

Diplomado

Nutrición Deportiva

Avalado por la NBA





Diplomado Nutrición Deportiva

- » Modalidad: online
- » Duración: 6 semanas
- » Titulación: TECH Universidad Tecnológica
- » Dedicación: 16h/semana
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

Acceso web: www.techtitute.com/medicina/curso-universitario/nutricion-deportiva

Índice

01

Presentación

pág. 4

02

Objetivos

pág. 8

03

Dirección del curso

pág. 12

04

Estructura y contenido

pág. 16

05

Metodología

pág. 20

06

Titulación

pág. 28

01

Presentación

La nutrición interviene en la evolución de las patologías, en unos casos como factor etiológico y en otros como complicación. Por ello, existe un creciente interés en el estudio de la alimentación y nutrición de soporte. De este modo, es fundamental llevar una correcta alimentación en relación con el desarrollo de la práctica deportiva. Bajo este contexto, TECH ha diseñado una exclusiva titulación en la que el profesional profundizará en la valoración de las necesidades energéticas y del estado nutricional del deportista, profundizando en la alimentación necesaria en las distintas fases de la práctica deportiva. Todo ello en un formato totalmente online, que permite al egresado ponerse al día, sin necesidad de desplazarse y ajustar su vida a un timing preestablecido.





“

Mejora tus conocimientos a través de este programa, donde encontrarás el mejor material didáctico con casos clínicos reales. Conoce aquí los últimos avances en la especialidad para poder realizar una praxis médica de calidad”

El mundo actual se caracteriza por un incremento en la preocupación por la salud y el bienestar, y la nutrición deportiva se ha convertido en un tema de especial interés. La alimentación es un factor crucial en el rendimiento deportivo, ya que manteniendo una dieta balanceada y rica en nutrientes el deportista encontrará diferentes beneficios para su cuerpo y rendimiento físico. De hecho, según un estudio realizado, cada vez son más los nuevos atletas que buscan priorizar su dieta alimenticia con el objetivo de conseguir resultados eficientes, en muchos de los casos dan inicio a este proceso acudiendo al médico o a una consulta que les proporcione una valoración adecuada.

Por ello, es de vital importancia que el profesional del campo actualice sus conocimientos en función de las nuevas tendencias alimenticias enfocadas al deporte y al atleta. Ante esta necesidad, TECH ha creado el Diplomado en Nutrición Deportiva, donde responde a la creciente necesidad de profesionales por capacitarse en un sector en auge. El programa se centra en proporcionar a los médicos una actualización rigurosa en el campo de la nutrición deportiva, a través de un enfoque práctico y basado en la evidencia científica más reciente.

Además, el programa se desarrolla en un formato 100% online, lo que permite a los matriculados adaptar su aprendizaje a sus necesidades y horarios. También, utiliza la metodología *Relearning*, que se centra en el aprendizaje a través de la resolución de problemas, la práctica y la retroalimentación. Esto asegura que los profesionales puedan aplicar lo aprendido en situaciones reales y estén preparados para enfrentar los retos que se presenten en el campo.

Este **Diplomado en Nutrición Deportiva** contiene el programa científico más completo y actualizado del mercado. Sus características más destacadas son:

- ♦ Desarrollo de casos clínicos presentados por expertos en Nutrición Deportiva. Sus contenidos gráficos, esquemáticos y eminentemente prácticos con los que están concebidos, recogen una información científica y asistencial sobre aquellas disciplinas médicas indispensables para el ejercicio profesional
- ♦ Novedades diagnóstico-terapéuticas sobre la actuación en Nutrición Deportiva
- ♦ Sistema interactivo de aprendizaje basado en algoritmos para la toma de decisiones sobre las situaciones clínicas planteadas
- ♦ Con un especial hincapié en la medicina basada en pruebas y las metodologías de la investigación en Nutrición Deportiva
- ♦ Todo esto se complementará con lecciones teóricas, preguntas al experto, foros de discusión de temas controvertidos y trabajos de reflexión individual
- ♦ Disponibilidad de los contenidos desde cualquier dispositivo fijo o portátil con conexión a internet



