

# Máster Semipresencial

## Nutrición Deportiva





**tech** universidad  
tecnológica

## Máster Semipresencial Nutrición Deportiva

Modalidad: Semipresencial (Online + Prácticas Clínicas)

Duración: 12 meses

Titulación: TECH Universidad Tecnológica

Acceso web: [www.techtute.com/medicina/master-semipresencial/master-semipresencial-nutricion-deportiva](http://www.techtute.com/medicina/master-semipresencial/master-semipresencial-nutricion-deportiva)

# Índice

01

Presentación

---

*pág. 4*

02

¿Por qué cursar este  
Máster Semipresencial?

---

*pág. 8*

03

Objetivos

---

*pág. 12*

04

Competencias

---

*pág. 18*

05

Dirección del curso

---

*pág. 22*

06

Estructura y contenido

---

*pág. 28*

07

Prácticas Clínicas

---

*pág. 32*

08

¿Dónde puedo hacer  
las Prácticas Clínicas?

---

*pág. 38*

09

Metodología

---

*pág. 42*

10

Titulación

---

*pág. 50*

# 01

# Presentación

Los avances en Nutrición Deportiva han incrementado en los últimos años, ofreciendo mejores estrategias para el rendimiento de los atletas y una correcta absorción de los nutrientes que necesitan para la actividad física. Sin embargo, no todos los especialistas consiguen estar al día sobre las novedades de esa disciplina. Esta titulación ofrece una completísima actualización sobre los protocolos y herramientas de más reciente aplicación en ese campo. A diferencia de otros programas, lo hace por medio de una modalidad académica única en su tipo donde se integran dos etapas de aprendizaje. La primera de ellas es online y atiende los aspectos teóricos de esas temáticas. A continuación, dispone de una estancia práctica y presencial en un centro clínico de prestigio, bajo la atenta supervisión de grandes expertos.





“

*Ponte al día acerca de las últimas tendencias de la Nutrición Deportiva, de la mano de los mejores docentes y un programa académico cuya modalidad de estudios expandirá tus conocimientos como ningún otro en el mercado educativo”*

Desde hace varios años, la innovación científica y tecnológica en el ámbito de la Nutrición ha permitido el desarrollo de protocolos mucho más exactos para los requerimientos alimenticios de cada paciente. En el caso del deporte de alto rendimiento, esas innovaciones también han traído beneficios y, actualmente, el sector tiene protocolos precisos y cada vez más personalizados.

TECH quiere desmarcarse a partir de una titulación donde se integran de manera idónea el estudio teórico y práctico de la Nutrición Deportiva. Así, este Máster Semipresencial dotará al profesional sanitario, en primer lugar, de un periodo de estudio 100% online, desde una plataforma con múltiples prestaciones interactivas. Ese momento del proceso educativo no estará regido por cronogramas evaluativos preestablecidos ni horarios restrictivos. De ese modo, el alumno tendrá la oportunidad de elegir cuando y donde acceder a los contenidos.

Seguidamente, tras vencer la primera etapa, realizará una práctica clínica de primer nivel, en una institución sanitaria con los mejores recursos del ámbito de la Nutrición Deportiva. A partir de ellos, ofrecerá tratamientos y protocolos de seguimiento in situ a pacientes reales con diferentes requerimientos nutricionales. En toda esa fase, el especialista será acompañado por un tutor adjunto, quien se encargará de familiarizarle con diferentes dinámicas profesionales.

También podrá intercambiar experiencias y dudas con otros expertos de prestigio. Este momento de estudio tendrá una duración de 3 semanas, distribuidas en jornadas de 8 horas, de lunes a viernes. Al completarlas, el especialista estará listo para ejercer sus nuevos conocimientos de manera óptima y con totales garantías de asimilación.

De igual forma, entre la amplia gama de herramientas multimedia a disposición, resaltan 10 *Masterclasses* únicas y complementarias, dirigidas por un experto de renombre internacional en Nutrición Deportiva. Esto ofrecerá a los egresados la posibilidad de desarrollar habilidades y comprender los principios esenciales que los destacarán en este competitivo campo, siempre respaldados por los estándares de excelencia que definen a TECH.

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

- ♦ Desarrollo de más de 100 casos clínicos presentados por profesionales de la Nutrición Deportiva en Medicina
- ♦ 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
- ♦ Planes integrales de actuación sistematizada ante las principales patologías relacionadas con la inadecuada alimentación
- ♦ Presentación de talleres prácticos sobre técnicas diagnósticas y terapéuticas en el paciente deportista
- ♦ Sistema interactivo de aprendizaje basado en algoritmos para la toma de decisiones sobre las situaciones médicas planteadas
- ♦ Guías de práctica clínica sobre el abordaje de las diferentes patologías
- ♦ 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
- ♦ Además, podrás realizar una estancia de prácticas clínicas en uno de los mejores centros hospitalarios en uno de los mejores centros hospitalarios



*Accederás a un paquete exclusivo de 10 Masterclasses adicionales, diseñadas por un reconocido experto internacional en Nutrición Deportiva. ¿A qué esperas para inscribirte?"*

“

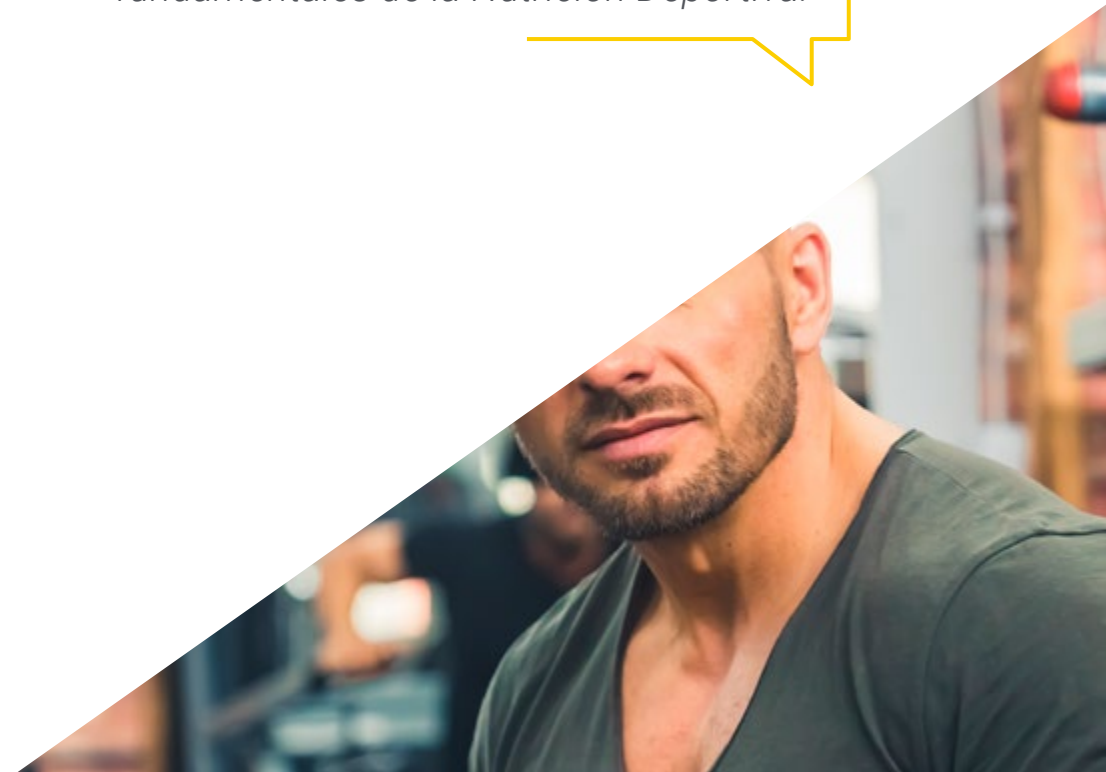
*Para la estancia intensiva y presencial que incluye esta titulación, podrás acceder a instalaciones de prestigio clínico internacional en el abordaje de problemáticas relacionadas con la Nutrición Deportiva”*

