

Experto Universitario

Nutrición en el Deporte Acuático

Aval/Membresía



tech
universidad



Experto Universitario

Nutrición Deportiva Terapéutica

- » Modalidad: No escolarizada (100% en línea)
- » Duración: 6 meses
- » Titulación: TECH Universidad
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

Acceso web: www.techitute.com/medicina/experto-universitario/experto-nutricion-deporte-acuatico

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. 16

05

Licencias de software incluidas

pág. 20

06

Metodología de estudio

pág. 24

07

Cuadro docentes

pág. 34

08

Titulación

pág. 40

01

Presentación del programa

La Nutrición en el Deporte Acuático representa un factor determinante para sostener la energía, optimizar el rendimiento y disminuir el riesgo de lesiones en disciplinas como natación, waterpolo y nado sincronizado. Según datos del Consejo Superior de Deportes de España, cerca del 42% de los atletas de alto nivel presentan desequilibrios nutricionales que comprometen su recuperación y eficacia competitiva. Frente a esta realidad, surge el programa universitario de TECH, concebido para responder a la creciente necesidad de actualización en este campo y con una metodología innovadora que integra material didáctico de calidad, desarrollado en un entorno 100% online. De esta manera, se impulsa un aprendizaje flexible y riguroso en torno a las demandas nutricionales específicas del Deporte Acuático.





“

Este Experto Universitario impulsará tus habilidades en Nutrición en el Deporte Acuático, potenciando la aplicación de estrategias científicas adaptadas a las exigencias de cada disciplina”

El rendimiento en disciplinas acuáticas depende en gran medida de un equilibrio entre el entrenamiento físico y una correcta estrategia alimentaria. En la actualidad, la Nutrición aplicada al Deporte Acuático resulta esencial para potenciar la energía, mejorar la resistencia y favorecer la recuperación muscular. Asimismo, desempeña un papel crucial en la prevención de la fatiga y en la disminución de los riesgos de lesión, lo que la convierte en un pilar indispensable dentro del desarrollo deportivo y en la práctica médica vinculada al cuidado de la salud del atleta.

Por otra parte, esta titulación universitaria de TECH Universidad profundiza en esta área considerando diversos ejes de estudio que amplían la visión integral del deporte. En primer lugar, se abordan los antecedentes y la evolución histórica de las disciplinas acuáticas, lo que permite contextualizar la importancia de estas prácticas en diferentes épocas. En segundo término, se analizan las fases de incremento de masa muscular, aspecto determinante para optimizar el rendimiento y comprender las adaptaciones fisiológicas. A su vez, se enfatiza la prevención de lesiones, un factor clave tanto para prolongar la vida deportiva como para reforzar el abordaje clínico en la Medicina del deporte.

Además, esta oportunidad académica ofrecerá a los profesionales una preparación sólida, orientada a la aplicación inmediata en su entorno laboral. Por lo tanto, recibirán herramientas actualizadas que les permitirán diseñar planes nutricionales individualizados, comprender las demandas fisiológicas del entrenamiento acuático y aplicar estrategias de recuperación basadas en evidencia científica.

En cuanto a la metodología de TECH Universidad, destaca por su carácter flexible y accesible. De hecho, se desarrolla en un entorno completamente online y se basa en el método *Relearning*, que facilita la asimilación de contenidos mediante la repetición dinámica y la aplicación práctica. De este modo, el aprendizaje se convierte en un proceso continuo y efectivo. Como elemento diferencial, contará con un invitado de prestigio mundial y con *Masterclasses* exclusivas que enriquecerán la experiencia académica.

Este **Experto Universitario en Nutrición en el Deporte Acuático** 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



Un reconocido Director Invitado Internacional impartirá Masterclasses intensivas centradas en las últimas innovaciones en Nutrición aplicada al Deporte Acuático”

“

Incorpora a tu práctica diaria las últimas tendencias en el abordaje de las fases de incremento de masa muscular para potenciar el rendimiento y la recuperación del deportista”

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.

