

# Universitätsexperte

Ernährung und Körperliche  
Aktivität in der Anti-Aging-Medizin





## Universitätsexperte

### Ernährung und Körperliche Aktivität in der Anti-Aging-Medizin

- » Modalität: **online**
- » Dauer: **6 Monate**
- » Qualifizierung: **TECH** Technologische Universität
- » Aufwand: **16 Std./Woche**
- » Zeitplan: **in Ihrem eigenen Tempo**
- » Prüfungen: **online**

Internetzugang: [www.techtute.com/de/medizin/spezialisierung/spezialisierung-ernahrung-korperliche-aktivitat-anti-aging-medizin](http://www.techtute.com/de/medizin/spezialisierung/spezialisierung-ernahrung-korperliche-aktivitat-anti-aging-medizin)

# Index

01

Präsentation

---

Seite 4

02

Ziele

---

Seite 8

03

Kursleitung

---

Seite 12

04

Struktur und Inhalt

---

Seite 18

05

Methodik

---

Seite 22

06

Qualifizierung

---

Seite 30

# 01

# Präsentation

Dem vorzeitigen Altern des Körpers vorzubeugen, ist die Forderung vieler Patienten, die zur ästhetischen medizinischen Beratung kommen. Mit den Fortschritten der neuen Technologien gibt es eine Vielzahl von Techniken, die zur Hautverjüngung eingesetzt werden können, aber es ist auch wichtig, sich regelmäßig zu bewegen und sich gesund und ausgewogen zu ernähren, um den oxidativen Stress im Körper zu reduzieren. Wenn Sie sich in diesem Bereich weiterbilden möchten, sollten Sie nicht lange überlegen und sich unserer Gemeinschaft von Lernenden anschließen.





“

*Ernährung und körperliche Bewegung haben einen großen Nutzen bei der Vorbeugung des Alterns. Deshalb ist es wichtig, einen gesunden Lebensstil zu führen”*

Ziel des Universitätsexperten für Ernährung und Körperliche Aktivität in der Anti-Aging-Medizin ist es, unseren Studenten eine hervorragende und multidisziplinäre Ausbildung in diesen Bereichen zu bieten, die es ihnen ermöglicht, ihren Patienten eine umfassende und wirksame Betreuung zur Verbesserung ihres körperlichen Erscheinungsbildes anzubieten.

Die körperliche Betätigung bringt eine Reihe von Vorteilen für bestimmte Krankheiten mit sich (koronare Herzkrankheit, arterielle Hypertonie, Krebs, Diabetes, psychologische Vorteile, Mobilisierung des Bewegungsapparates...), aber sie hält auch unseren Organismus aktiv, versorgt ihn mit Sauerstoff und fördert einen kontinuierlichen Stoffwechsel, der uns viele Giftstoffe aus unserem Körper ausscheiden lässt. Darüber hinaus wirkt es auf die freien Radikale ein, die im Körper oxidativen Stress verursachen, der wiederum die normale Alterung des Körpers beschleunigen kann, und der Beginn der Seneszenz kann zu einer schlechteren Lebensqualität führen. Dieser Prozess kann auch durch eine sitzende Lebensweise und Übergewicht beschleunigt werden.

Es gibt Nährstoffe mit antioxidativer Wirkung, die der vorzeitigen Alterung vorbeugen. Deshalb ist es wichtig, die Eigenschaften und Vorteile der verschiedenen Lebensmittel zu kennen.

Andererseits ist zu bedenken, dass die Anti-Aging-Medizin, wie viele andere medizinische Disziplinen auch, ein Fachgebiet ist, das hauptsächlich im Rahmen von Konsultationen durchgeführt wird, und gerade deshalb ist es notwendig, eine umfassende Analyse all jener grundlegenden und fundamentalen Elemente vorzunehmen, die für die Entwicklung einer angemessenen Tätigkeit erforderlich sind, wobei alle Aspekte zu berücksichtigen sind, von der Art und Weise, wie die Konsultation mit dem Patienten anzugehen ist, bis hin zu dem, was zu tun ist, wenn ein Problem rechtlicher Natur auftritt.