En esta propuesta de Máster, de carácter profesionalizante y modalidad semipresencial, el programa está dirigido a la actualización de profesionales de la Nutrición Deportiva en Medicina, habidos de los conocimientos más actualizados. Los contenidos están basados en la última evidencia científica, y orientados de manera didáctica para integrar el saber teórico en la práctica asistencial, y los elementos teórico-prácticos facilitarán la actualización del conocimiento y permitirán la toma de decisiones en el manejo del paciente.

Gracias a su contenido multimedia elaborado con la última tecnología educativa, permitirán al profesional sanitario obtener un aprendizaje situado y contextual, es decir, un entorno simulado que proporcionará un aprendizaje inmersivo programado para entrenarse ante situaciones reales. El diseño de este programa se centra en el Aprendizaje Basado en Problemas, mediante el cual deberá tratar de resolver las distintas situaciones de práctica profesional que se le planteen a lo largo del mismo. Para ello, contará con la ayuda de un novedoso sistema de vídeo interactivo realizado por reconocidos expertos.

*Este Máster Semipresencial te convertirá en un experto en la realización de tablas de composición de alimentos según datos nutricionales para deportistas.*

*Inscríbete ahora con TECH y conseguirás una actualización mucho más profunda que en otras titulaciones acerca de las novedades fundamentales de la Nutrición Deportiva.*



02

# ¿Por qué cursar este Máster Semipresencial?

La Nutrición Deportiva se enfrenta a numerosos retos y oportunidades en la actualidad, siempre en búsqueda de los mejores cuidados de alimentación para los atletas. Por eso, este Máster Semipresencial quiere actualizar al especialista sobre los principales avances de este campo. A diferencia de otros programas, lo hace a través de una novedosa modalidad académica donde se unifican de manera excepcional el aprendizaje teórico con el práctico. Así, cada egresado de TECH conseguirá el máximo dominio de esta disciplina y podrá aplicar sus innovaciones en el ejercicio profesional cotidiano.







“

*TECH te abrirá las puertas de una institución sanitaria de prestigio donde aplicarás de manera práctica todo lo aprendido en la fase teórica de este completísimo Máster Semipresencial”*

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

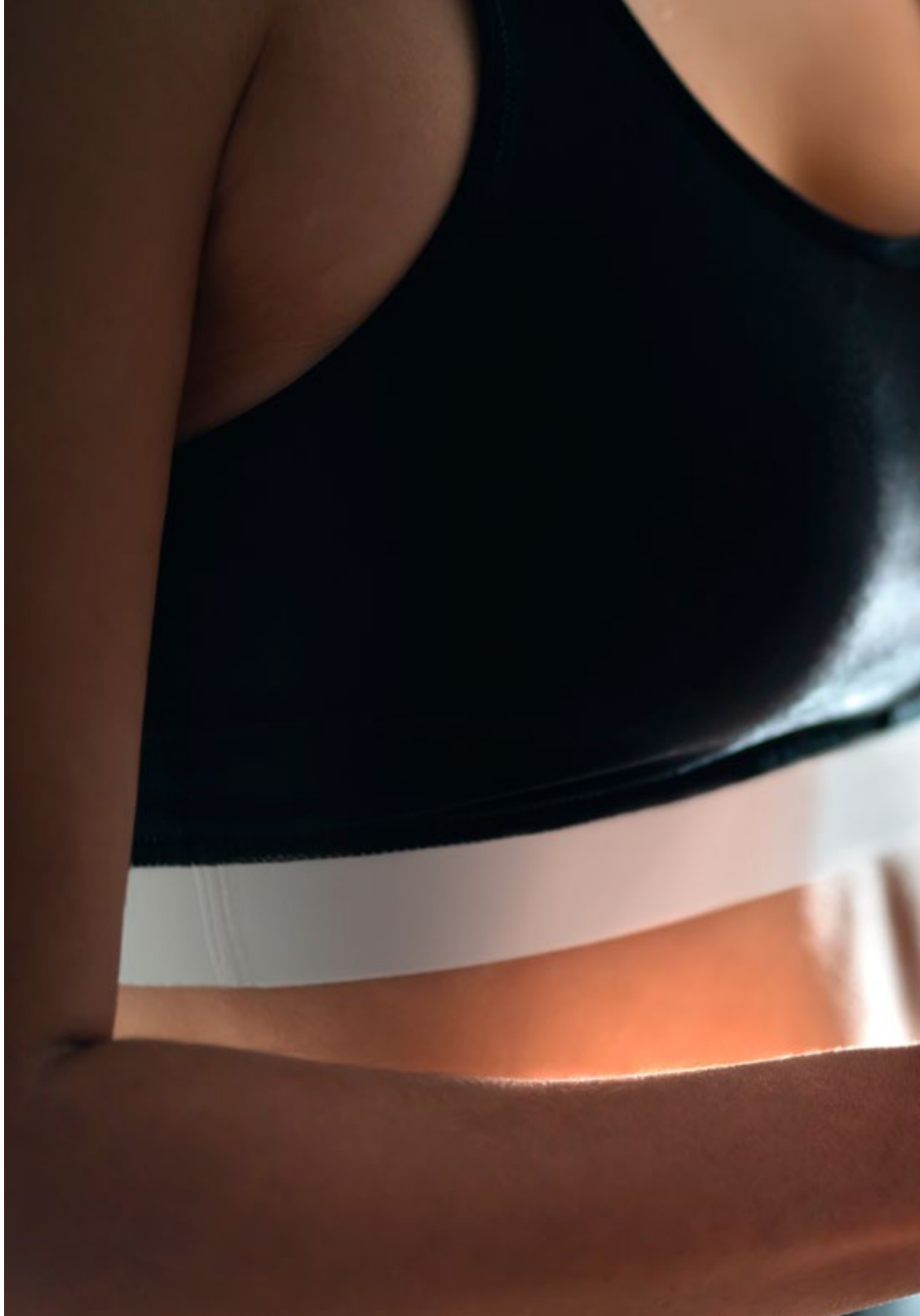
Este Máster Semipresencial ahonda en las aplicaciones y procedimientos más novedosos que es posible realizar con las herramientas más actuales de la Nutrición Deportiva. Al completar sus diferentes fases de estudio, el especialista sabrá como manipularlos correctamente y aplicarlos en beneficio de mejores resultados de diagnóstico, tratamiento y seguimiento para sus pacientes.

