Experto Universitario

Nutrición y Actividad Física Aplicadas a la Medicina Antienvejecimiento

Aval/Membresía

WPHNA
World Public Health Nutrition Association

tech global university

tech global university

Experto Universitario

Nutrición y Actividad Física Aplicadas a la Medicina Antienvejecimiento

- Modalidad: **online**
- Duración: **6 meses**
- Titulación: **TECH Global University**
- Acreditación: **18 ECTS**
- Horario: **a tu ritmo**
- Exámenes: **online**

Acceso web: **www.techtitute.com/medicina/experto-universitario/experto-nutricion-actividad-fisica-aplicadas-medicina-antienvejecimiento**

Índice

01 Presentación del programa — pág. 4

02 ¿Por qué estudiar en TECH? — pág. 8

03 Plan de estudios — pág. 12

04 Objetivos docentes — pág. 18

05 Metodología de estudio — pág. 22

06 Cuadro docente — pág. 32

07 Titulación — pág. 36

01

Presentación del programa

Según la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE), más del 60% de los adultos en países desarrollados presenta sobrepeso u obesidad, un dato que refleja el impacto del sedentarismo y los desequilibrios nutricionales en el deterioro metabólico y funcional de la población. Frente a este panorama, la Medicina Antienvejecimiento se consolida como un campo esencial para prolongar la vitalidad y prevenir enfermedades crónicas asociadas al envejecimiento. En ese sentido, TECH promueve el desarrollo de competencias especializadas que integran la Nutrición Clínica, la fisiología del ejercicio y la Medicina Preventiva, ofreciendo a los profesionales sanitarios una visión integral y actualizada para diseñar intervenciones personalizadas orientadas a mejorar la salud, la longevidad y el bienestar del paciente.

Un programa exhaustivo y 100% online, exclusivo de TECH y con una perspectiva internacional respaldada por nuestra afiliación con la World Public Health Nutrition Association"

El avance de la Medicina contemporánea ha transformado la comprensión del Envejecimiento, situando la prevención, la Nutrición y la Actividad Física como pilares fundamentales para preservar la salud a largo plazo. Hoy se reconoce que el Envejecimiento no es únicamente un proceso biológico inevitable, sino una condición modulable mediante hábitos, intervenciones clínicas y estrategias personalizadas que optimicen la calidad de vida. Desde esta perspectiva, la Medicina Antienvejecimiento se nutre del conocimiento científico sobre el metabolismo, la inflamación y la regeneración celular.

Consecuentemente, el plan académico aborda de manera integral los fundamentos fisiológicos del ejercicio y la Nutrición aplicada al mantenimiento funcional del organismo. Se profundiza en el control nervioso y muscular del movimiento, el metabolismo energético y las adaptaciones cardiovasculares y respiratorias derivadas de la práctica física. Asimismo, se exploran estrategias para la prescripción personalizada de Actividad Física en adultos jóvenes y mayores, atendiendo a factores como la prevención de lesiones y la rehabilitación.

Por otro lado, la dimensión nutricional del programa examina los avances en micronutrición, nutrigenómica y suplementación, destacando el papel de vitaminas, antioxidantes y nutracéuticos en la protección celular y la prevención de la inflamación sistémica. También se abordan las implicaciones de la obesidad, el sedentarismo y las disfunciones metabólicas en el Envejecimiento, promoviendo un abordaje médico centrado en la evidencia científica.

Finalmente, la metodología Relearning de TECH Universidad optimiza la asimilación de conocimientos mediante una exposición progresiva y práctica de los contenidos, reforzada por casos clínicos, simulaciones interactivas y materiales multimedia que facilitan un aprendizaje flexible y orientado a la aplicación real en la práctica médica.

Asimismo, gracias a que TECH es miembro de la World Public Health Nutrition Association (WPHNA), el profesional contará con materiales especializados, guías temáticas y planes de clase para nutrición. Además, podrá asistir a eventos académicos, recibir descuentos en publicaciones y conectarse con una red internacional de investigadores, fortaleciendo su análisis nutricional y promoviendo la salud global desde un enfoque interdisciplinario.

