado y especialízate hasta conseguir la excelencia en este ámbito”

“

Este Diplomado es la mejor inversión que puedes hacer en la selección de un programa de actualización por dos motivos: además de poner al día tus conocimientos en la consulta de medicina antiaging y el abordaje global del paciente, obtendrás una titulación por la universidad online en español: TECH”

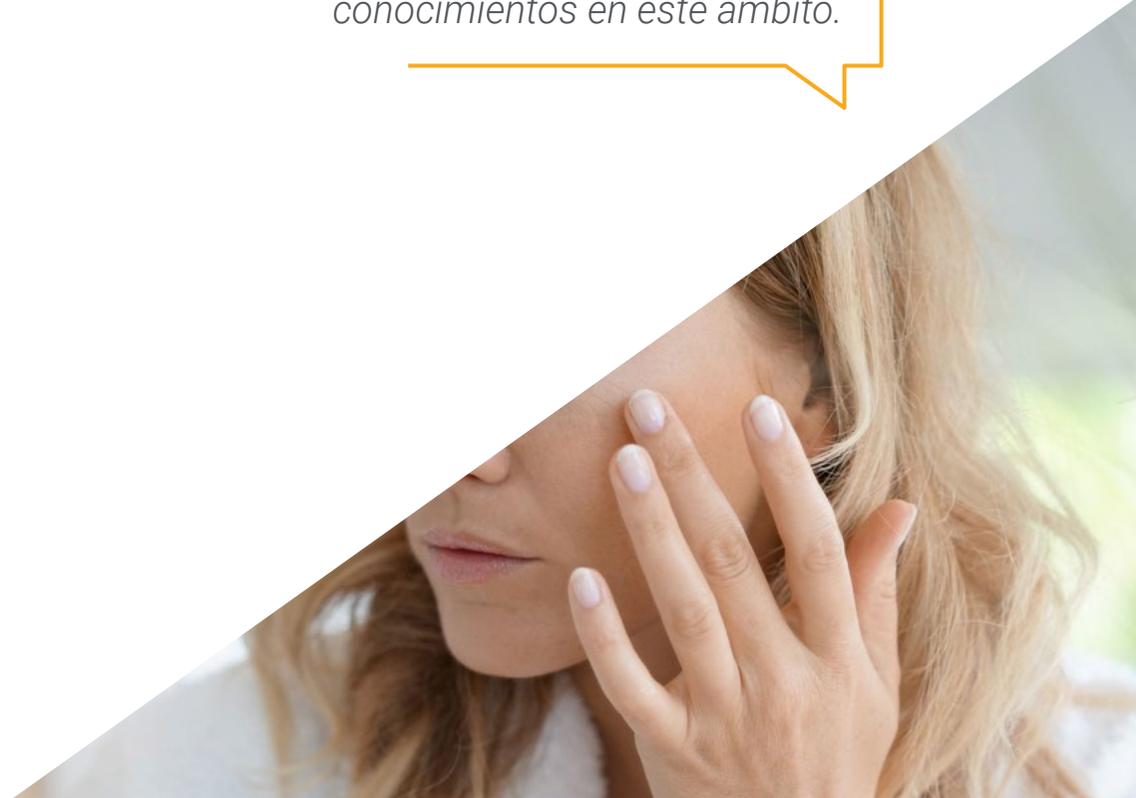
Incluye en su cuadro docente a profesionales pertenecientes al ámbito de la medicina estética, que vierten en esta capacitación la experiencia de su trabajo, además de reconocidos especialistas de sociedades de referencia y universidades de prestigio.

Su contenido multimedia, elaborado con la última tecnología educativa, permitirá al profesional un aprendizaje situado y contextual, es decir, un entorno simulado que proporcionará una capacitación inmersiva programada para entrenarse ante situaciones reales.

El diseño de este programa se centra en el Aprendizaje Basado en Problemas, mediante el cual el médico deberá tratar de resolver las distintas situaciones de práctica profesional que se le planteen a lo largo del curso académico. Para ello, el profesional contará con la ayuda de un novedoso sistema de vídeo interactivo realizado por reconocidos expertos en nutrición y actividad física en medicina antienvjecimiento, y con gran experiencia.

No dudes en realizar esta capacitación con nosotros. Encontrarás el mejor material didáctico con lecciones virtuales.