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

A lo largo de este programa, el especialista estará acompañado en todo momento por grandes expertos. Durante la fase teórica, contará con un cuadro docente de excelencia y, seguidamente, en la etapa práctica, trabajará de manera directa con profesionales de la Nutrición Deportiva que desarrollan los contenidos de esta titulación en centros hospitalarios de primer nivel. Además, dispondrá de un tutor adjunto que guiará sus procesos de manera personalizada.

### **3. Adentrarse en entornos clínicos de primera**

TECH selecciona minuciosamente todos los centros que formarán parte de la estancia práctica integrada a este Máster Semipresencial. Esas instancias garantizarán al profesional el acceso a un entorno clínico de prestigio dentro del ámbito de la Nutrición Deportiva. Así, conseguirán analizar de forma directa las dinámicas de trabajo de un área médica exigente, rigurosa y exhaustiva.



#### 4. Combinar la mejor teoría con la práctica más avanzada

Pocos programas consiguen combinar el aprendizaje teórico y práctico de sus contenidos. Sin embargo, ese no es el escenario de TECH. Los profesionales que opten por este Máster Semipresencial tendrán la oportunidad de adquirir destrezas en ambos sentidos ya que la titulación aplicará todos los contenidos estudiados de manera online una estancia presencial e intensiva de 3 semanas de duración.

#### 5. Expandir las fronteras del conocimiento

Para realizar la práctica profesional de este Máster Semipresencial, TECH ofrece centros de envergadura internacional. De esta forma, el especialista podrá expandir sus fronteras y ponerse al día con los mejores profesionales, desde centros clínicos ubicados en diferentes latitudes. Una oportunidad única que solo TECH, la universidad digital más grande del mundo, podría ofrecer.



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



# 03

## Objetivos

Este Máster Semipresencial en Nutrición Deportiva facilitará al especialista un actualizado dominio acerca de las metodologías y herramientas más innovadoras para el abordaje de atletas de alto rendimiento con requerimientos alimenticios específicos. Este programa educativo es superior a otros de su tipo en el mercado puesto que el egresado desarrollará competencias teóricas y prácticas dentro del mismo modelo de aprendizaje. De ese modo, se distinguirá de inmediato en el panorama laboral por su capacidad para enfrentar disímiles problemáticas dentro de ese sector de la salud.



“

*Matrícula ahora en este Máster Semipresencial y actualiza tus conocimientos acerca de las guías específicas para los requerimientos nutricionales e ingestas recomendadas del adulto sano”*



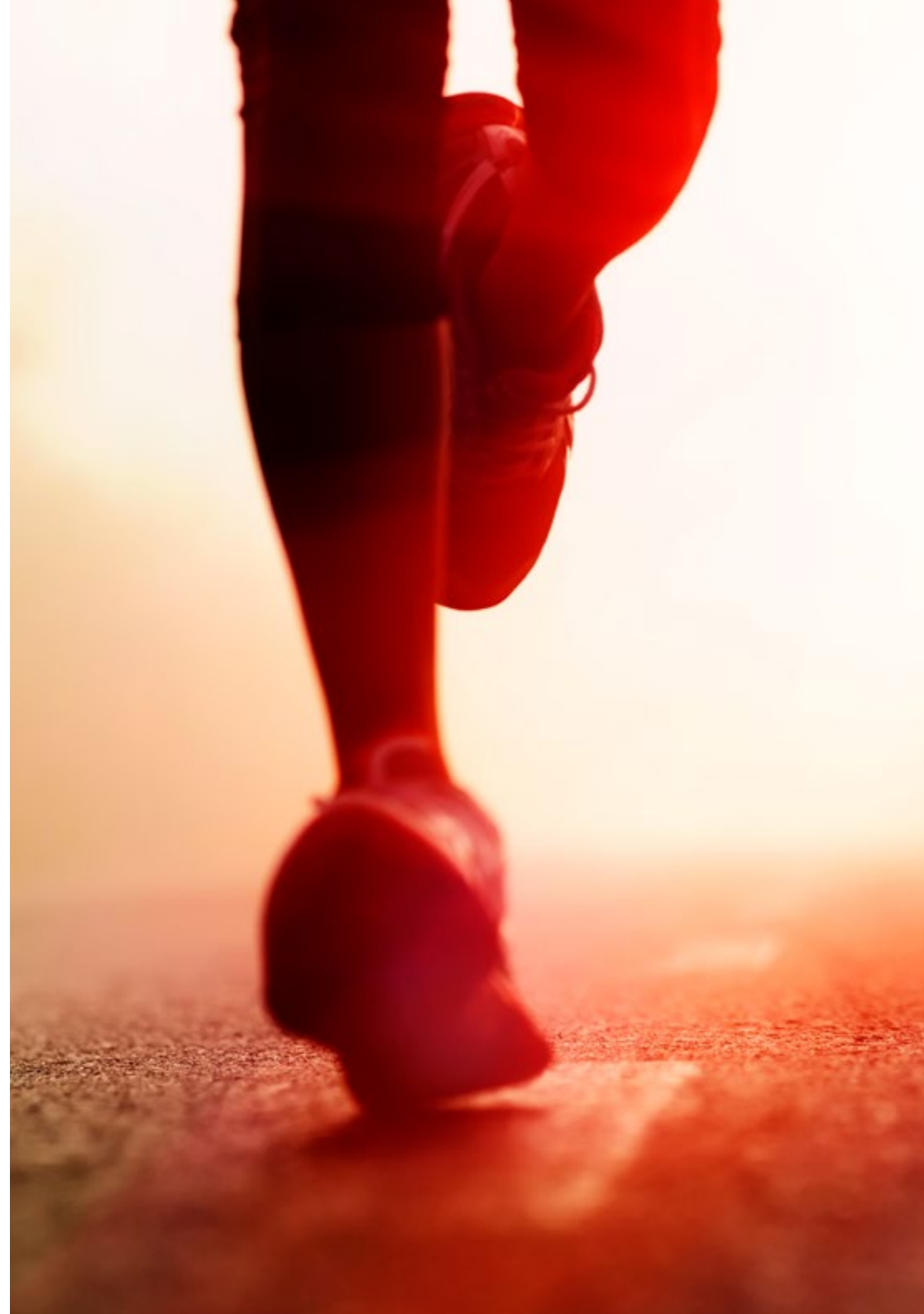
## Objetivo general

---

- Como parte de sus objetivos principales, el Máster Semipresencial en Nutrición Deportiva de TECH promueve una completísima actualización sobre las nuevas tendencias en esa disciplina y su basamento en la más reciente evidencia científica y tecnológica. Además, el programa se afana en promover estrategias de trabajo basadas en el conocimiento práctico de las corrientes más modernas en referencia a la alimentación y su aplicación para toda clase de patologías, donde el abordaje terapéutico es indispensable. A través de esas metas de índole profesional, el egresado conseguirá las ventajas de un proceso de aprendizaje, que aúna como ningún otro la teoría y la práctica de esta especialidad