Este **Experto Universitario en Nutrición y Actividad Física Aplicadas a la Medicina Antienvejecimiento** contiene el programa universitario más completo y actualizado del mercado. Sus características más destacadas son:

- El desarrollo de casos prácticos presentados por expertos en Medicina
- 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
- Los ejercicios prácticos donde realizar el proceso de autoevaluación para mejorar el aprendizaje
- Su especial hincapié en metodologías innovadoras
- 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

Comprende las adaptaciones fisiológicas del cuerpo ante el ejercicio y su impacto en la prevención de enfermedades crónicas"

Profundiza en los principios de la nutrigenética y la nutrigenómica para personalizar intervenciones nutricionales"

Conoce los beneficios clínicos de los antioxidantes, vitaminas y nutracéuticos en la Medicina Antienvejecimiento.

Explora la relación entre sedentarismo, obesidad y disfunción metabólica desde una perspectiva médica avanzada.

Incluye en su cuadro docente a profesionales pertenecientes al ámbito de la Medicina, que vierten en este programa 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 contextualizado, es decir, un entorno simulado que proporcionará un estudio inmersivo programado para entrenarse ante situaciones reales.

El diseño de este programa se centra en el Aprendizaje Basado en Problemas, mediante el cual el alumno 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.

02

¿Por qué estudiar en TECH?

TECH es la mayor Universidad digital del mundo. Con un impresionante catálogo de más de 14.000 programas universitarios, disponibles en 11 idiomas, se posiciona como líder en empleabilidad, con una tasa de inserción laboral del 99%. Además, cuenta con un enorme claustro de más de 6.000 profesores de máximo prestigio internacional.

Estudia en la mayor universidad digital del mundo y asegura tu éxito profesional. El futuro empieza en TECH”

La mejor universidad online del mundo según FORBES

La prestigiosa revista Forbes, especializada en negocios y finanzas, ha destacado a TECH como «la mejor universidad online del mundo». Así lo han hecho constar recientemente en un artículo de su edición digital en el que se hacen eco del caso de éxito de esta institución, «gracias a la oferta académica que ofrece, la selección de su personal docente, y un método de aprendizaje innovador orientado a formar a los profesionales del futuro».

El mejor claustro docente top internacional

El claustro docente de TECH está integrado por más de 6.000 profesores de máximo prestigio internacional. Catedráticos, investigadores y altos ejecutivos de multinacionales, entre los cuales se destacan Isaiah Covington, entrenador de rendimiento de los Boston Celtics; Magda Romanska, investigadora principal de MetaLAB de Harvard; Ignacio Wistuba, presidente del departamento de patología molecular traslacional del MD Anderson Cancer Center; o D.W Pine, director creativo de la revista TIME, entre otros.

La mayor universidad digital del mundo

TECH es la mayor universidad digital del mundo. Somos la mayor institución educativa, con el mejor y más amplio catálogo educativo digital, cien por cien online y abarcando la gran mayoría de áreas de conocimiento. Ofrecemos el mayor número de titulaciones propias, titulaciones oficiales de posgrado y de grado universitario del mundo. En total, más de 14.000 títulos universitarios, en once idiomas distintos, que nos convierten en la mayor institución educativa del mundo.

Los planes de estudio más completos del panorama universitario

TECH ofrece los planes de estudio más completos del panorama universitario, con temarios que abarcan conceptos fundamentales y, al mismo tiempo, los principales avances científicos en sus áreas científicas específicas. Asimismo, estos programas son actualizados continuamente para garantizar al alumnado la vanguardia académica y las competencias profesionales más demandadas. De esta forma, los títulos de la universidad proporcionan a sus egresados una significativa ventaja para impulsar sus carreras hacia el éxito.

Un método de aprendizaje único

TECH es la primera universidad que emplea el *Relearning* en todas sus titulaciones. Se trata de la mejor metodología de aprendizaje online, acreditada con certificaciones internacionales de calidad docente, dispuestas por agencias educativas de prestigio. Además, este disruptivo modelo académico se complementa con el "Método del Caso", configurando así una estrategia de docencia online única. También en ella se implementan recursos didácticos innovadores entre los que destacan vídeos en detalle, infografías y resúmenes interactivos.