Este Diplomado 100% online te permitirá compaginar tus estudios con tu labor profesional a la vez que aumentas tus conocimientos en este ámbito.



02 Objetivos

El Diplomado en Nutrición y Actividad Física en Medicina Antienvejecimiento está orientado a facilitar la actuación del profesional con los últimos avances y tratamientos más novedosos en el sector, logrando una capacitación superior que le permita actuar con total seguridad ante los casos que se presentan en su consulta.



“

En TECH nos hemos propuesto el objetivo de ofrecerte la capacitación más completa del mercado en Medicina Antienvjecimiento para que adquieras un nivel superior de capacitación que te eleve hasta la élite profesional”



Objetivos generales

- ♦ Establecer las bases fisiológicas que permitan conocer el funcionamiento del organismo durante el ejercicio físico
- ♦ Identificar adaptaciones de los órganos y sistemas de entrenamiento, así como evaluación y aplicación fisiológica con el fin de mejorar el rendimiento físico
- ♦ Desarrollar plan de actividad física adaptada a las características del paciente
- ♦ Establecer el abordaje específico de la obesidad mediante fármacos
- ♦ Desarrollar los distintos tipos de nutrientes presentes en los alimentos
- ♦ Examinar distintos tipos de alimentos con efectos concretos sobre la salud
- ♦ Presentar tipos concretos de dietas

“

Con este programa queremos cumplir tu objetivo de adquirir una capacitación superior sobre este campo tan demandado”





Objetivos específicos

- ♦ Examinar la respuesta metabólica durante el ejercicio físico
- ♦ Determinar las diferentes técnicas para la evaluación fisiológica del paciente
- ♦ Analizar los principios básicos del entrenamiento deportivo que permitan elaborar plan de actividad física adaptada
- ♦ Conocer la importancia de la actividad física sobre ciertas patologías como cáncer, musculoesquelética, patología cardiovascular y respiratoria
- ♦ Analizar tendencias para recuperación y readaptación al esfuerzo
- ♦ Establecer de qué manera la obesidad y el sedentarismo contribuyen a la aceleración del envejecimiento
- ♦ Determinar las pautas e indicaciones del tratamiento farmacológico de la obesidad
- ♦ Establecer la contribución de los micronutrientes al estado nutricional normal
- ♦ Identificar enfermedades desarrolladas por carencias nutricionales y cómo evitarlas
- ♦ Presentar los distintos tipos de alimentos funcionales, nutraceuticos, así como las diferenciase entre ambos
- ♦ Examinar la aportación de prebiótico y probióticos a la salud
- ♦ Analizar la teoría del envejecimiento asociado a la oxidación celular y el papel de los antioxidantes presentes en los alimentos
- ♦ Identificar los distintos aditivos alimentarios y sus funciones en los alimentos
- ♦ Presentar tipos concretos de dietas y su contribución a mejorar las funciones del organismo

03

Dirección del curso

El programa incluye en su cuadro docente a expertos de referencia en técnicas de antiaging, que vierten en esta capacitación la experiencia de su trabajo. Además, participan en su diseño y elaboración otros expertos de reconocido prestigio que completan el programa de un modo interdisciplinar.



“

Los principales expertos en medicina estética se han unido para mostrarte todos sus conocimientos en este campo”

Dirección



Dra. Morante Tolbaños, María Cristina

- Cirujana Capilar en el Instituto Médico Láser
- Directora Médica en la Unidad de Cirugía Capilar en la Clínica MAN. Madrid
- Profesora del Máster de Trasplante Capilar en la Universidad de Católica de Murcia
- Profesora del Máster de Medicina y Trasplante Capilar en la Universidad de Alcalá
- Doctorado en Medicina Legal y Forense por la Universidad Complutense de Madrid
- Especialista del Daño Corporal por la Universidade da Coruña
- Máster en Medicina Capilar y Trasplante por la Universidad de Alcalá
- Máster en Medicina Estética y Antienvjecimiento por la Universidad Complutense de Madrid
- Máster en Medicina de Urgencias y Emergencias por la Universidad Complutense de Madrid
- Máster en Gestión Sanitaria y de Centros R. de Acción Social por la Universidad Complutense de Madrid