Ampliarás tus competencias para comprender la evolución histórica de las disciplinas acuáticas y su impacto en el desarrollo deportivo actual.

Ponte al día en las estrategias más actualizadas de prevención de lesiones en el ámbito del Deporte Acuático.



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 itinerario académico que complementa este programa universitario ahondará en temas clave de la Nutrición en el Deporte Acuático. A lo largo del recorrido académico, los médicos tendrán la oportunidad de abordar las demandas fisiológicas que caracterizan los deportes acuáticos en y sobre el agua, lo que permitirá comprender con mayor precisión los factores que condicionan el rendimiento. Asimismo, se profundizará en la composición corporal como herramienta fundamental para establecer planes de intervención individualizados, basados en parámetros objetivos. Del mismo modo, el análisis del periodo lesivo aportará competencias orientadas a la prevención y recuperación, esenciales en la práctica clínica.



“

Profundizarás en los últimos postulados científicos sobre las demandas fisiológicas que caracterizan los deportes acuáticos en y sobre el agua”

Módulo 1. Deportes acuáticos

- 1.1. Historia de los deportes acuáticos
 - 1.1.1. Olimpiadas y grandes torneos
 - 1.1.2. Deportes acuáticos en la actualidad
- 1.2. Limitantes del rendimiento
 - 1.2.1. Deportes acuáticos en el agua (natación, waterpolo, etc.)
 - 1.2.2. Deportes acuáticos sobre el agua (surf, vela, piragüismo, etc.)
- 1.3. Características básicas de los deportes acuáticos
 - 1.3.1. Deportes acuáticos en el agua (natación, waterpolo, etc.)
 - 1.3.2. Deportes acuáticos sobre el agua (surf, vela, piragüismo, etc.)
- 1.4. Fisiología de los deportes acuáticos
 - 1.4.1. Metabolismo energético
 - 1.4.2. Biotipo del deportista
- 1.5. Entrenamiento
 - 1.5.1. Fuerza
 - 1.5.2. Resistencia
- 1.6. Composición corporal
 - 1.6.1. Natación
 - 1.6.2. Waterpolo
- 1.7. Precompetición
 - 1.7.1. 3 horas antes
 - 1.7.2. 1 hora antes
- 1.8. Precompetición
 - 1.8.1. Hidratos de carbono
 - 1.8.2. Hidratación
- 1.9. Postcompetición
 - 1.9.1. Hidratación
 - 1.9.2. Proteína
- 1.10. Ayudas ergogénicas
 - 1.10.1. Creatina
 - 1.10.2. Cafeína

Módulo 2. Deportes por categoría de peso

- 2.1. Características de los principales deportes por categoría de peso
 - 2.1.1. Reglamento
 - 2.1.2. Categorías
- 2.2. Programación de la temporada
 - 2.2.1. Competiciones
 - 2.2.2. Macrociclo
- 2.3. Composición corporal
 - 2.3.1. Deportes de combate
 - 2.3.2. Halterofilia
- 2.4. Etapas de ganancia masa muscular
 - 2.4.1. Porcentaje de grasa corporal
 - 2.4.2. Programación
- 2.5. Etapas de definición
 - 2.5.1. Hidratos de carbono
 - 2.5.2. Proteína
- 2.6. Precompetición
 - 2.6.1. Peak Week
 - 2.6.2. Antes del pesaje
- 2.7. Precompetición
 - 2.7.1. Aplicaciones prácticas
 - 2.7.2. *Timing*
- 2.8. Poscompetición
 - 2.8.1. Hidratación
 - 2.8.2. Proteína
- 2.9. Ayudas ergogénicas
 - 2.9.1. Creatina
 - 2.9.2. Whey Protein