Um das Wissen in diesem Bereich zu erweitern, haben wir bei TECH diesen Universitätsexperten entwickelt, der Fachleute darauf spezialisiert, einen umfassenden Ansatz für ihre Patienten aus einem multidisziplinären Blickwinkel zu entwickeln. Auf diese Weise wird uns bewusst, dass ein so komplexer und multifaktorieller Prozess wie das Altern nur auf der Grundlage von Wissen aus Disziplinen angegangen werden kann, die a priori unabhängig zu sein scheinen, aber eng miteinander verknüpft sind.

Dieser **Universitätsexperte in Ernährung und Körperliche Aktivität in der Anti-Aging-Medizin** enthält das umfassendste und aktuellste Ausbildungsprogramm auf dem Markt. Die herausragendsten Merkmale der Ausbildung sind:

- Die Entwicklung von Fallstudien, die von Experten in Ernährung und Körperliche Aktivität in der Anti-Aging-Medizin vorgestellt werden
- Der anschauliche, schematische und äußerst praxisnahe Inhalt soll wissenschaftliche und praktische Informationen zu den für die berufliche Praxis wesentlichen Disziplinen vermitteln
- Neuigkeiten über Ernährung und Körperliche Aktivität in der Anti-Aging-Medizin
- Die praktischen Übungen, bei denen der Selbstbewertungsprozess zur Verbesserung des Lernens durchgeführt werden kann
- Sein besonderer Schwerpunkt liegt auf innovativen Methoden der Anti-Aging-Techniken
- Theoretische Vorträge, Fragen an den Experten, Diskussionsforen zu kontroversen Themen und individuelle Reflexionsarbeit
- Die Verfügbarkeit des Zugriffs auf die Inhalte von jedem festen oder tragbaren Gerät mit Internetanschluss



*Erweitern Sie Ihr Wissen durch diesen Universitätsexperten und spezialisieren Sie sich, bis Sie in diesem Bereich Spitzenleistungen erbringen"*

“

*Dieser Universitätsexperte ist die beste Investition, die Sie bei der Auswahl eines Auffrischungsprogramms tätigen können, und zwar aus zwei Gründen: Sie aktualisieren nicht nur Ihr Wissen über Ernährung und Körperliche Aktivität in der Anti-Aging-Medizin, sondern erhalten auch eine von der TECH Technologischen Universität bestätigte Qualifikation"*

Das Lehrpersonal besteht aus Fachleuten aus dem Bereich der ästhetischen Medizin, die ihre Berufserfahrung in diese Ausbildung einbringen, sowie aus anerkannten Fachleuten von führenden Gesellschaften und renommierten Universitäten.

Die multimedialen Inhalte, die mit den neuesten Bildungstechnologien entwickelt wurden, ermöglichen den Fachleuten ein situiertes und kontextbezogenes Lernen, d. h. eine simulierte Umgebung, die ein immersives Training ermöglicht, das auf reale Situationen ausgerichtet ist.

Das Konzept dieses Studiengangs konzentriert sich auf problemorientiertes Lernen, bei dem die Fachleute versuchen müssen, die verschiedenen Situationen der beruflichen Praxis zu lösen, die im Laufe des akademischen Jahres auftreten. Dabei wird die Fachkraft von einem innovativen interaktiven Videosystem unterstützt, das von anerkannten und erfahrenen Experten für Ernährung und Körperliche Aktivität in der Anti-Aging-Medizin entwickelt wurde.