Profesores

Dra. Soriano Micó, María

- ♦ Responsable de la Unidad de Daño Cerebral en el Hospital de Crónicos de Mislata
- ♦ Médica Adjunta del Servicio de Rehabilitación en el Hospital de Manises
- ♦ Licenciada en Medicina por la Universidad Miguel Hernández de Elche
- ♦ MIR en Medicina Física y Rehabilitación en el Hospital Universitario Doctor Peset
- ♦ Magíster en Medicina Manual en el Hospital Clínico San Carlos
- ♦ Magíster en Medicina Manual en la Universidad Complutense de Madrid
- ♦ Máster en Ecografía Musculoesquelética e Intervencionismo Ecoguiado

Dña. Vera López, Inés

- ♦ Especialista en Nutrición Deportiva
- ♦ Dietista y Nutricionista en Clínicas Dorsia
- ♦ Dietista y Nutricionista en la Clínica IVRE
- ♦ Graduada en Nutrición Humana y Dietética por la Universidad de Valencia
- ♦ Máster en Nutrición y Salud por la Universitat Oberta de Catalunya
- ♦ Máster en Alimentación en la Actividad Física y el Deporte por la Universitat Oberta de Catalunya

Dra. Gennaro Della Rossa, María Natalia

- ♦ Jefa del Departamento de Cirugía Genital Estética en la Clínica Dorsia
- ♦ CEO y Directora Médica en el Club Antiaging Forever Young
- ♦ CEO y Directora de la clínica privada Dra. Natalia Gennaro
- ♦ Responsable del Departamento de Cirugía Ginecológica en el Hospital Universitario Ruber Juan Bravo
- ♦ Licenciada en Medicina por la Universidad Nacional de Córdoba. Argentina
- ♦ Especialista en Ginecología y Obstetricia por la Universidad de Argentina
- ♦ Máster en Antiaging y Hormonas por la American Academy of Antiaging Medicine
- ♦ Máster en Gestión Clínica, Dirección Médica y Asistencial
- ♦ Máster en Cirugía Laparoscópica Ginecológica Avanzada por la Universidad de Valencia
- ♦ Advanced Anti-Aging Certification por el Dr. Hertoghe Medical School

Dr. Calvache Castillo, Sergio

- ♦ Médico Deportivo en el Valencia Basket Club
- ♦ Médico Especialista en Neumología en el Hospital Universitario Doctor Peset
- ♦ Grado en Medicina por la Universidad de Granada
- ♦ Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
- ♦ Máster en Patología Respiratoria Grave por la SEPAR/ALAT
- ♦ Máster en Medicina Deportiva por la Escuela Clínica y de Ciencias de la Salud
- ♦ Máster en Medicina Clínica por la Universidad Camilo José Cela

Dra. Villacampa Crespo, Beatriz

- ♦ Farmacéutica de Atención Primaria en el Hospital General Universitario de Elche
- ♦ Farmacéutica Adjunta en la oficina de Farmacia en Vinaròs
- ♦ Farmacéutica del programa REFAR (Revisión de Pacientes Crónicos Polimedicados) en el departamento de Vinaròs
- ♦ Licenciada en Farmacia por la Universidad de Valencia
- ♦ Diplomada en Nutrición Humana y Dietética por la Universidad de Valencia

Dra. Gómez Arnáiz, Karen

- ♦ Fundadora de SIRCAM S.A. de C.V. Sistemas de Regeneración Celular, Aplicados a la Medicina
- ♦ Creadora de la marca SAHS Saludables Atajos Hacia la Salud
- ♦ Cofundadora de la Clínica Rejuvenecer *NUR*/ Láser Regenerativa
- ♦ Médico Adjunto de consultorios médicos especializados en Técnicas de Regeneración Celular, México
- ♦ Especializada en Medicina Ortomolecular por la Universidad Mexicana de Medicina y Nutrición Ortomolecular
- ♦ Diplomada en Medicina Antienvejecimiento y Diplomada en Perfeccionamiento en Técnicas Antienvejecimiento por el Instituto Mexicano de Estudios en Longevidad
- ♦ Certificada en Medicina Estética por el IMEL e instituciones afiliadas a International College of Advanced Longevity Medicine ICALM
- ♦ Licenciada en Medicina por la Universidad Autónoma de México
- ♦ Conferencista en foros médicos como el de Centro Médico Nacional

04

Estructura y contenido

La estructura de los contenidos ha sido diseñada por los mejores profesionales del sector en técnicas antienvjecimiento, con una amplia trayectoria y reconocido prestigio en la profesión, avalado por el volumen de casos revisados, estudiados e intervenidos, y con amplio dominio de las nuevas tecnologías aplicadas a la docencia.