*Alcanzarás, a través de este Máster Semipresencial, la óptima capacitación para Explorar los requerimientos nutricionales en situaciones de estrés metabólico"*





## Objetivos específicos

---

### **Módulo 1. Nuevos avances en alimentación**

- ♦ Analizar los distintos métodos de valoración del estado nutricional
- ♦ Interpretar e integrar los datos antropométricos, clínicos, bioquímicos, hematológicos, inmunológicos y farmacológicos en la valoración nutricional del enfermo y en su tratamiento dietético-nutricional

### **Módulo 2. Tendencias actuales en nutrición**

- ♦ Detectar precozmente y evaluar las desviaciones por exceso o defecto, cuantitativas y cualitativas, del balance nutricional
- ♦ Describir la composición y utilidades de los nuevos alimentos

### **Módulo 3. Valoración del estado nutricional y de la dieta. Aplicación en la práctica**

- ♦ Explicar las distintas técnicas y productos de soporte nutricional básico y avanzado relacionadas con la nutrición del paciente
- ♦ Definir la utilización correcta de las ayudas ergogénicas

### **Módulo 4. Alimentación en la práctica deportiva**

- ♦ Explicar la normativa actual antidopaje
- ♦ Identificar los trastornos psicológicos relacionados con la práctica del deporte y la nutrición

### **Módulo 5. Fisiología muscular y metabólica relacionada con el ejercicio**

- ♦ Conocer de manera profunda la estructura del músculo esquelético
- ♦ Comprender en profundidad el funcionamiento del músculo esquelético
- ♦ Profundizar en las adaptaciones más importantes que se producen en deportistas
- ♦ Profundizar en los mecanismos de producción de energía con base en el tipo de ejercicio realizado
- ♦ Profundizar en la integración de los diferentes sistemas energéticos que conforman el metabolismo energético del músculo

### **Módulo 6. Vegetarianismo y veganismo**

- ♦ Diferenciar entre los distintos tipos de deportistas vegetarianos
- ♦ Conocer de manera profunda los principales errores cometidos
- ♦ Tratar las notables carencias nutricionales que presentan los deportistas
- ♦ Manejar habilidades que permitan dotar al deportista de las mejores herramientas a la hora de combinar alimentos

### **Módulo 7. Diferentes etapas o poblaciones específicas**

- ♦ Explicar características particulares a nivel fisiológico a tener en cuenta en el abordaje nutricional de los diferentes colectivos
- ♦ Comprender en profundidad los factores externos e internos que influyen en el abordaje nutricional de estos colectivos







### **Módulo 8. Nutrición para la readaptación y recuperación funcional**

- ♦ Abordar el concepto de alimentación integral como elemento clave en el proceso de readaptación y recuperación funcional
- ♦ Distinguir las diferentes estructuras y propiedades tanto de macronutrientes como de micronutrientes
- ♦ Priorizar la importancia tanto de la ingesta de agua como de la hidratación en los procesos de recuperación
- ♦ Analizar los diferentes tipos de fitoquímicos y su papel esencial en la mejora del estado de salud y la regeneración del organismo

### **Módulo 9. Alimentación, salud y prevención de enfermedad: problemática actual y recomendaciones para la población general**

- ♦ Analizar hábitos de alimentación del paciente, así como su problemática y motivación
- ♦ Actualizar las recomendaciones nutricionales basadas en la evidencia científica para su aplicación en la práctica clínica
- ♦ Capacitar para el diseño de estrategias de educación nutricional y atención al paciente

### **Módulo 10. Valoración del estado nutricional y cálculo de planes nutricionales personalizados, recomendaciones y seguimiento**

- ♦ Adecuar valoración del caso clínico, interpretación de causas y riesgos
- ♦ Calcular de forma personalizada los planes nutricionales teniendo en cuenta todas las variables individuales
- ♦ Planificar planes nutricionales y modelos para la una recomendación completa y práctica

# 04

# Competencias

Al completar ambas fases de este Máster Semipresencial, especialista contará con una elevada capacidad para aplicar métodos terapéuticos y de seguimiento a diferentes patologías alimenticias. Esas destrezas, sin dudas, estarán basadas en la última evidencia científica y tecnológica que TECH ha conseguido recopilar en este inigualable programa académico.





“

*Aprenderás, a lo largo de esta titulación, los más novedosos protocolos para optimizar el aporte proteico para deportistas a través de la absorción de micronutrientes”*



## Competencias generales

---

- Aplicar en sus pacientes las nuevas tendencias en nutrición deportiva
- Desarrollar las nuevas corrientes de la nutrición según las patologías del adulto
- Investigar los problemas nutricionales de sus pacientes

“

*Gracias a este programa te especializarás en diferenciar el estado nutricional a partir de la composición corporal del deportista y por medio métodos bioquímicos, hematológicos e inmunológicos de reciente aplicación”*





## Competencias específicas

---

- ♦ Valorar el estado nutricional de un paciente
- ♦ Determinar problemas nutricionales de los pacientes y aplicar los tratamientos y dietas más precisos en cada caso
- ♦ Dominar las composiciones de los alimentos, identificar sus utilidades y añadirlas a las dietas de los pacientes que las necesitan
- ♦ Conocer las normas antidopaje
- ♦ Buscar ayuda para los pacientes con trastornos psicológicos derivados de la práctica del deporte y la nutrición
- ♦ Manejar los principales criterios de seguridad alimentaria y conocer los posibles peligros de los alimentos
- ♦ Identificar las necesidades energéticas de los deportistas y realizarles dietas adecuadas

# 05

## Dirección del curso

Los profesores de esta titulación han sido elegidos por TECH debido a su amplia experiencia en materia de Nutrición Deportiva. Todos ellos cuentan con una distinguida trayectoria por sus avanzados conocimientos técnicos y acerca del manejo de complejos equipamientos de trabajo. Esos docentes han realizado la selección minuciosa de diferentes procedimientos novedosos que a día de hoy ganan espacio en la disciplina en cuestión. Con su excelente asesoramiento, el especialista conseguirá afianzar nuevas destrezas y ofrecer a los atletas de élite una mejor asistencia para sus requerimientos alimenticios.