*Zögern Sie nicht, diese Spezialisierung bei uns zu absolvieren. Sie finden das beste didaktische Material mit virtuellen Lektionen.*

*Dieser 100%ige Online-Universitätsexperte ermöglicht es Ihnen, Ihr Studium mit Ihrer beruflichen Tätigkeit zu verbinden und gleichzeitig Ihr Wissen in diesem Bereich zu erweitern.*



# 02 Ziele

Der Universitätsexperte in Ernährung und Körperliche Aktivität in der Anti-Aging-Medizin zielt darauf ab, den Fachleuten die neuesten Fortschritte und innovativsten Behandlungen des Sektors zu vermitteln und eine hervorragende Ausbildung zu erhalten, die es ihnen ermöglicht, in den Fällen, die in ihrer Praxis auftreten, mit voller Sicherheit zu handeln.



“

*Bei TECH haben wir uns zum Ziel gesetzt, Ihnen die umfassendste Ausbildung im Bereich Anti-Aging auf dem Markt zu bieten, damit Sie ein überdurchschnittliches Ausbildungsniveau erwerben können, das Sie in die Berufselite aufsteigen lässt“*



## Allgemeine Ziele

---

- ♦ Schaffen der physiologischen Grundlagen für das Verständnis der Funktionsweise des Organismus bei körperlicher Betätigung
- ♦ Erkennen von Anpassungen der Organe und des Trainingssystems sowie der physiologischen Bewertung und Anwendung zur Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit
- ♦ Entwickeln eines Plans für körperliche Aktivität, der auf die Merkmale des Patienten abgestimmt ist
- ♦ Festlegen des spezifischen Ansatzes zur Bekämpfung der Adipositas mit Hilfe von Medikamenten
- ♦ Entwickeln der verschiedenen Arten von Nährstoffen in Lebensmitteln
- ♦ Untersuchen verschiedener Arten von Lebensmitteln mit spezifischen gesundheitlichen Auswirkungen
- ♦ Vorstellen spezifischer Arten von Diäten
- ♦ Untersuchen der rechtlichen und organisatorischen Aspekte und Komponenten einer Anti-Aging-Praxis
- ♦ Analysieren des Patienten in seiner Gesamtheit
- ♦ Auswertung der Ergebnisse und Nachbereitung mit dem Patienten und anderen Fachleuten





## Spezifische Ziele

### Modul 1. Körperliche Aktivität. Sesshafter Lebensstil. Adipositas

- ♦ Untersuchen der metabolischen Reaktion bei körperlicher Betätigung
- ♦ Bestimmen der verschiedenen Techniken für die physiologische Beurteilung des Patienten
- ♦ Analysieren der Grundprinzipien des Sporttrainings, um einen angepassten Plan für körperliche Aktivitäten entwickeln zu können
- ♦ Kennenlernen der Bedeutung von körperlicher Aktivität für bestimmte Krankheiten wie Krebs, Muskel-Skelett-Erkrankungen, Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Erkrankungen der Atemwege
- ♦ Analysieren von Trends zur Erholung und Wiederanpassung an Stress
- ♦ Untersuchen, wie Adipositas und eine sitzende Lebensweise zu einer beschleunigten Alterung beitragen

### Modul 2. Ernährung

- ♦ Festlegen der Leitlinien und Indikationen für die pharmakologische Behandlung der Adipositas
- ♦ Ermitteln des Beitrags von Mikronährstoffen zum normalen Ernährungszustand
- ♦ Erkennen von Krankheiten, die auf Ernährungsmängel zurückzuführen sind, und wie man sie vermeiden kann
- ♦ Vorstellen der verschiedenen Arten von funktionellen Lebensmitteln und Nutraceuticals sowie der Unterschiede zwischen beiden.
- ♦ Untersuchen des Beitrags von Präbiotika und Probiotika zur Gesundheit
- ♦ Analysieren der Alterungstheorie im Zusammenhang mit der Zelloxidation und der Rolle von Antioxidantien in Lebensmitteln
- ♦ Identifizieren der verschiedenen Lebensmittelzusatzstoffe und ihre Funktionen in Lebensmitteln

- ♦ Vorstellen der spezifischen Ernährungsformen und ihres Beitrags zur Verbesserung der Körperfunktionen