Módulo 3. Periodo lesivo

- 3.1. Introducción
- 3.2. Prevención de lesiones en el deportista
 - 3.2.1. Disponibilidad energética relativa en el deporte
 - 3.2.2. Salud bucodental e implicaciones sobre las lesiones
 - 3.2.3. Fatiga, nutrición y lesiones
 - 3.2.4. Sueño, nutrición y lesiones
- 3.3. Fases de la lesión
 - 3.3.1. Fase de inmovilización. Inflamación y cambios que se producen durante esta fase
 - 3.3.2. Fase de retorno de la actividad
- 3.4. Ingesta energética durante el periodo de lesión
- 3.5. Ingesta de macronutrientes durante el periodo de lesión
 - 3.5.1. Ingesta de carbohidratos
 - 3.5.2. Ingesta de grasas
 - 3.5.3. Ingesta de proteínas
- 3.6. Ingesta de micronutrientes de especial interés durante la lesión
- 3.7. Suplementos deportivos con evidencia durante el periodo de lesión
 - 3.7.1. Creatina
 - 3.7.2. Omega 3
 - 3.7.3. Otros
- 3.8. Lesiones de tendinosas y ligamentosas
 - 3.8.1. Introducción a las lesiones tendinosas y ligamentosas. Estructura del tendón
 - 3.8.2. Colágeno, gelatina y vitamina C. ¿Pueden ayudar?
 - 3.8.3. Otros nutrientes involucrados en la síntesis del colágeno
- 3.9. Vuelta a la competición
 - 3.9.1. Consideraciones nutricionales en el retorno a la competición
- 3.10. Estudios de caso interesantes en la literatura científica sobre lesiones

04

Objetivos docentes

Este programa universitario de TECH Universidad tiene como finalidad ofrecer al facultativo un enfoque integral orientado a la optimización de competencias en el ámbito de la Nutrición aplicada al Deporte Acuático. Por lo tanto, proporciona las herramientas necesarias para gestionar la ingesta energética durante el periodo de lesión, garantizando un adecuado soporte metabólico en la recuperación. Además, favorece la capacidad de aplicar ayudas ergogénicas basadas en evidencia científica, optimizando así el rendimiento y la resistencia del deportista. Del mismo modo, permite comprender con precisión las características básicas de las disciplinas acuáticas, lo que se traduce en intervenciones más efectivas.



“

*Goza de un aprendizaje resolutivo y vanguardista
a través de contenidos didácticos presentes
en modernos formatos multimedia”*



Objetivos generales

- ♦ Comprender la fisiología muscular y metabólica en relación con el ejercicio para optimizar el rendimiento deportivo
- ♦ Aplicar métodos de valoración en distintos momentos de la temporada, ajustando estrategias nutricionales según las necesidades del deportista
- ♦ Identificar las demandas nutricionales en deportes acuáticos, considerando su impacto en el metabolismo y la composición corporal
- ♦ Diseñar intervenciones nutricionales para deportistas expuestos a condiciones adversas, favoreciendo su adaptación y recuperación
- ♦ Elaborar planes de alimentación en deportes por categoría de peso, garantizando el equilibrio entre rendimiento y salud
- ♦ Analizar el impacto del vegetarianismo y veganismo en el deporte, ajustando la ingesta de nutrientes clave
- ♦ Adaptar estrategias nutricionales a diferentes etapas y poblaciones específicas, optimizando su desempeño físico
- ♦ Implementar planes nutricionales en periodos lesivos y en deportistas con condiciones especiales, favoreciendo la recuperación y el control metabólico





Objetivos específicos

Módulo 1. Deportes acuáticos

- ♦ Examinar los requerimientos nutricionales específicos para los atletas de deportes acuáticos
- ♦ Estudiar los efectos del medio acuático en la fisiología y el metabolismo del deportista

Módulo 2. Deportes por categoría de peso

- ♦ Estudiar las demandas nutricionales específicas en deportes que requieren una gestión estricta del peso corporal
- ♦ Desarrollar enfoques terapéuticos que ayuden a optimizar el rendimiento sin comprometer la salud del deportista

Módulo 3. Periodo lesivo

- ♦ Comprender los mecanismos fisiológicos de la lesión y el impacto que tiene en el metabolismo del deportista
- ♦ Diseñar estrategias nutricionales para acelerar la recuperación y reducir el riesgo de lesiones recurrentes



Podrás actualizar tus conocimientos en un entorno moderno y versátil, donde apreciarás los abordajes más actuales de las lesiones tendinosas y ligamentosas”

05

Licencias de software incluidas

TECH es referencia en el mundo universitario por combinar la última tecnología con las metodologías docentes para potencial el proceso de enseñanza-aprendizaje. Para ello, ha establecido una red de alianzas que le permite tener acceso a las herramientas de software más avanzadas del mundo profesional.