“

*Los mejores docentes han elegido los actualizados módulos que componen este programa académico de primer nivel, al cual podrás acceder solo a través de TECH”*

## Directora Invitada Internacional

Shelby Johnson posee una destacada carrera como **Nutricionista Deportiva**, especializada en **deportes universitarios en Estados Unidos**. De hecho, su experiencia y conocimientos específicos en esta área han resultado clave en su objetivo de contribuir al mejor desempeño de los **atletas de alto rendimiento**.

Como **Directora de Nutrición Deportiva** en la Universidad de Duke, ha proporcionado asistencia en el **ámbito nutricional** y de la **salud** a los **estudiantes deportistas**. Además, ha formado parte del **grupo de nutricionistas** de la Universidad de Misuri y de los equipos de **fútbol, lacrosse** y **baloncesto femenino** de la Universidad de Florida.

Igualmente, su compromiso por ofrecer a los **jóvenes atletas** el mejor **asesoramiento nutricional** durante sus entrenos y competiciones, la ha llevado a desempeñar una notable labor en este campo profesional. De esta manera, para garantizar la mejor **atención a los deportistas**, se ha encargado de realizar **análisis de composición corporal** y **construir planes personalizados**, según el objetivo de cada persona. Asimismo, ha orientado a los **deportistas** sobre las **dietas** más adecuadas a sus esfuerzos físicos, con el fin de contribuir a su pleno desempeño y evitar problemas de **salud**.

Durante su etapa profesional, Shelby Johnson ha ejercido una labor integral en **nutrición deportiva**, y es que su capacidad para adaptarse a diferentes disciplinas le ha permitido ampliar sus áreas de ocupación y ofrecer una atención mucho más precisa.

Así, gracias a su capacitación y experiencia, ha creado una **Política de Sensibilidad Alimentaria para la Salud Deportiva**, buscando poner en valor la relevancia de la correcta **nutrición para la salud**. Por ello, su objetivo siempre ha sido difundir toda información que ayude a los **deportistas** a concienciarse sobre los mejores **nutrientes, vitaminas y alimentos** para lograr sus objetivos.





## Dña. Johnson, Shelby

---

- Directora de Nutrición Deportiva en la Universidad de Duke, Durham, Estados Unidos
- Asesora Nutricionista
- Nutricionista de los equipos de fútbol, lacrosse y baloncesto femenino en la Universidad de Florida
- Especialista en Nutrición Deportiva
- Máster en Fisiología Aplicada y Kinesiología por la Universidad de Florida
- Graduada en Dietética por la Universidad de Lipscomb

“

*Gracias a TECH podrás aprender con los mejores profesionales del mundo”*

## Director Invitado



### Dr. Pérez de Ayala, Enrique

- ♦ Jefe del Servicio de Medicina Deportiva en la Policlínica Gipuzkoa
- ♦ Licenciado en Medicina por la Universidad Autónoma de Barcelona
- ♦ Máster en Valoración del Daño Corporal
- ♦ Experto en Biología y Medicina del Deporte por la Universidad Pierre et Marie Curie
- ♦ Exjefe de la Sección de Medicina Deportiva de la Real Sociedad de Fútbol
- ♦ Miembro de la Asociación Española de Médicos de Equipos de Fútbol, Federación Española de Medicina Deportiva, Sociedad Española de Medicina Aeroespacial

## Profesores

### Dña. Urbeltz, Uxue

- ♦ Monitora en BPX, Patronato de Deportes de San Sebastián
- ♦ Dietista en Policlínica Gipuzkoa
- ♦ Grado Superior en Dietética y Nutrición
- ♦ Grado en Ingeniería de Innovación en Procesos y Productos Alimentarios por la Universidad Pública de Navarra
- ♦ Postgrado Online en Microbiota por Regenera
- ♦ Certificado en Antropometría ISAK Nivel 1 por The International Society for the Advancement of Kinanthropometry (ISAK)

### Dña. Aldalur Mancisidor, Ane

- ♦ Dietista Especializada en Alimentación Basada en Plantas
- ♦ Grado en Enfermería
- ♦ Grado Superior Técnico en Dietética y Nutrición por Cebanc
- ♦ Experto en TCA y Nutrición Deportiva
- ♦ Miembro del Gabinete de Dietética del Servicio Vasco de la Salud



“

*Inscríbete ahora y avanza en tu campo de trabajo con un programa integral, que te permitirá poner en práctica todo lo aprendido”*

# 06

## Estructura y contenido

Este temario de estudios ha sido diseñado teniendo en cuenta la última evidencia científica y tecnológica del ámbito de la Nutrición Deportiva. Así, sus módulos académicos recogen elementos tan novedosos como los recientes criterios y herramientas de valoración de estado nutricional o aquellas indispensables para el cálculo de planes dietéticos personalizados. Al mismo tiempo, examina los aportes actuales acerca de la fisiología muscular y el comportamiento metabólico en los atletas. Para el dominio de todas esas materias TECH aporta, además de los recursos de aprendizaje teóricos convencionales, una amplia gama de productos multimediales como infografías y vídeos. A partir de ellos, el alumno podrá ampliar sus conocimientos de un modo más rápido y flexible.





“

*Con este programa de TECH, destinarás 1.500 horas al aprendizaje teórico de las últimas innovaciones relacionadas con la Nutrición Deportiva”*

### Módulo 1. Nuevos avances en alimentación

- 1.1. Bases moleculares de la nutrición
- 1.2. Actualización en la composición de alimentos
- 1.3. Tablas de composición de alimentos y bases de datos nutricionales
- 1.4. Fitoquímicos y compuestos no nutritivos
- 1.5. Nuevos alimentos
  - 1.5.1. Nutrientes funcionales y compuestos bioactivos
  - 1.5.2. Probióticos, prebióticos y simbióticos
  - 1.5.3. Calidad y diseño
- 1.6. Alimentos ecológicos
- 1.7. Alimentos transgénicos
- 1.8. El agua como nutriente
- 1.9. Seguridad alimentaria
  - 1.9.1. Peligros físicos
  - 1.9.2. Peligros químicos
  - 1.9.3. Peligros microbiológicos
- 1.10. Nuevo etiquetado alimentario e información al consumidor
- 1.11. Fitoterapia aplicada a patologías nutricionales

### Módulo 2. Tendencias actuales en nutrición

- 2.1. Nutrigenética
- 2.2. Nutrigenómica
  - 2.2.1. Fundamentos
  - 2.2.2. Métodos
- 2.3. Inmunonutrición
  - 2.3.1. Interacciones nutrición-inmunidad
  - 2.3.2. Antioxidantes y función inmune
- 2.4. Regulación fisiológica de la alimentación. Apetito y saciedad
- 2.5. Psicología y alimentación
- 2.6. Nutrición y sueño
- 2.7. Actualización en objetivos nutricionales e ingestas recomendadas
- 2.8. Nuevas evidencias en dieta mediterránea s