### Modul 3. Die Praxis für Anti-Aging-Medizin. Praktische Aspekte. Globaler Patientenansatz

- ♦ Bestimmen der wesentlichen rechtlichen Aspekte einer Anti-Aging-Praxis
- ♦ Anwenden einer geeigneten Marketingstrategie in der Praxis und bei der Anwerbung von Patienten
- ♦ Erheben der grundlegenden Aspekte der Krankengeschichte des Patienten
- ♦ Definieren eines umfassenden Ansatzes für den Anti-Aging-Patienten, wenn er im Behandlungszimmer betreut wird
- ♦ Auflisten der wichtigsten Labortests, die für eine vollständige Anti-Aging-Beratung erforderlich sind, und Möglichkeit der Ausweitung auf weiterführende Studien
- ♦ Planen eines integrativen und angemessenen Verfahrens
- ♦ Auswerten der Ergebnisse und Planen von Folgemaßnahmen sowie ggf. interdisziplinäre Zusammenarbeit



*Mit diesem Programm wollen wir Ihr Ziel erfüllen, eine höhere Qualifikation in diesem sehr gefragten Bereich zu erwerben"*

# 03

## Kursleitung

Zu den Lehrkräften des Programms gehören führende Experten für Anti-Aging-Techniken, die ihre Erfahrungen in diese Ausbildung einbringen. Darüber hinaus sind weitere anerkannte Experten an der Konzeption und Ausarbeitung beteiligt, die das Programm auf interdisziplinäre Weise vervollständigen.





“

*Führende Experten auf dem Gebiet der ästhetischen Medizin haben sich zusammengetan, um Ihnen ihr gesamtes Fachwissen auf diesem Gebiet zu vermitteln"*

## Leitung



### Dr. Morante Tolbaños, María Cristina

- ♦ Haarchirurgin im Laser Medical Institute
- ♦ Dozentin des Masterstudiengangs für Haartransplantation an der Katholischen Universität Murcia
- ♦ Dozentin im Masterstudiengang Medizin und Haartransplantation an der Universität von Alcalá de Henares
- ♦ Medizinische Leiterin der Abteilung für Haarchirurgie Clínica MAN Madrid
- ♦ Hochschulabschluss in Medizin und Chirurgie an der Complutense Universität Madrid
- ♦ Promotion in Rechts- und Gerichtsmedizin an der Universität Complutense in Madrid
- ♦ Masterabschluss in Haarmedizin und -transplantation an der Universität von Alcalá de Henares
- ♦ Master in ästhetischer und Anti-Aging-Medizin an der Universität Complutense in Madrid
- ♦ Master in Notfallmedizin an der Universität Complutense in Madrid
- ♦ Masterabschluss in Management von Gesundheits- und Sozialzentren an der Universität Complutense in Madrid

## Professoren

### Dr. Calvache Castillo, Sergio

- ♦ Assistenzarzt für Pneumologie im Dr. Peset Krankenhaus
- ♦ Technisches Team des Sportdienstes der Universität von Granada
- ♦ Dozent für Workshops zur Herz-Lungen-Wiederbelebung
- ♦ Hochschulabschluss in Bewegungs- und Sportwissenschaften an der Universität von Granada
- ♦ Hochschulabschluss in Medizin und Chirurgie an der Universität Granada
- ♦ Masterstudiengang in Klinischer Medizin an der Universität Camilo José Cela

### Dr. Soriano Micó, María

- ♦ Leiterin der Abteilung für Hirnverletzungen im Militärkrankenhaus von Mislata
- ♦ Oberärztin im Rehabilitationsdienst des Hospital de Manises
- ♦ Hochschulabschluss in Medizin an der Universität Miguel Hernández in Elche
- ♦ MIR in Physikalischer Medizin und Rehabilitation am Universitätskrankenhaus Doctor Peset in Valencia
- ♦ Master in manueller Medizin an der Universität Complutense Madrid und am Hospital Clínico San Carlos
- ♦ Masterstudiengang in muskuloskelettalem Ultraschall und ultraschallgeführter Interventionismus