La universidad online oficial de la NBA

TECH es la universidad online oficial de la NBA. Gracias a un acuerdo con la mayor liga de baloncesto, ofrece a sus alumnos programas universitarios exclusivos, así como una gran variedad de recursos educativos centrados en el negocio de la liga y otras áreas de la industria del deporte. Cada programa tiene un currículo de diseño único y cuenta con oradores invitados de excepción: profesionales con una distinguida trayectoria deportiva que ofrecerán su experiencia en los temas más relevantes.

Líderes en empleabilidad

TECH ha conseguido convertirse en la universidad líder en empleabilidad. El 99% de sus alumnos obtienen trabajo en el campo académico que ha estudiado, antes de completar un año luego de finalizar cualquiera de los programas de la universidad. Una cifra similar consigue mejorar su carrera profesional de forma inmediata. Todo ello gracias a una metodología de estudio que basa su eficacia en la adquisición de competencias prácticas, totalmente necesarias para el desarrollo profesional.

Google Partner Premier

El gigante tecnológico norteamericano ha otorgado a TECH la insignia Google Partner Premier. Este galardón, solo al alcance del 3% de las empresas del mundo, pone en valor la experiencia eficaz, flexible y adaptada que esta universidad proporciona al alumno. El reconocimiento no solo acredita el máximo rigor, rendimiento e inversión en las infraestructuras digitales de TECH, sino que también sitúa a esta universidad como una de las compañías tecnológicas más punteras del mundo.

La universidad mejor valorada por sus alumnos

Los alumnos han posicionado a TECH como la universidad mejor valorada del mundo en los principales portales de opinión, destacando su calificación más alta de 4,9 sobre 5, obtenida a partir de más de 1.000 reseñas. Estos resultados consolidan a TECH como la institución universitaria de referencia a nivel internacional, reflejando la excelencia y el impacto positivo de su modelo educativo.

03

Plan de estudios

El vínculo entre Nutrición, Actividad Física y Medicina Antienvejecimiento representa uno de los mayores avances en la promoción de la salud integral. Este campo combina el conocimiento científico sobre metabolismo, fisiología y longevidad con estrategias clínicas que buscan ralentizar el deterioro celular y funcional del organismo. A través del estudio de la Nutrición ortomolecular, la fisiología del ejercicio y la prevención de patologías asociadas al envejecimiento, este programa de TECH Universidad propone un enfoque innovador y multidisciplinar que integra la evidencia médica más actual para optimizar la vitalidad, el equilibrio metabólico y la calidad de vida a largo plazo.

Domina la prescripción individualizada de ejercicio en adultos jóvenes y mayores para optimizar la función muscular y cardiovascular"

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. Coenzima Q10
- 1.10.4. Calcio
- 1.10.5. Condroprotectores
- 1.10.6. Nutricosméticos

Módulo 2. Nutrición

2.1. Micronutrición
- 2.1.1. Concepto de 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 Antienvejecimiento

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

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. Nutracéuticos
- 2.8.1. Nutracéuticos
- 2.8.2. Diferencias entre nutracéutico y complementos alimenticios
- 2.8.3. Nutracéuticos 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

Módulo 3. La Consulta de Medicina *Antiaging*. Aspectos Prácticos. Abordaje Global del Paciente

3.1. Aspectos legales esenciales. Necesidades de una consulta *Antiaging*
- 3.1.1. Introducción al derecho sanitario
- 3.1.2. Responsabilidad civil
- 3.1.3. *La* lex *artis ad hoc*
- 3.1.4. La negligencia médica

3.2. Marketing. Redes sociales. Aspectos éticos. Medicina y publicidad
- 3.2.1. Plan de marketing
  - 3.2.1.1. Análisis de la situación (PESTEL, DAFO)
  - 3.2.1.2. Objetivos del plan
  - 3.2.1.3. Plan de acción
- 3.2.2. Comunicación digital
  - 3.2.2.1. *Social media* plan
  - 3.2.2.2. Redes Sociales
- 3.2.3. Nuevas tecnologías