“

Este Diplomado contiene el programa universitario más completo y actualizado del mercado, lo que lo convierte en tu mejor opción de estudio”

Módulo 1. Actividad Física. Sedentarismo. Obesidad

- 1.1. Fisiología de la actividad física
 - 1.1.1. Control nervioso y muscular del movimiento
 - 1.1.2. Metabolismo en el ejercicio
 - 1.1.3. Respuestas adaptativas al ejercicio físico
 - 1.1.3.1. Hematología
 - 1.1.3.2. Cardiovascular
 - 1.1.3.3. Pulmonar
 - 1.1.3.4. Muscular
- 1.2. Evaluación fisiológica e interpretación I
 - 1.2.1. Antropometría
 - 1.2.2. Capacidad funcional aeróbica y anaeróbica
 - 1.2.3. Pruebas de laboratorio
 - 1.2.4. Pruebas de campo
- 1.3. Evaluación fisiológica e interpretación II
 - 1.3.1. Pruebas de esfuerzo
 - 1.3.2. Interpretación de prueba de esfuerzo
 - 1.3.3. Casos clínicos
- 1.4. Prescripción personalizada de actividad física en el adulto joven
 - 1.4.1. Fundamentos del entrenamiento de Fuerza
 - 1.4.2. Fundamentos del entrenamiento de la Resistencia
 - 1.4.3. Prevención de lesiones
 - 1.4.3.1. Entrenamiento sensorio-motor
 - 1.4.3.2. Entrenamiento de flexibilidad
- 1.5. Prescripción personalizada de actividad física en el adulto mayor
 - 1.5.1. Fundamentos del entrenamiento cardiovascular y sus diferencias con el adulto joven
 - 1.5.2. Fundamentos del entrenamiento de fuerza y resistencia
 - 1.5.3. Prevención de caídas
- 1.6. Actividad física, longevidad y calidad de vida
 - 1.6.1. Enfermedades cardiovasculares
 - 1.6.2. Enfermedades pulmonares
 - 1.6.3. Enfermedades neuromusculares
 - 1.6.4. Enfermedades musculoesqueléticas

- 1.6.5. Poblaciones especiales
 - 1.6.5.1. Embarazo
 - 1.6.5.2. Edad avanzada
- 1.7. Estrategias para la rehabilitación y recuperación al esfuerzo
 - 1.7.1. Técnicas de recuperación
 - 1.7.1.1. Medidas físicas
 - 1.7.1.2. Nutrición (hidratación, dieta)
 - 1.7.2. Preacondicionamiento hipóxico
- 1.8. Sedentarismo y obesidad
 - 1.8.1. Situación actual de la obesidad a nivel mundial y en España
 - 1.8.2. Obesidad como enfermedad metabólica
 - 1.8.3. Estrategias de prevención de obesidad y sedentarismo
- 1.9. Tratamiento farmacológico de la obesidad. GLP1–Liraglutide.
 - 1.9.1. Mecanismo de acción farmacológico
 - 1.9.2. Indicaciones y contraindicaciones
 - 1.9.3. Utilidad en la práctica clínica y sus aplicaciones
- 1.10. Suplementación dietética
 - 1.10.1. Vitaminas
 - 1.10.2. Antioxidantes
 - 1.10.3. Coencima Q10
 - 1.10.4. Calcio
 - 1.10.5. Condroprotectores
 - 1.10.6. Nutricosméticos

Módulo 2. Nutrición

- 2.1. Micronutrición
 - 2.1.1. Concepto micronutriente
 - 2.1.2. Vitaminas
 - 2.1.3. Minerales
 - 2.1.4. Oligoelementos
 - 2.1.5. Otros micronutrientes
- 2.2. Nutrición Ortomolecular
 - 2.2.1. Concepto nutrición ortomolecular
 - 2.2.2. Nutrifármacos
 - 2.2.3. Utilidades nutrición ortomolecular