“

Al matricularte recibirás, de forma completamente gratuita, las credenciales de uso académico de las siguientes aplicaciones de software profesional”

TECH ha establecido una red de alianzas profesionales en la que se encuentran los principales proveedores de software aplicado a las diferentes áreas profesionales. Estas alianzas permiten a TECH tener acceso al uso de centenares de aplicaciones informáticas y licencias de software para acercarlas a sus estudiantes.

Las licencias de software para uso académico permitirán a los estudiantes utilizar las aplicaciones informáticas más avanzadas en su área profesional, de modo que podrán conocerlas y aprender su dominio sin tener que incurrir en costes. TECH se hará cargo del procedimiento de contratación para que los alumnos puedan utilizarlas de modo ilimitado durante el tiempo que estén estudiando el programa de Experto Universitario en Nutrición en el Deporte Acuático, y además lo podrán hacer de forma completamente gratuita.

TECH te dará acceso gratuito al uso de las siguientes aplicaciones de software:



i-Diet

Otro de los beneficios exclusivos de este programa universitario es el **acceso gratuito** a **i-Diet**, una herramienta de evaluación nutricional valorada en **180 euros**. Esta plataforma flexible permite modificar bases de datos de alimentos y recetas, así como añadir nuevos elementos de forma intuitiva.

i-Diet está diseñada para adaptarse a distintas necesidades profesionales, permitiendo la personalización de planes nutricionales desde el primer día del curso. La herramienta incorpora inteligencia artificial en sus cálculos, desarrollada con el respaldo del Departamento de Modelización Matemática de la ETSIMO, lo que garantiza precisión y solidez científica en cada evaluación.

Funciones destacadas:

- ♦ **Base de datos editable:** acceso a alimentos y recetas con posibilidad de personalización completa
- ♦ **Cálculos con IA:** algoritmos optimizados para una evaluación precisa y eficiente
- ♦ **Más de 1.000 recetas supervisadas:** contenido desarrollado por la dietista-nutricionista Cristina Rodríguez Bernardo
- ♦ **Mediciones corporales múltiples:** compatible con BIA, ultrasonidos, infrarrojos, plicometría y perímetros
- ♦ **Interfaz intuitiva:** fácil de usar tanto en consulta como para seguimiento clínico

El **acceso sin costes** a **i-Diet** durante el curso ofrece una oportunidad invaluable para aplicar conocimientos teóricos, mejorando la toma de decisiones nutricionales y fortaleciendo las habilidades técnicas de los profesionales.

DietoPro

Como parte de nuestro compromiso con una capacitación completa y aplicada, todos los alumnos inscritos en este programa obtendrán **acceso gratuito** a la Licencia **DietoPro** especializada en nutrición, valorada en aproximadamente **30 euros**. Esta plataforma estará disponible durante todo el curso. Su uso enriquece el proceso de aprendizaje, facilitando la implementación inmediata de los conocimientos adquiridos.

Es una solución avanzada que permite crear planes personalizados, registrar y analizar la ingesta diaria, y recibir recomendaciones basadas en cada usuario. Su interfaz intuitiva y base tecnológica consolidan una experiencia práctica, alineada con los estándares actuales del bienestar y la salud digital.