#### **Dr. Villacampa Crespo, Beatriz**

- ♦ Pharmazeutin der Grundversorgung im Hospital General de Elche
- ♦ Pharmazeutin in einer Apothekenpraxis in Vinaroz
- ♦ Pharmazeutin im Rahmen des REFAR-Programms (Kontrolle von Patienten mit chronischer Polymedikation) in der Abteilung Vinaroz
- ♦ Hochschulabschluss in Pharmazie an der Universität von Valencia
- ♦ Hochschulabschluss in Humanernährung und Diätetik an der Universität von Valencia

#### **Fr. Vera López, Inés**

- ♦ Diätassistentin/Ernährungsberaterin in den Dorsia-Kliniken
- ♦ Hochschulabschluss in Ernährung und Diätetik an der Universität von Valencia
- ♦ Indoor-Cycling-Lehrerin
- ♦ Masterstudiengang in Ernährung und Gesundheit von der der Universität Oberta de Catalunya (UOC)
- ♦ Masterstudiengang Ernährung in Bewegung und Sport an der Universität Oberta de Catalunya (UOC)

#### **Dr. Cuerva, Laura**

- ♦ Ärztin für ästhetische Medizin in der Klinik Simarro, Institut für Lipödeme in Madrid
- ♦ Ärztin für ästhetische Medizin in der Klinik Clínica Arques, Puerto Banús, Málaga
- ♦ Hochschulabschluss in Medizin an der Universität Complutense in Madrid
- ♦ Masterstudiengang in Regenerations- und Anti-Aging-Medizin an der Universität von Alcalá de Henares
- ♦ Masterstudiengang in Haartransplantation und Medizin an der Universität von Alcalá de Henares
- ♦ Masterstudiengang in Ästhetischer Medizin von der Universidad Rey Juan Carlos



*Die besten Fachleute sind an der besten Universität. Verpassen Sie nicht die Gelegenheit, mit ihnen zu studieren"*

# 04

## Struktur und Inhalt

Die Struktur des Inhalts wurde von den besten Fachleuten des Sektors für Anti- Aging-Techniken entwickelt, die über umfangreiche Erfahrung und anerkanntes Ansehen in diesem Beruf verfügen, was durch die Menge der besprochenen, untersuchten und behandelten Fälle bestätigt wird, sowie durch die umfassende Beherrschung der neuen Technologien, die in der Lehre eingesetzt werden.





“

*Dieser Universitätsexperte enthält das vollständigste und aktuellste wissenschaftliche Programm auf dem Markt, was ihn zu Ihrer besten Studienoption macht”*

## Modul 1. Körperliche Aktivität. Sesshafter Lebensstil. Adipositas

- 1.1. Physiologie der körperlichen Aktivität
  - 1.1.1. Kontrolle der Bewegung durch Nerven und Muskeln
  - 1.1.2. Stoffwechsel bei körperlicher Betätigung
  - 1.1.3. Anpassungsfähige Reaktionen auf körperliche Betätigung
    - 1.1.3.1. Hämatologie
    - 1.1.3.2. Kardiovaskulär
    - 1.1.3.3. Pulmonal
    - 1.1.3.4. Muskulär
- 1.2. Physiologische Bewertung und Interpretation I
  - 1.2.1. Anthropometrie
  - 1.2.2. Aerobe und anaerobe Funktionsfähigkeit
  - 1.2.3. Laboruntersuchungen
  - 1.2.4. Feldtests
- 1.3. Physiologische Beurteilung und Interpretation II
  - 1.3.1. Belastungstests
  - 1.3.2. Auswertung von Belastungstests
  - 1.3.3. Klinische Fälle
- 1.4. Personalisierte Verschreibung von körperlicher Aktivität bei jungen Erwachsenen
  - 1.4.1. Grundlagen des Krafttrainings
  - 1.4.2. Grundlagen des Ausdauertrainings
  - 1.4.3. Vorbeugung von Verletzungen
    - 1.4.3.1. Sensomotorisches Training
    - 1.4.3.2. Flexibilitäts-Training
- 1.5. Personalisierte Verschreibung von körperlicher Aktivität für ältere Menschen
  - 1.5.1. Grundlagen des Herz-Kreislauf-Trainings und die Unterschiede zu dem von jungen Erwachsenen
  - 1.5.2. Grundlagen des Kraft- und Ausdauertrainings
  - 1.5.3. Prävention von Stürzen