Este Diplomado contiene el programa científico más completo y actualizado del mercado”

“

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 Nutrición Deportiva, obtendrás un título de Diplomado por TECH Universidad Tecnológica”

El programa incluye en su cuadro docente a profesionales del sector 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 profesional deberá tratar de resolver las distintas situaciones de práctica profesional que se le planteen a lo largo del curso académico. Para ello, contará con la ayuda de un novedoso sistema de vídeo interactivo realizado por reconocidos expertos.

El Diplomado permite ejercitarse en entornos simulados, que proporcionan un aprendizaje inmersivo programado para entrenarse ante situaciones reales.

Incluye casos clínicos para acercarse al máximo al desarrollo del programa a la realidad de la atención.



02 Objetivos

El principal objetivo que persigue el programa es el desarrollo del aprendizaje teórico-práctico, de forma que el médico consiga dominar de forma práctica y rigurosa la Nutrición Deportiva.



“

Este programa de actualización generará una sensación de seguridad en el desempeño de la praxis médica, que te ayudará a crecer personal y profesionalmente”



Objetivos generales

- ♦ Actualizar los conocimientos del médico en las nuevas tendencias en nutrición humana, tanto en la salud como en situaciones patológicas a través de la medicina basada en la evidencia
- ♦ Promover estrategias de trabajo basadas en el conocimiento práctico de las nuevas corrientes en nutrición y su aplicación a las patologías del adulto, donde ésta juega un papel primordial en la terapéutica de las mismas
- ♦ Favorecer la adquisición de habilidades y destrezas técnicas, mediante un sistema audiovisual potente, y posibilidad de desarrollo a través de talleres online de simulación y/o capacitación específica
- ♦ Incentivar el estímulo profesional mediante el aprendizaje continuado, y la investigación
- ♦ Capacitar para la investigación en pacientes con problemas nutricionales





Objetivos específicos

- Evaluar y prescribir la actividad física como factor implicado en el estado nutricional
- Estudiar las últimas novedades en fisiología del ejercicio
- Resaltar la importancia de una buena hidratación en toda disciplina deportiva
- Conocer las recomendaciones más recientes de AMA y AEPSAD
- Tratar los trastornos alimentarios comunes en la práctica deportiva como la Vigorexia, Ortorexia o Anorexia



Aprovecha la oportunidad y da el paso para ponerte al día en las últimas novedades en Nutrición Deportiva”

03 Dirección del curso

TECH quiere proporcionar conocimientos capacitantes a sus alumnos y gracias a este cuadro docente altamente cualificado, proporciona al alumno los contenidos más actualizados en materia de Nutrición Deportiva . Los profesionales encargados de todo el contenido didáctico tienen años de experiencia docente que se han unido para ayudar a dar un impulso a la carrera profesional del egresado. Para ello, han elaborado este Diplomado con actualizaciones recientes en la materia que le permitirá capacitarse y aumentar sus habilidades en este sector.





“

*Capacítate con los mejores profesionales del sector
y conviértete tú mismo en un profesional de éxito”*

Dirección



Dra. Aunión Lavarías, María Eugenia

- ♦ Farmacéutica experta en Nutrición Clínica
- ♦ Autora del libro referente en el campo de la Nutrición Clínica, *Gestión Dietética del Sobrepeso en la Oficina de Farmacia* (Editorial Médica Panamericana)
- ♦ Farmacéutica con amplia experiencia en el sector público y privado
- ♦ Farmacéutica Titular
- ♦ Asistente de Farmacia. Cadena de Farmacias. Minoristas de Salud y Belleza Británica Boots UK. Oxford Street Central London
- ♦ Licenciatura en Ciencia y Tecnología de los Alimentos. Universidad de Valencia
- ♦ Dirección del Curso Universitario Dermocosmética. Oficina de Farmacia



04

Estructura y contenido

La estructura de los contenidos ha sido diseñada por un equipo de profesionales conocedor de las implicaciones de la capacitación en la práctica médica diaria en nutrición, conscientes de la relevancia de la actualidad de la enseñanza para poder actuar ante el deportista, con la enseñanza de calidad mediante las nuevas tecnologías educativas.