Funciones destacadas:

- ♦ **Planificación Nutricional Personalizada:** diseñar planes alimentarios ajustados a objetivos, preferencias y requerimientos específicos
- ♦ **Registro y Seguimiento de la Dieta:** facilita el control nutricional mediante reportes dinámicos y análisis detallado de nutrientes
- ♦ **Sugerencias Inteligentes:** emplea inteligencia artificial para proponer ajustes y recomendaciones personalizadas
- ♦ **Integración con Dispositivos de Salud:** compatible con *wearables* y aplicaciones de fitness para una visión integral del estado físico
- ♦ **Recursos Educativos:** acceso a contenidos, guías y consejos de expertos para afianzar hábitos saludables y promover el aprendizaje continuo

Esta **Licencia gratuita** ofrece una oportunidad única para explorar herramientas profesionales, afianzar el conocimiento teórico y aprovechar al máximo una experiencia práctica de alto valor.

Nutrium

Acceder a **Nutrium**, una plataforma profesional valorada en **200 euros**, es una oportunidad única para optimizar la gestión de pacientes. Este sistema avanzado permite registrar historiales, agendar citas, enviar recordatorios y realizar consultas en línea, facilitando la comunicación a través de su app móvil.

Además, esta Licencia exclusiva y con **acceso gratuito** ofrece herramientas para el seguimiento de objetivos nutricionales, permitiendo que los clientes actualicen su progreso en tiempo real, lo que favorece la adherencia a los tratamientos y mejora la eficacia de las recomendaciones dietéticas.

Funciones clave de nutrium:

- ♦ **Gestión completa de clientes:** registro detallado, programación de citas y recordatorios automáticos
- ♦ **Comunicación continua:** acceso a consultas en línea y aplicación móvil para pacientes
- ♦ **Monitoreo de objetivos nutricionales:** herramientas para establecer y seguir metas específicas
- ♦ **Actualización en tiempo real:** los pacientes pueden actualizar su progreso de manera directa
- ♦ **Eficiencia en tratamientos:** mejora de la adherencia y resultados de los planes dietéticos

Esta plataforma, accesible **sin coste** durante el programa, permitirá aplicar de manera práctica los conocimientos adquiridos, facilitando un enfoque integral y eficiente en nutrición.

06

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.





07

Cuadro docente

Los docentes seleccionados por TECH Universidad para esta titulación universitaria han sido cuidadosamente escogidos por su sólida trayectoria en Medicina y su especialización en Nutrición aplicada a las disciplinas acuáticas. Su conocimiento clínico, complementado con una destacada labor investigadora, asegura un enfoque riguroso y permanentemente actualizado sobre aspectos de gran relevancia en el área. De esta manera, los profesionales que se capaciten con este itinerario académico accederán a una visión científica de excelencia, donde teoría y práctica se articulan de forma coherente para dar respuesta a las demandas actuales de la Medicina del Deporte Acuático.



“

Capacítate con un cuerpo docente en activo, que comparte su experiencia real y el conocimiento más actualizado para impulsar tu crecimiento profesional”

Directora Invitada Internacional

Jamie Meeks ha demostrado a lo largo de su trayectoria profesional su dedicación por la **Nutrición Deportiva**. Tras graduarse en esa especialidad en la Universidad Estatal de Luisiana, destacó rápidamente. Su talento y compromiso fueron reconocidos cuando recibió el prestigioso **premio de Joven Dietista del Año** por la Asociación Dietética de Luisiana, un logro que marcó el comienzo de una exitosa carrera.

Después de completar su licenciatura, Jamie Meeks continuó su educación en la Universidad de Arkansas, donde completó sus prácticas en **Dietética**. Luego, obtuvo un Máster en Kinesiología con especialización en **Fisiología del Ejercicio** por la Universidad Estatal de Luisiana. Su pasión por ayudar a los atletas a alcanzar su máximo potencial y su incansable compromiso con la excelencia la convierten en una figura destacada en la comunidad deportiva y de nutrición.

Su profundo conocimiento en esta área la llevó a convertirse en la primera **Directora de Nutrición Deportiva** en la historia del departamento atlético de la Universidad Estatal de Luisiana. Allí, desarrolló programas innovadores para satisfacer las necesidades dietéticas de los atletas y educarlos sobre la importancia de una **alimentación adecuada** para el **rendimiento óptimo**.