3.3. Historia clínica y consentimiento informado
- 3.3.1. Tipos de historia clínica
- 3.3.2. Contenido de una historia clínica
  - 3.3.2.1. Consentimiento informado
- 3.3.3. Aspectos legales de la historia clínica

3.4. Abordaje global del paciente en la consulta de *Antiaging*
- 3.4.1. Psicología del abordaje del paciente
- 3.4.2. Coaching adaptado a la consulta
- 3.4.3. Identificación de problemas y demandas del paciente

3.5. Evaluación de la edad biológica
- 3.5.1. Definición de conceptos
- 3.5.2. Métodos de evaluación
- 3.5.3. Otras calculadoras

3.6. Análisis básicos de laboratorio
- 3.6.1. Hemograma y Bioquímica básica
- 3.6.2. Vitaminas
- 3.6.3. Despistaje de Diabetes *Mellitus* y Dislipidemias
- 3.6.4. Perfil tiroideo

3.7. Análisis de laboratorio específicos
- 3.7.1. Estudio de radicales libres
- 3.7.2. Test de longitud telomérica
- 3.7.3. Cribado de patologías
  - 3.7.3.1. Cáncer Colorectal
  - 3.7.3.2. Cáncer de Mama
  - 3.7.3.3. Enfermedades Neurodegenerativas

3.8. Evaluación de resultados y prescripción integrada
- 3.8.1. Estudio pormenorizado de resultados
- 3.8.2. Definición de objetivos
- 3.8.3. Tratamiento integral

3.9. Seguimiento
- 3.9.1. Planificación de consultas
- 3.9.2. Necesidad de pruebas complementarias
- 3.9.3. Reajuste de objetivos y consulta motivacional

3.10. Especialidades complementarias y necesidad de derivación
- 3.10.1. Necesidad de colaboración
- 3.10.2. Diagnóstico de enfermedad casual
- 3.10.3. Especialidades afines
  - 3.10.3.1. Medicina familiar y comunitaria
  - 3.10.3.2. Endocrinología y Nutrición
  - 3.10.3.3. Cirugía plástica y reparadora
  - 3.10.3.4. Psiquiatría/psicología

Estudia el papel de la microbiota intestinal, los prebióticos y probióticos en la salud y el envejecimiento saludable"

04

Objetivos docentes

Los objetivos de este programa se centran en comprender la relación entre Nutrición, ejercicio y Envejecimiento saludable desde una perspectiva médica avanzada. A través del análisis de los procesos metabólicos, la fisiología del esfuerzo y la regulación celular, se busca formar profesionales capaces de aplicar estrategias preventivas y terapéuticas basadas en la evidencia científica. Además, se promueve la integración de la nutrigenómica, la suplementación y la prescripción personalizada de Actividad Física como herramientas clave para optimizar la funcionalidad orgánica, reducir el riesgo de enfermedades crónicas y prolongar la vitalidad del paciente.

Identifica el impacto del entrenamiento físico en la regulación hormonal, la inflamación y el equilibrio homeostático"

Objetivos generales

- Profundizar en los mecanismos biológicos y fisiológicos del envejecimiento, desde las teorías evolutivas hasta los procesos celulares implicados en la senescencia y la longevidad
- Desarrollar competencias en el manejo de la Medicina Antienvejecimiento, comprendiendo su base empírica y científica, así como las tecnologías emergentes para mitigar los efectos del envejecimiento
- Explorar el impacto de las hormonas en el envejecimiento y adquirir habilidades en la aplicación de hormonoterapia para equilibrar los procesos biológicos en diversas etapas de la vida
- Analizar la relación entre la Actividad Física y la longevidad, aplicando estrategias personalizadas de ejercicio para promover la salud en adultos jóvenes y mayores, previniendo enfermedades asociadas al envejecimiento
- Investigar los efectos del Estrés en el envejecimiento prematuro, desarrollando intervenciones para reducir el Estrés oxidativo y mejorar la salud mental y física a lo largo del tiempo
- Fomentar la integración de la Nutrición como herramienta Antienvejecimiento, promoviendo la prevención de enfermedades a través de micronutrientes, suplementación y la Nutrición ortomolecular
- Establecer protocolos para la prevención y tratamiento de enfermedades relacionadas con el envejecimiento, aplicando enfoques científicos para la mejora de la calidad de vida
- Consolidar el conocimiento sobre la inmunosenescencia y su impacto en la salud, enfocándose en el fortalecimiento de la respuesta inmune durante el proceso de envejecimiento
- Aplicar principios de cronobiología en la Medicina Antienvejecimiento, con el fin de optimizar los ritmos biológicos y los ciclos de sueño, mejorando así la regeneración celular y la salud integral
- Dominar el uso de tecnologías avanzadas y aparatología láser en Medicina estética y Antienvejecimiento, incluyendo tratamientos infiltrados, bioestimulación y técnicas de rejuvenecimiento facial para obtener resultados óptimos