- 2.3. Suplementación
 - 2.3.1. Concepto de suplementos nutricionales
 - 2.3.2. Tipos de suplementos nutricionales
 - 2.3.3. Utilidad suplementos nutricionales en medicina antienviejimiento
- 2.4. Nutrigenética. Nutrigenómica
 - 2.4.1. Concepto nutrigenética
 - 2.4.2. Concepto nutrigenómica
 - 2.4.3. Aplicaciones de la nutrigenética y nutrigenómica
- 2.5. Vitaminas y Prevención De Enfermedades
 - 2.5.1. Tipos de vitaminas
 - 2.5.2. Hipovitaminosis e hipervitaminosis
 - 2.5.3. Tratamiento y prevención de hipovitaminosis
- 2.6. Aditivos Alimentarios
 - 2.6.1. Concepto de aditivo alimentario
 - 2.6.2. Funciones de los aditivos alimentarios
 - 2.6.3. Clasificación e identificación de los alimentos alimentarios
- 2.7. Nutrición y Alimentación Integrativa
 - 2.7.1. Concepto y fundamentos de la nutrición integrativa
 - 2.7.2. Alimentación antiinflamatoria
 - 2.7.3. Nutrición integrativa y futuro
- 2.8. Nutraceuticos
 - 2.8.1. Nutraceuticos
 - 2.8.2. Diferencias entre nutraceutico y complementos alimenticios
 - 2.8.3. Nutraceuticos más representativos
- 2.9. Prebióticos y Probióticos
 - 2.9.1. Concepto de prebiótico. Beneficios de los prebióticos
 - 2.9.2. Concepto de probiótico. Beneficio de los probióticos
 - 2.9.3. Concepto de simbiótico. Beneficio de los simbióticos
- 2.10. Radicales Libres y Antioxidantes
 - 2.10.1. Concepto de radicales libres y su papel en el envejecimiento celular
 - 2.10.2. Función y tipos de antioxidantes
 - 2.10.3. Papel de los antioxidantes en la prevención del envejecimiento

05

Metodología de estudio

TECH es la primera universidad en el mundo que combina la metodología de los **case studies** con el **Relearning**, un sistema de aprendizaje 100% online basado en la reiteración dirigida.

Esta disruptiva estrategia pedagógica ha sido concebida para ofrecer a los profesionales la oportunidad de actualizar conocimientos y desarrollar competencias de un modo intenso y riguroso. Un modelo de aprendizaje que coloca al estudiante en el centro del proceso académico y le otorga todo el protagonismo, adaptándose a sus necesidades y dejando de lado las metodologías más convencionales.



“

TECH te prepara para afrontar nuevos retos en entornos inciertos y lograr el éxito en tu carrera”

El alumno: la prioridad de todos los programas de TECH

En la metodología de estudios de TECH el alumno es el protagonista absoluto. Las herramientas pedagógicas de cada programa han sido seleccionadas teniendo en cuenta las demandas de tiempo, disponibilidad y rigor académico que, a día de hoy, no solo exigen los estudiantes sino los puestos más competitivos del mercado.

Con el modelo educativo asincrónico de TECH, es el alumno quien elige el tiempo que destina al estudio, cómo decide establecer sus rutinas y todo ello desde la comodidad del dispositivo electrónico de su preferencia. El alumno no tendrá que asistir a clases en vivo, a las que muchas veces no podrá acudir. Las actividades de aprendizaje las realizará cuando le venga bien. Siempre podrá decidir cuándo y desde dónde estudiar.

“

*En TECH NO tendrás clases en directo
(a las que luego nunca puedes asistir)”*



Los planes de estudios más exhaustivos a nivel internacional

TECH se caracteriza por ofrecer los itinerarios académicos más completos del entorno universitario. Esta exhaustividad se logra a través de la creación de temarios que no solo abarcan los conocimientos esenciales, sino también las innovaciones más recientes en cada área.

Al estar en constante actualización, estos programas permiten que los estudiantes se mantengan al día con los cambios del mercado y adquieran las habilidades más valoradas por los empleadores. De esta manera, quienes finalizan sus estudios en TECH reciben una preparación integral que les proporciona una ventaja competitiva notable para avanzar en sus carreras.

Y además, podrán hacerlo desde cualquier dispositivo, pc, tableta o smartphone.

“

El modelo de TECH es asincrónico, de modo que te permite estudiar con tu pc, tableta o tu smartphone donde quieras, cuando quieras y durante el tiempo que quieras”

Case studies o Método del caso

El método del caso ha sido el sistema de aprendizaje más utilizado por las mejores escuelas de negocios del mundo. Desarrollado en 1912 para que los estudiantes de Derecho no solo aprendiesen las leyes a base de contenidos teóricos, su función era también presentarles situaciones complejas reales. Así, podían tomar decisiones y emitir juicios de valor fundamentados sobre cómo resolverlas. En 1924 se estableció como método estándar de enseñanza en Harvard.