### Módulo 3. Valoración del estado nutricional y de la dieta. Aplicación en la práctica

- 3.1. Bioenergética y nutrición
  - 3.1.1. Necesidades energéticas
  - 3.1.2. Métodos de valoración del gasto energético
- 3.2. Valoración del estado nutricional
  - 3.2.1. Análisis de la composición corporal
  - 3.2.2. Diagnóstico clínico. Síntomas y signos
  - 3.2.3. Métodos bioquímicos, hematológicos e inmunológicos
- 3.3. Valoración de la ingesta
  - 3.3.1. Métodos de análisis de la ingesta de alimentos y nutrientes
  - 3.3.2. Métodos directos e indirectos
- 3.4. Actualización en requerimientos nutricionales e ingestas recomendadas
- 3.5. Alimentación en el adulto sano. Objetivos y guías. Dieta mediterránea
- 3.6. Alimentación en la menopausia
- 3.7. Nutrición en las personas de edad avanzada

### Módulo 4. Alimentación en la práctica deportiva

- 4.1. Fisiología del ejercicio
- 4.2. Adaptación fisiológica a los distintos tipos de ejercicio
- 4.3. Adaptación metabólica al ejercicio. Regulación y control
- 4.4. Valoración de las necesidades energéticas y del estado nutricional del deportista
- 4.5. Valoración de la capacidad física del deportista
- 4.6. Alimentación en las distintas fases de la práctica deportiva
  - 4.6.1. Pre-competitiva
  - 4.6.2. Durante
  - 4.6.3. Post-competición
- 4.7. Hidratación
  - 4.7.1. Regulación y necesidades
  - 4.7.2. Tipos de bebidas
- 4.8. Planificación dietética adaptada a las modalidades deportivas

- 4.9. Ayudas ergogénicas y normativa actual antidopaje
  - 4.9.1. Recomendaciones AMA y AEPSAD
- 4.10. La nutrición en la recuperación de las lesiones deportivas
- 4.11. Trastornos psicológicos relacionados con la práctica del deporte
  - 4.11.1. Trastornos alimentarios: vigorexia, ortorexia, anorexia
  - 4.11.2. Fatiga por sobreentrenamiento
  - 4.11.3. La triada de la atleta femenina
- 4.12. El papel del coach en el rendimiento deportivo

### Módulo 5. Fisiología muscular y metabólica relacionada con el ejercicio

- 5.1. Adaptaciones cardiovasculares relativas al ejercicio
  - 5.1.1. Aumento del volumen sistólico
  - 5.1.2. Disminución de la frecuencia cardiaca
- 5.2. Adaptaciones ventilatorias relativas al ejercicio
  - 5.2.1. Cambios en el volumen ventilatorio
  - 5.2.2. Cambios en el consumo de oxígeno
- 5.3. Adaptaciones hormonales relativas al ejercicio
  - 5.3.1. Cortisol
  - 5.3.2. Testosterona
- 5.4. Estructura del músculo y tipos de fibras musculares
  - 5.4.1. La fibra muscular
  - 5.4.2. Fibra muscular tipo I
  - 5.4.3. Fibras musculares tipo II
- 5.5. Concepto de umbral láctico
- 5.6. ATP y metabolismo de los fosfágenos
  - 5.6.1. Rutas metabólicas para la resítesis de ATP durante el ejercicio
  - 5.6.2. Metabolismo de los fosfágenos
- 5.7. Metabolismo de los hidratos de carbono
  - 5.7.1. Movilización de los hidratos de carbono durante el ejercicio
  - 5.7.2. Tipos de glucólisis

- 5.8. Metabolismo de los lípidos
  - 5.8.1. Lipólisis
  - 5.8.2. Oxidación de grasa durante el ejercicio
  - 5.8.3. Cuerpos cetónicos
- 5.9. Metabolismo de las proteínas
  - 5.9.1. Metabolismo del amonio
  - 5.9.2. Oxidación de aminoácidos
- 5.10. Bioenergética mixta de las fibras musculares
  - 5.10.1. Fuentes energéticas y su relación con el ejercicio
  - 5.10.2. Factores que determinan el uso de una u otra fuente de energía durante el ejercicio

### Módulo 6. Vegetarianismo y veganismo

- 6.1. Vegetarianismo y veganismo en la historia del deporte
  - 6.1.1. Comienzos del veganismo en el deporte
  - 6.1.2. Deportistas vegetarianos en la actualidad
- 6.2. Diferentes tipos de alimentación vegetariana
  - 6.2.1. Deportista vegano
  - 6.2.2. Deportista vegetariano
- 6.3. Errores frecuentes en el deportista vegano
  - 6.3.1. Balance energético
  - 6.3.2. Consumo de proteína
- 6.4. Vitamina B12
  - 6.4.1. Suplementación de B12
  - 6.4.2. Biodisponibilidad de alga espirulina
- 6.5. Fuentes proteicas en la alimentación vegana/vegetariana
  - 6.5.1. Calidad proteica
  - 6.5.2. Sostenibilidad ambiental
- 6.6. Otros nutrientes clave en veganos
  - 6.6.1. Conversión ALA en EPA/DHA
  - 6.6.2. Fe, Ca, Vit-D y Zn

- 6.7. Valoración bioquímica/carencias nutricionales
  - 6.7.1. Anemia
  - 6.7.2. Sarcopenia
- 6.8. Alimentación vegana vs. Alimentación omnívora
  - 6.8.1. Alimentación evolutiva
  - 6.8.2. Alimentación actual
- 6.9. Ayudas ergogénicas
  - 6.9.1. Creatina
  - 6.9.2. Proteína vegetal
- 6.10. Factores que disminuyen la absorción de nutrientes
  - 6.10.1. Alto consumo de fibra
  - 6.10.2. Oxalatos

## Módulo 7. Diferentes etapas o poblaciones específicas

- 7.1. Nutrición en la mujer deportista
  - 7.1.1. Factores limitantes
  - 7.1.2. Requerimientos
- 7.2. Ciclo menstrual
  - 7.2.1. Fase lútea
  - 7.2.2. Fase folicular
- 7.3. Triada
  - 7.3.1. Amenorrea
  - 7.3.2. Osteoporosis
- 7.4. Nutrición en la mujer deportista embarazada
  - 7.4.1. Requerimientos energéticos
  - 7.4.2. Micronutrientes
- 7.5. Efectos del ejercicio físico en el niño deportista
  - 7.5.1. Entrenamiento de fuerza
  - 7.5.2. Entrenamiento de resistencia
- 7.6. Educación nutricional en el niño deportista
  - 7.6.1. Azúcar
  - 7.6.2. TCA