Aprende bajo una modalidad 100 % online, flexible y adaptada a tu ritmo de aprendizaje, sin límites geográficos ni horarios”

Objetivos específicos

Módulo 1. Actividad Física. Sedentarismo. Obesidad

- Evaluar los efectos de la Actividad Física en la salud y la prevención de enfermedades asociadas al Sedentarismo
- Diseñar estrategias de ejercicio, Nutrición y suplementación para mejorar la calidad de vida y controlar la Obesidad

Módulo 2. Nutrición

- Reconocer la función de micronutrientes, nutracéuticos y antioxidantes en la prevención del envejecimiento
- Aplicar principios de Nutrición integrativa, nutrigenética y suplementación para mejorar la salud y la longevidad

Módulo 3. La Consulta de Medicina *Antiaging*. Aspectos Prácticos. Abordaje Global del Paciente

- Aplicar un abordaje integral del paciente en Medicina antienvejecimiento, incluyendo historia clínica, evaluación de edad biológica y análisis de laboratorio
- Incorporar aspectos legales, éticos y de comunicación para la gestión segura y eficaz de la consulta y el seguimiento del paciente

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 intensivo 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.

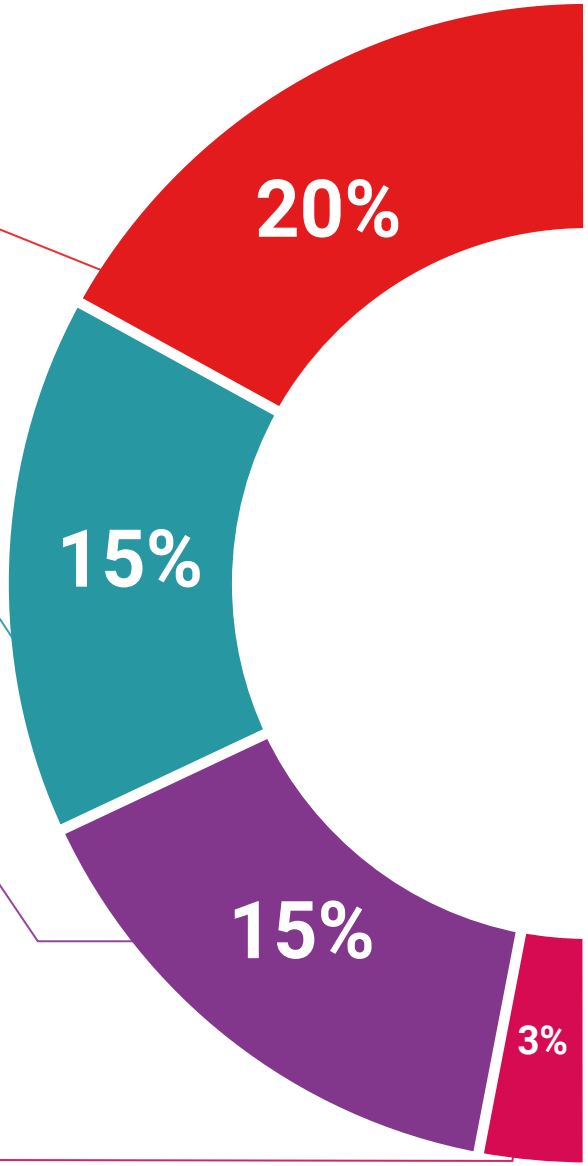
Resúmenes interactivos

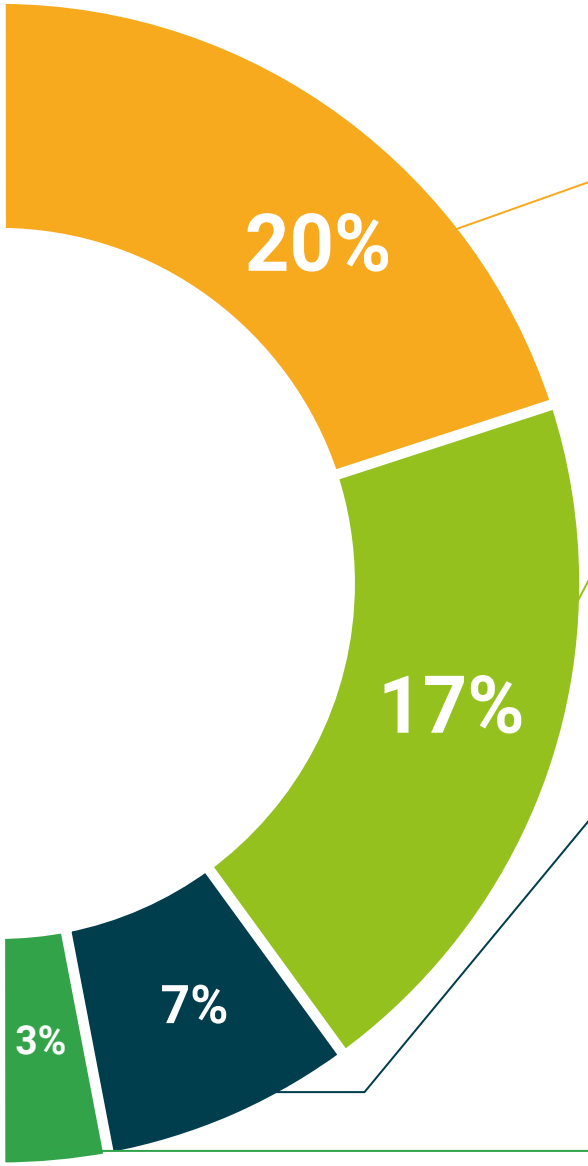
Presentamos los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audio, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