Con este modelo de enseñanza es el propio alumno quien va construyendo su competencia profesional a través de estrategias como el *Learning by doing* o el *Design Thinking*, utilizadas por otras instituciones de renombre como Yale o Stanford.

Este método, orientado a la acción, será aplicado a lo largo de todo el itinerario académico que el alumno emprenda junto a TECH. De ese modo se enfrentará a múltiples situaciones reales y deberá integrar conocimientos, investigar, argumentar y defender sus ideas y decisiones. Todo ello con la premisa de responder al cuestionamiento de cómo actuaría al posicionarse frente a eventos específicos de complejidad en su labor cotidiana.



Método Relearning

En TECH los *case studies* son potenciados con el mejor método de enseñanza 100% online: el *Relearning*.

Este método rompe con las técnicas tradicionales de enseñanza para poner al alumno en el centro de la ecuación, proveyéndole del mejor contenido en diferentes formatos. De esta forma, consigue repasar y reiterar los conceptos clave de cada materia y aprender a aplicarlos en un entorno real.

En esta misma línea, y de acuerdo a múltiples investigaciones científicas, la reiteración es la mejor manera de aprender. Por eso, TECH ofrece entre 8 y 16 repeticiones de cada concepto clave dentro de una misma lección, presentada de una manera diferente, con el objetivo de asegurar que el conocimiento sea completamente afianzado durante el proceso de estudio.

El Relearning te permitirá aprender con menos esfuerzo y más rendimiento, implicándote más en tu especialización, desarrollando el espíritu crítico, la defensa de argumentos y el contraste de opiniones: una ecuación directa al éxito.



Un Campus Virtual 100% online con los mejores recursos didácticos

Para aplicar su metodología de forma eficaz, TECH se centra en proveer a los egresados de materiales didácticos en diferentes formatos: textos, vídeos interactivos, ilustraciones y mapas de conocimiento, entre otros. Todos ellos, diseñados por profesores cualificados que centran el trabajo en combinar casos reales con la resolución de situaciones complejas mediante simulación, el estudio de contextos aplicados a cada carrera profesional y el aprendizaje basado en la reiteración, a través de audios, presentaciones, animaciones, imágenes, etc.

Y es que las últimas evidencias científicas en el ámbito de las Neurociencias apuntan a la importancia de tener en cuenta el lugar y el contexto donde se accede a los contenidos antes de iniciar un nuevo aprendizaje. Poder ajustar esas variables de una manera personalizada favorece que las personas puedan recordar y almacenar en el hipocampo los conocimientos para retenerlos a largo plazo. Se trata de un modelo denominado *Neurocognitive context-dependent e-learning* que es aplicado de manera consciente en esta titulación universitaria.

Por otro lado, también en aras de favorecer al máximo el contacto mentor-alumno, se proporciona un amplio abanico de posibilidades de comunicación, tanto en tiempo real como en diferido (mensajería interna, foros de discusión, servicio de atención telefónica, email de contacto con secretaría técnica, chat y videoconferencia).

Asimismo, este completísimo Campus Virtual permitirá que el alumnado de TECH organice sus horarios de estudio de acuerdo con su disponibilidad personal o sus obligaciones laborales. De esa manera tendrá un control global de los contenidos académicos y sus herramientas didácticas, puestas en función de su acelerada actualización profesional.



La modalidad de estudios online de este programa te permitirá organizar tu tiempo y tu ritmo de aprendizaje, adaptándolo a tus horarios”

La eficacia del método se justifica con cuatro logros fundamentales:

1. Los alumnos que siguen este método no solo consiguen la asimilación de conceptos, sino un desarrollo de su capacidad mental, mediante ejercicios de evaluación de situaciones reales y aplicación de conocimientos.
2. El aprendizaje se concreta de una manera sólida en capacidades prácticas que permiten al alumno una mejor integración en el mundo real.
3. Se consigue una asimilación más sencilla y eficiente de las ideas y conceptos, gracias al planteamiento de situaciones que han surgido de la realidad.
4. La sensación de eficiencia del esfuerzo invertido se convierte en un estímulo muy importante para el alumnado, que se traduce en un interés mayor en los aprendizajes y un incremento del tiempo dedicado a trabajar en el curso.