- 7.7. Requerimientos nutricionales en el niño deportista
  - 7.7.1. Hidratos de carbono
  - 7.7.2. Proteínas
- 7.8. Cambios asociados al envejecimiento
  - 7.8.1. % Grasa corporal
  - 7.8.2. Masa muscular
- 7.9. Principales problemas en el deportista senior
  - 7.9.1. Articulaciones
  - 7.9.2. Salud cardiovascular
- 7.10. Suplementación interesante en el deportista senior
  - 7.10.1. Whey protein
  - 7.10.2. Creatina

## Módulo 8. Nutrición para la readaptación y recuperación funcional

- 8.1. Alimentación integral como elemento clave en la prevención y recuperación de lesiones
- 8.2. Carbohidratos
- 8.3. Proteínas
- 8.4. Grasas
  - 8.4.1. Saturadas
  - 8.4.2. Insaturadas
    - 8.4.2.1. Monoinsaturadas
    - 8.4.2.2. Poliinsaturadas
- 8.5. Vitaminas
  - 8.5.1. Hidrosolubles
  - 8.5.2. Liposolubles
- 8.6. Minerales
  - 8.6.9. Macrominerales
  - 8.6.2. Microminerales
- 8.7. Fibra
- 8.8. Agua
- 8.9. Fitoquímicos
  - 8.9.1. Fenoles
  - 8.9.2. Tioles
  - 8.9.3. Terpenos
- 8.10. Complementos alimenticios para la prevención y recuperación funcional



## Módulo 9. Alimentación, salud y prevención de enfermedad: problemática actual y recomendaciones para la población general

- 9.1. Hábitos de alimentación en la población actual y riesgos en salud
- 9.2. Dieta mediterránea y sostenible
  - 9.2.1. Modelo de alimentación recomendado
- 9.3. Comparación de modelos de alimentación o “dietas”
- 9.4. Nutrición en vegetarianos
- 9.5. Infancia y adolescencia
  - 9.5.1. Nutrición, crecimiento y desarrollo
- 9.6. Adultos
  - 9.6.1. Nutrición para la mejora de calidad de vida
  - 9.6.2. Prevención
  - 9.6.3. Tratamiento de enfermedad
- 9.7. Recomendaciones en embarazo y lactancia
- 9.8. Recomendaciones en menopausia
- 9.9. Edad avanzada
  - 9.9.1. Nutrición en envejecimiento
  - 9.9.2. Cambios en composición corporal
  - 9.9.3. Alteraciones
  - 9.9.4. Malnutrición
- 9.10. Nutrición en deportistas

## Módulo 10. Valoración del estado nutricional y cálculo de planes nutricionales personalizados, recomendaciones y seguimiento

- 10.1. Historia clínica y antecedentes
  - 10.1.1. Variables individuales que afectan a la respuesta del plan nutricional
- 10.2. Antropometría y composición corporal
- 10.3. Valoración de hábitos de alimentación
  - 10.3.1. Valoración nutricional del consumo de alimentos
- 10.4. Equipo interdisciplinar y circuitos terapéuticos
- 10.5. Cálculo del aporte energético
- 10.6. Cálculo de la recomendación de consumo de macro y micronutrientes

- 10.7. Recomendación de cantidades y frecuencia de consumo de alimentos
  - 10.7.1. Modelos de alimentación
  - 10.7.2. Planificación
  - 10.7.3. Distribución de tomas diarias
- 10.8. Modelos de planificación de dietas
  - 10.8.1. Menús semanales
  - 10.8.2. Toma diaria
  - 10.8.3. Metodología por intercambios de alimentos
- 10.9. Nutrición hospitalaria
  - 10.9.1. Modelos de dietas
  - 10.9.2. Algoritmos de decisiones
- 10.10. Educación
  - 10.10.1. Aspectos psicológicos
  - 10.10.2. Mantenimiento de hábitos de alimentación
  - 10.10.3. Recomendaciones al alta



*Podrás estudiar donde y cuando quieras los contenidos teóricos de esta titulación gracias a su innovadora plataforma 100% online de aprendizaje”*

# 07

# Prácticas Clínicas

Al finalizar el período de aprendizaje teórico y online de este Máster Semipresencial, TECH ha contemplado la realización de una práctica presencial. A partir de esa estancia, el especialista accederá a centros hospitalarios de renombre. En ellos aplicará los contenidos aprendidos mediante la asistencia directa de casos reales durante 3 rigurosas semanas.



“

*Estas prácticas clínicas ampliarán tus horizontes profesionales, abriéndote las puertas de instituciones hospitalarias radicadas en diferentes ubicaciones geográficas”*

La fase práctica de este programa educativo está compuesta por 120 horas de preparación educativa en una instalación médica de referencia. De ese modo, el especialista completará jornadas de 8 horas, de lunes a viernes, bajo la supervisión de un tutor adjunto que le asignará responsabilidades y tareas concretas para el abordaje de casos reales con patologías complejas como la Anorexia o la Vigorexia deportiva.

Por otro lado, el egresado también podrá vincularse a otros profesionales de la institución quienes intercambiará con él sus experiencias y destrezas. Al mismo tiempo, tendrán acceso a equipamiento modernos y de alta gama el examen fisiológico y el cálculo eficaz de sus requerimientos nutricionales. De ese modo, al completar esta etapa educativa presencial, el egresado contará con una actualización teórica y práctica las principales novedades de su campo de interés y estará listo para ponerlas en vigor desde su ejercicio laboral cotidiano.

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





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

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

## Seguro de responsabilidad civil

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

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

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



## Condiciones generales de la capacitación práctica

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

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

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

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

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

**5. RELACIÓN LABORAL:** el Máster Semipresencial no constituirá una relación laboral de ningún tipo.

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

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

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

08

# ¿Dónde puedo hacer las Prácticas Clínicas?

La estancia práctica de este Máster Semipresencial es distintiva con respecto a otros programas académicos imperantes en el mercado por su carácter presencial. Durante esa etapa de aprendizaje, el especialista accederá a instituciones sanitarias de prestigio donde aplicará las materias aprendidas de manera teórica en la atención directa de atletas con diferentes requerimientos nutricionales. Así, durante 3 semanas, el alumno adquirirá un dominio de mayor profundidad acerca de los contenidos estudiados y su correcta ejecución, incorporando disímiles avances a su ejercicio profesional cotidiano.