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

Cuadro docente

El cuadro docente de este programa está conformado por especialistas de reconocido prestigio en Medicina Antienvejecimiento, Nutrición clínica, fisiología del ejercicio y metabolismo celular, lo que garantiza una visión integral y rigurosa del contenido. Sus amplias trayectorias en investigación, docencia y práctica médica aportan una perspectiva actualizada y aplicada a las necesidades reales del sector sanitario. Además, el equipo combina la experiencia clínica con la innovación científica, permitiendo un aprendizaje que trasciende lo teórico para centrarse en la aplicación práctica de protocolos y estrategias personalizadas orientadas al mantenimiento de la salud y la prevención del envejecimiento prematuro.

Forma parte de una experiencia guiada por un cuadro docente multidisciplinar con reconocida trayectoria clínica y científica internacional"

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 Antienvejecimiento 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

Dña. Rodrigo Algaba, Verónica

- Psicoterapeuta en la Clínica del Sistema Nervioso Central
- Psicóloga y orientadora en Plena Inclusión
- Psicóloga en Casta Salud
- Terapeuta en el Proyecto Hombre de Valencia
- Psicóloga Educacional en el Ayuntamiento de Torrent
- Licenciada en Psicología por la Universidad de Valencia
- Máster en Salud, Integración y Discapacidad por la Universidad Complutense de Madrid