“

*Este Diplomado Nutrición Deportiva,
contiene el programa científico más
completo y actualizado del mercado”*

Modulo 1. Alimentación en la práctica deportiva

- 1.1. Fisiología del ejercicio
- 1.2. Adaptación fisiológica a los distintos tipos de ejercicio
- 1.3. Adaptación metabólica al ejercicio. Regulación y control
- 1.4. Valoración de las necesidades energéticas y del estado nutricional del deportista
- 1.5. Valoración de la capacidad física del deportista
- 1.6. Alimentación en las distintas fases de la práctica deportiva
 - 1.6.1. Precompetitiva
 - 1.6.2. Durante
 - 1.6.3. Postcompetición
- 1.7. Hidratación
 - 1.7.1. Regulación y necesidades
 - 1.7.2. Tipos de bebidas
- 1.8. Planificación dietética adaptada a las modalidades deportivas
- 1.9. Ayudas ergogénicas y normativa actual antidopaje
 - 1.9.1. Recomendaciones AMA y AEPSAD
- 1.10. La nutrición en la recuperación de las lesiones deportivas
- 1.11. Trastornos psicológicos relacionados con la práctica del deporte
 - 1.11.1. Trastornos alimentarios: vigorexia, ortorexia, anorexia
 - 1.11.2. Fatiga por sobreentrenamiento
 - 1.11.3. La triada de la atleta femenina
- 1.12. El papel del *coach* en el rendimiento deportivo.





“

*Una experiencia de capacitación
única, clave y decisiva para
impulsar tu desarrollo profesional”*

05

Metodología

Este programa de capacitación ofrece una forma diferente de aprender. Nuestra metodología se desarrolla a través de un modo de aprendizaje de forma cíclica: ***el Relearning***.

Este sistema de enseñanza es utilizado, por ejemplo, en las facultades de medicina más prestigiosas del mundo y se ha considerado uno de los más eficaces por publicaciones de gran relevancia como el ***New England Journal of Medicine***.



“

Descubre el Relearning, un sistema que abandona el aprendizaje lineal convencional para llevarte a través de sistemas cíclicos de enseñanza: una forma de aprender que ha demostrado su enorme eficacia, especialmente en las materias que requieren memorización”

En TECH empleamos el Método del Caso

Ante una determinada situación, ¿qué debería hacer un profesional? A lo largo del programa, los estudiantes se enfrentarán a múltiples casos clínicos simulados, basados en pacientes reales en los que deberán investigar, establecer hipótesis y, finalmente, resolver la situación. Existe abundante evidencia científica sobre la eficacia del método. Los especialistas aprenden mejor, más rápido y de manera más sostenible en el tiempo.

Con TECH podrás experimentar una forma de aprender que está moviendo los cimientos de las universidades tradicionales de todo el mundo.



Según el Dr. Gérvas, el caso clínico es la presentación comentada de un paciente, o grupo de pacientes, que se convierte en «caso», en un ejemplo o modelo que ilustra algún componente clínico peculiar, bien por su poder docente, bien por su singularidad o rareza. Es esencial que el caso se apoye en la vida profesional actual, intentando recrear los condicionantes reales en la práctica profesional del médico.

“

¿Sabías que este método fue desarrollado en 1912, en Harvard, para los estudiantes de Derecho? El método del caso consistía en presentarles situaciones complejas reales para que tomaran decisiones y justificasen cómo resolverlas. En 1924 se estableció como método estándar de enseñanza en Harvard”

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.