Posteriormente, ha ocupado el cargo de **Directora de Nutrición Deportiva** en el equipo **New Orleans Saints** de la NFL. En este puesto, se dedica a garantizar que los jugadores profesionales reciban la mejor atención nutricional posible, trabajando en estrecha colaboración con entrenadores, preparadores físicos y personal médico para optimizar el desempeño y la salud individual.

Así, Jamie Meeks es considerada una verdadera líder en su campo, siendo miembro activo de varias asociaciones profesionales y participando en el avance de la **Nutrición Deportiva** a nivel nacional. En este sentido, es también integrante de la **Academia de Nutrición y Dietética** y de la **Asociación de Dietistas Deportivos Colegiados y Profesionales**.



Dña. Meeks, Jamie

- Directora de Nutrición Deportiva de los New Orleans Saints de la NFL, Luisiana, Estados Unidos
- Coordinadora de Nutrición Deportiva en la Universidad Estatal de Luisiana
- Dietista registrada por la Academia de Nutrición y Dietética
- Especialista certificada en dietética deportiva
- Máster en Kinesiología con especialización en Fisiología del ejercicio por la Universidad Estatal de Luisiana
- Graduada en Dietética por la Universidad Estatal de Luisiana
- Miembro de: Asociación Dietética de Luisiana, Asociación de Dietistas Deportivos Colegiados y Profesionales y Grupo de Práctica Dietética de Nutrición Deportiva Cardiovascular y de Bienestar



Gracias a TECH podrás aprender con los mejores profesionales del mundo

Dirección



Dr. Marhuenda Hernández, Javier

- ♦ Nutricionista en Clubes de Fútbol Profesional
- ♦ Responsable del Área de Nutrición Deportiva. Club Albacete Balompié SAD
- ♦ Responsable del Área de Nutrición Deportiva. Universidad Católica de Murcia, UCAM Murcia Club de Fútbol
- ♦ Asesor Científico. Nutrium
- ♦ Asesor Nutricional. Centro Impulso
- ♦ Docente y Coordinador de Estudios Posuniversitarios
- ♦ Doctor en Nutrición y Seguridad Alimentaria. Universidad Católica San Antonio de Murcia
- ♦ Graduado en Nutrición Humana y Dietética. Universidad Católica San Antonio de Murcia
- ♦ Máster en Nutrición Clínica. Universidad Católica San Antonio de Murcia
- ♦ Académico. Academia Española de Nutrición y Dietética (AEND)

Profesores

Dra. Ramírez Munuera, Marta

- ♦ Nutricionista Deportiva experta en Deportes de Fuerza
- ♦ Nutricionista. M10 Salud y Fitness. Centro de Salud y Deporte
- ♦ Nutricionista. Mario Ortiz Nutrición
- ♦ Formadora en Cursos y Talleres sobre Nutrición Deportiva
- ♦ Ponente en Conferencias y Seminarios de Nutrición Deportiva
- ♦ Graduada en Nutrición Humana y Dietética. Universidad Católica San Antonio de Murcia
- ♦ Máster en Nutrición en la Actividad Física y el Deporte. Universidad Católica San Antonio de Murcia



08 Titulación

El Experto Universitario en Nutrición en el Deporte Acuático garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un Experto Universitario expedido por TECH Universidad.



“

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

Este **Experto Universitario en Nutrición en el Deporte Acuático** contiene el programa universitario más completo y actualizado del mercado.

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

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

Título: **Experto Universitario en Nutrición en el Deporte Acuático**

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

Duración: **6 meses**



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



Experto Universitario
Nutrición en el Deporte
Acuático

- » Modalidad: No escolarizada (100% en línea)
- » Duración: 6 meses
- » Titulación: TECH Universidad
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

Experto Universitario

Nutrición en el Deporte Acuático

Aval/Membresía



tech
universidad