La metodología universitaria mejor valorada por sus alumnos

Los resultados de este innovador modelo académico son constatables en los niveles de satisfacción global de los egresados de TECH.

La valoración de los estudiantes sobre la calidad docente, calidad de los materiales, estructura del curso y sus objetivos es excelente. No en valde, la institución se convirtió en la universidad mejor valorada por sus alumnos según el índice global score, obteniendo un 4,9 de 5.

Accede a los contenidos de estudio desde cualquier dispositivo con conexión a Internet (ordenador, tablet, smartphone) gracias a que TECH está al día de la vanguardia tecnológica y pedagógica.

Podrás aprender con las ventajas del acceso a entornos simulados de aprendizaje y el planteamiento de aprendizaje por observación, esto es, Learning from an expert.



Así, en este programa estarán disponibles los mejores materiales educativos, preparados a conciencia:



Material de estudio

Todos los contenidos didácticos son creados por los especialistas que van a impartir el curso, específicamente para él, de manera que el desarrollo didáctico sea realmente específico y concreto.

Estos contenidos son aplicados después al formato audiovisual que creará nuestra manera de trabajo online, con las técnicas más novedosas que nos permiten ofrecerte una gran calidad, en cada una de las piezas que pondremos a tu servicio.



Prácticas de habilidades y competencias

Realizarás actividades de desarrollo de competencias y habilidades específicas en cada área temática. Prácticas y dinámicas para adquirir y desarrollar las destrezas y habilidades que un especialista precisa desarrollar en el marco de la globalización que vivimos.



Resúmenes interactivos

Presentamos los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audio, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

Este sistema exclusivo educativo para la presentación de contenidos multimedia fue premiado por Microsoft como "Caso de éxito en Europa".



Lecturas complementarias

Artículos recientes, documentos de consenso, guías internacionales... En nuestra biblioteca virtual tendrás acceso a todo lo que necesitas para completar tu capacitación.





Case Studies

Completarás una selección de los mejores *case studies* de la materia. Casos presentados, analizados y tutorizados por los mejores especialistas del panorama internacional.



Testing & Retesting

Evaluamos y reevaluamos periódicamente tu conocimiento a lo largo del programa. Lo hacemos sobre 3 de los 4 niveles de la Pirámide de Miller.



Clases magistrales

Existe evidencia científica sobre la utilidad de la observación de terceros expertos. El denominado *Learning from an expert* afianza el conocimiento y el recuerdo, y genera seguridad en nuestras futuras decisiones difíciles.



Guías rápidas de actuación

TECH ofrece los contenidos más relevantes del curso en forma de fichas o guías rápidas de actuación. Una manera sintética, práctica y eficaz de ayudar al estudiante a progresar en su aprendizaje.



06

Titulación

El Diplomado en Nutrición y Actividad Física en Medicina Antienvjecimiento te garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Diplomado expedido por la TECH Universidad.



“

Supera con éxito esta capacitación y recibe tu titulación universitaria sin desplazamientos ni farragosos trámites”

Este **Diplomado Nutrición y Actividad Física en Medicina Antienvjecimiento** contiene el programa universitario más completo y actualizado del mercado.

Tras la superación de la evaluación, el alumno recibirá por correo postal* con acuse de recibo su correspondiente título de **Diplomado** emitido por **TECH Universidad**.

Este título expedido por **TECH Universidad** expresará la calificación que haya obtenido en el Diplomado, y reunirá los requisitos comúnmente exigidos por las bolsas de trabajo, oposiciones y comités evaluadores de carreras profesionales.

Título: **Diplomado Nutrición y Actividad Física en Medicina Antienvjecimiento**

Modalidad: **No escolarizada (100% en línea)**

Duración: **6 semanas**



*Apostilla de La Haya. En caso de que el alumno solicite que su título en papel recabe la Apostilla de La Haya, TECH Universidad realizará las gestiones oportunas para su obtención, con un coste adicional.



Diplomado

Nutrición y Actividad
Física en Medicina
Antienvejecimiento

- » Modalidad: No escolarizada (100% en línea)
- » Duración: 12 semanas
- » Titulación: TECH Universidad
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

Diplomado

Nutrición y Actividad Física
en Medicina Antienvjecimiento