Dra. Valle Rodríguez, María Mercedes

- Especialista en Medicina Estética en varias clínicas privadas
- Data Collector en IMS Health
- Especialista de Medicina General en el Centro Clínico Urgencias Médicas
- Colaboración con prácticas para estudiantes de Máster en Medicina Estética de varias universidades en clínicas de Madrid
- Especialista en Dermatología Médicoquirúrgica en el Hospital Universitario Arnau de Vilanova
- Máster en Nutrición Clínica por la Universidad CEU Cardenal Herrera
- Máster en Medicina Estética y Antiaging por la Universidad Complutense de Madrid

Dña. 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. 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

Dra. Rodríguez Cobos, Elvira

- Responsable de la consulta especializada de Trastornos del Movimiento en el Hospital Quirónsalud Marbella
- Médico Estético en Medical Imbrain y en la Clínica Clavero Alhaurín de la Torre
- Licenciada en Medicina y Cirugía por la Universidad de Málaga
- Especialidad en Neurología en el Hospital Universitario Puerta de Hierro Majadahonda
- Máster en Medicina Estética y Antienvejecimiento por la Universidad Complutense de Madrid

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. 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

07

Titulación

El Experto Universitario en Nutrición y Actividad Física Aplicadas a la Medicina Antienvejecimiento garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Experto Universitario expedido por TECH Global University.

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

Este programa te permitirá obtener el título propio de **Experto Universitario en Nutrición y Actividad Física Aplicadas a la Medicina Antienvejecimiento** avalado por **TECH Global University**, la mayor Universidad digital del mundo.

TECH Global University, es una Universidad Oficial Europea reconocida públicamente por el Gobierno de Andorra ***(boletín oficial)***. Andorra forma parte del Espacio Europeo de Educación Superior (EEES) desde 2003. El EEES es una iniciativa promovida por la Unión Europea que tiene como objetivo organizar el marco formativo internacional y armonizar los sistemas de educación superior de los países miembros de este espacio. El proyecto promueve unos valores comunes, la implementación de herramientas conjuntas y fortaleciendo sus mecanismos de garantía de calidad para potenciar la colaboración y movilidad entre estudiantes, investigadores y académicos.

Este título propio de **TECH Global University**, es un programa europeo de formación continua y actualización profesional que garantiza la adquisición de las competencias en su área de conocimiento, confiriendo un alto valor curricular al estudiante que supere el programa.

TECH es miembro de la **World Public Health Nutrition Association (WPHNA)**, una de las instituciones más reconocidas internacionalmente en el estudio de la nutrición. Esta asociación fomenta la investigación interdisciplinaria, el intercambio global de conocimientos y políticas basadas en evidencia.

Aval/Membresía

Título: **Experto Universitario en Nutrición y Actividad Física Aplicadas a la Medicina Antienvejecimiento**

Modalidad: **online**

Duración: **6 meses**

Acreditación: **18 ECTS**

tech global university

D/Dña _____, con documento de identificación _____ ha superado con éxito y obtenido el título de:

Experto Universitario en Nutrición y Actividad Física Aplicadas a la Medicina Antienvejecimiento

Se trata de un título propio de 540 horas de duración equivalente a 18 ECTS, con fecha de inicio dd/mm/aaaa y fecha de finalización dd/mm/aaaa.

TECH Global University es una universidad reconocida oficialmente por el Gobierno de Andorra el 31 de enero de 2024, que pertenece al Espacio Europeo de Educación Superior (EEES).

En Andorra la Vella, a 28 de febrero de 2024

Dr. Pedro Navarro Illana
Rector

Este título propio se deberá acompañar siempre del título universitario habilitante expedido por la autoridad competente para ejercer profesionalmente en cada país. código único TECH: AFWDR2SS techtitute.com/titulos

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

Experto Universitario

Nutrición y Actividad Física Aplicadas a la Medicina Antienvejecimiento

- Modalidad: **online**
- Duración: **6 meses**
- Titulación: **TECH Global University**
- Acreditación: **18 ECTS**
- Horario: **a tu ritmo**
- Exámenes: **online**

Experto Universitario

Nutrición y Actividad Física Aplicadas a la Medicina Antienvejecimiento

Aval/Membresía

WPHNA
World Public Health Nutrition Association

tech global university