“

*Afianza tu preparación teórica con una práctica presencial intensiva de 3 semanas en los centros más prestigiosos del ámbito de la Nutrición Deportiva”*



El alumno podrá cursar la parte práctica de este Máster Semipresencial en los siguientes centros:



Medicina

### Centro Médico Villanueva de la Cañada

País	Ciudad
España	Madrid

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

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

#### Capacitaciones prácticas relacionadas:

- Nutrición Clínica en Pediatría
- Nutrición Clínica



Medicina

### Prosystem Nutrición

País	Ciudad
España	Madrid

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

Clínica centrada en la actividad física y la planificación nutricional

#### Capacitaciones prácticas relacionadas:

- Nutrición Deportiva
- Nutrición Deportiva para Enfermería



Medicina

### Hospital HM Regla

País	Ciudad
España	León

Dirección: Calle Cardenal Landázuri, 2, 24003, León

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

#### Capacitaciones prácticas relacionadas:

- Actualización de Tratamientos Psiquiátricos en Pacientes Menores



Medicina

### Hospital HM Nou Delfos

País	Ciudad
España	Barcelona

Dirección: Avinguda de Vallcarca, 151, 08023, Barcelona

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

#### Capacitaciones prácticas relacionadas:

- Medicina Estética
- Nutrición Clínica en Medicina



Medicina

### Hospital HM Nuevo Belén

País	Ciudad
España	Madrid

Dirección: Calle José Silva, 7, 28043, Madrid

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

#### Capacitaciones prácticas relacionadas:

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



Medicina

### Policlínico HM Distrito Telefónica

País	Ciudad
España	Madrid

Dirección: Ronda de la Comunicación, 28050, Madrid

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

#### Capacitaciones prácticas relacionadas:

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



Medicina

### Policlínico HM Gabinete Velázquez

País	Ciudad
España	Madrid

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

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

#### Capacitaciones prácticas relacionadas:

- Nutrición Clínica en Medicina
- Cirugía Plástica Estética



Medicina

### Policlínico HM Las Tablas

País	Ciudad
España	Madrid

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

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

#### Capacitaciones prácticas relacionadas:

- Enfermería en el Servicio de Traumatología
- Diagnóstico en Fisioterapia



### **Policlínico HM Moraleja**

País: España  
Ciudad: Madrid

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

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

#### **Capacitaciones prácticas relacionadas:**

- Medicina Rehabilitadora en el Abordaje del Daño Cerebral Adquirido



### **Policlínico HM Sanchinarro**

País: España  
Ciudad: Madrid

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

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

#### **Capacitaciones prácticas relacionadas:**

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



### **Olympus Center**

País: España  
Ciudad: Madrid

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

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

#### **Capacitaciones prácticas relacionadas:**

- Alto Rendimiento Deportivo
- Monitor de Gimnasio

09

# 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.

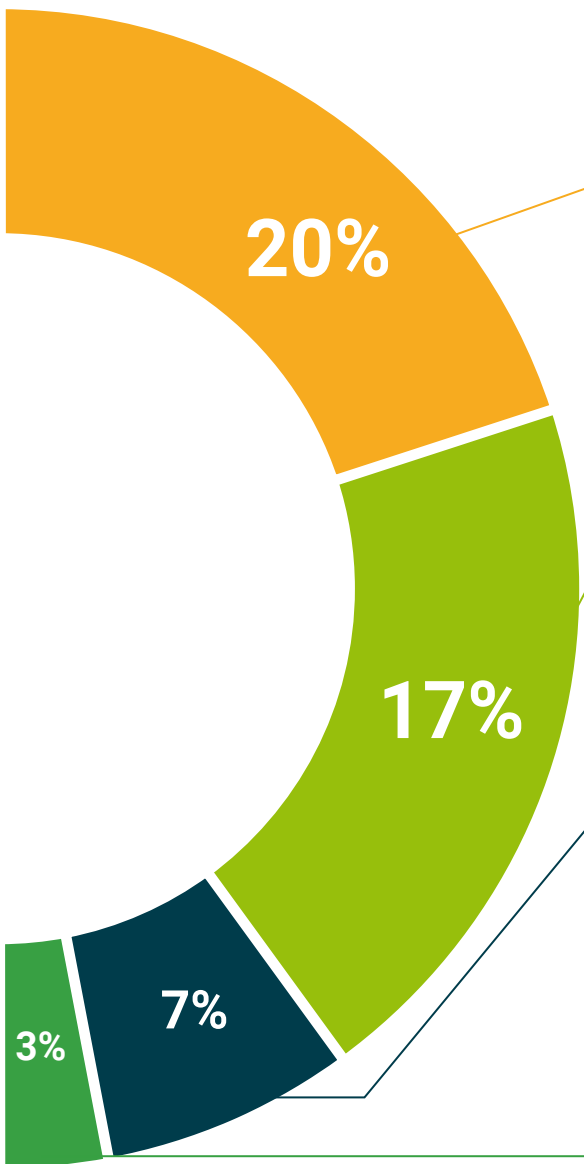
Este exclusivo sistema educativo para la presentación de contenidos multimedia fue premiado por Microsoft como "Caso de éxito en Europa".



#### 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.



# 10 Titulación

El Título de Máster Semipresencial en Nutrición Deportiva garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Máster Semipresencial expedido por TECH Universidad Tecnológica.



“

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

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

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

Además del Diploma, podrá obtener un certificado, así como el certificado del contenido del programa. Para ello, deberá ponerse en contacto con su asesor académico, que le brindará toda la información necesaria.

Título: **Máster Semipresencial en Nutrición Deportiva**

Modalidad: **Semipresencial (Online + Prácticas Clínicas)**

Duración: **12 meses**



Máster Semipresencial en Nutrición Deportiva

Distribución General del Plan de Estudios		Distribución General del Plan de Estudios			
Tipo de materia	Horas	Curso	Materia	Horas	Carácter
Obligatoria (OB)	1.500	1	Nuevos avances en alimentación	150	OB
Optativa (OP)	0	1	Tendencias actuales en nutrición	150	OB
Prácticas Externas (PR)	120	1	Valoración del estado nutricional y de la dieta.	150	OB
Trabajo Fin de Máster (TFM)	0	1	Aplicación en la práctica	150	OB
		1	Alimentación en la práctica deportiva	150	OB
		1	Fisiología muscular y metabólica relacionada con el ejercicio	150	OB
		1	Vegetarianismo y veganismo	150	OB
		1	Diferentes etapas o poblaciones específicas	150	OB
		1	Nutrición para la readaptación y recuperación funcional	150	OB
		1	Alimentación, salud y prevención de enfermedad: problemática actual y recomendaciones para la población general	150	OB
		1	Valoración del estado nutricional y cálculo de planes nutricionales personalizados, recomendaciones y seguimiento	150	OB
	Total 1.620				

*Tere Guevara Navarro*  
Mtra. Tere Guevara Navarro  
Rectora

tech universidad tecnológica



## Máster Semipresencial Nutrición Deportiva

Modalidad: Semipresencial (Online + Prácticas Clínicas)

Duración: 12 meses

Titulación: TECH Universidad Tecnológica

# Máster Semipresencial

## Nutrición Deportiva