Relearning Methodology

TECH aúna de forma eficaz la metodología del Estudio de Caso con un sistema de aprendizaje 100% online basado en la reiteración, que combina 8 elementos didácticos diferentes en cada lección.

Potenciamos el Estudio de Caso con el mejor método de enseñanza 100% online: el Relearning.

El profesional aprenderá mediante casos reales y resolución de situaciones complejas en entornos simulados de aprendizaje. Estos simulacros están desarrollados a partir de software de última generación que permiten facilitar el aprendizaje inmersivo.



Situado a la vanguardia pedagógica mundial, el método Relearning ha conseguido mejorar los niveles de satisfacción global de los profesionales que finalizan sus estudios, con respecto a los indicadores de calidad de la mejor universidad online en habla hispana (Universidad de Columbia).

Con esta metodología, se han capacitado más de 250.000 médicos con un éxito sin precedentes en todas las especialidades clínicas con independencia de la carga en cirugía. Nuestra metodología pedagógica está desarrollada en un entorno de máxima exigencia, con un alumnado universitario de un perfil socioeconómico alto y una media de edad de 43,5 años.

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.

En nuestro programa, el aprendizaje no es un proceso lineal, sino que sucede en espiral (aprender, desaprender, olvidar y reaprender). Por eso, se combinan cada uno de estos elementos de forma concéntrica.

La puntuación global que obtiene el sistema de aprendizaje de TECH es de 8.01, con arreglo a los más altos estándares internacionales.



Este programa ofrece los mejores materiales educativos, preparados a conciencia para los profesionales:



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, para crear el método de trabajo online de TECH. Todo ello, con las técnicas más novedosas que ofrecen piezas de gran calidad en todos y cada uno los materiales que se ponen a disposición del alumno.



Técnicas quirúrgicas y procedimientos en vídeo

TECH acerca al alumno las técnicas más novedosas, los últimos avances educativos y al primer plano de la actualidad en técnicas médicas. Todo esto, en primera persona, con el máximo rigor, explicado y detallado para contribuir a la asimilación y comprensión del estudiante. Y lo mejor de todo, pudiéndolo ver las veces que quiera.



Resúmenes interactivos

El equipo de TECH presenta los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audios, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

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



Lecturas complementarias

Artículos recientes, documentos de consenso y guías internacionales, entre otros. En la biblioteca virtual de TECH el estudiante tendrá acceso a todo lo que necesita para completar su capacitación.





Análisis de casos elaborados y guiados por expertos

El aprendizaje eficaz tiene, necesariamente, que ser contextual. Por eso, TECH presenta los desarrollos de casos reales en los que el experto guiará al alumno a través del desarrollo de la atención y la resolución de las diferentes situaciones: una manera clara y directa de conseguir el grado de comprensión más elevado.



Testing & Retesting

Se evalúan y reevalúan periódicamente los conocimientos del alumno a lo largo del programa, mediante actividades y ejercicios evaluativos y autoevaluativos para que, de esta manera, el estudiante compruebe cómo va consiguiendo sus metas.



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 las 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 Deportiva garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Diplomado expedido por TECH Universidad Tecnológica.



“

Supera con éxito este programa y recibe tu titulación universitaria sin desplazamientos ni farragosos trámites”

Este **Diplomado en Nutrición Deportiva** contiene el programa científico 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 Tecnológica**.

El título expedido por **TECH Universidad Tecnológica** 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 en Nutrición Deportiva**

N.º Horas Oficiales: **150 h.**

Avalado por la NBA



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



Diplomado

Nutrición Deportiva

- » Modalidad: online
- » Duración: 6 semanas
- » Titulación: TECH Universidad Tecnológica
- » Dedicación: 16h/semana
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

Diplomado

Nutrición Deportiva

Avalado por la NBA