- 1.6. Körperliche Aktivität, Lebenserwartung und Lebensqualität.
  - 1.6.1. Herz-Kreislauf-Erkrankungen
  - 1.6.2. Erkrankungen der Lunge
  - 1.6.3. Neuromuskuläre Erkrankungen
  - 1.6.4. Erkrankungen des Muskel-Skelett-Systems
  - 1.6.5. Besondere Bevölkerungsgruppen:
    - 1.6.5.1. Schwangerschaft
    - 1.6.5.2. Fortgeschrittenes Alter
- 1.7. Strategien für die Rehabilitation und Erholung von der Anstrengung
  - 1.7.1. Techniken zur Wiederherstellung
    - 1.7.1.1. Physikalische Messungen
    - 1.7.1.2. Ernährung (Flüssigkeitszufuhr, Diät)
  - 1.7.2. Hypoxische Vorkonditionierung
- 1.8. Bewegungsarmut und Adipositas
  - 1.8.1. Aktuelle Situation der Adipositas weltweit und in Spanien
  - 1.8.2. Adipositas als Stoffwechselerkrankung
  - 1.8.3. Strategien zur Vorbeugung von Adipositas und Bewegungsmangel
- 1.9. Pharmakologische Behandlung der Adipositas. GLP1 - Liraglutid
  - 1.9.1. Pharmakologischer Wirkmechanismus
  - 1.9.2. Indikationen und Kontraindikationen
  - 1.9.3. Nützlichkeit in der klinischen Praxis und ihre Anwendungen
- 1.10. Nahrungsergänzung
  - 1.10.1. Vitamine
  - 1.10.2. Antioxidantien
  - 1.10.3. Coenzym Q10
  - 1.10.4. Kalzium
  - 1.10.5. Chondroprotektoren
  - 1.10.6. Nutricosmetics

## Modul 2. Ernährung

- 2.1. Mikroernährung
  - 2.1.1. Mikronährstoff-Konzept
  - 2.1.2. Vitamine
  - 2.1.3. Mineralien
  - 2.1.4. Spurenelemente
  - 2.1.5. Andere Mikronährstoffe
- 2.2. Orthomolekulare Ernährung
  - 2.2.1. Orthomolekulares Ernährungskonzept
  - 2.2.2. Nutraceuticals
  - 2.2.3. Hilfsmittel für orthomolekulare Ernährung
- 2.3. Nahrungsergänzung
  - 2.3.1. Konzept der Nahrungsergänzungsmittel
  - 2.3.2. Arten von Nahrungsergänzungsmitteln
  - 2.3.3. Der Nutzen von Nahrungsergänzungsmitteln in der Anti-Aging-Medizin
- 2.4. Nutrigenetik. Nutrigenomik
  - 2.4.1. Nutrigenetisches Konzept
  - 2.4.2. Nutrigenomisches Konzept
  - 2.4.3. Anwendungen der Nutrigenetik und Nutrigenomik
- 2.5. Vitamine und Krankheitsvorbeugung
  - 2.5.1. Arten von Vitaminen
  - 2.5.2. Hypovitaminose und Hypervitaminose
  - 2.5.3. Behandlung und Prävention von Hypovitaminose
- 2.6. Lebensmittelzusatzstoffe
  - 2.6.1. Konzept für Lebensmittelzusatzstoffe
  - 2.6.2. Funktionen von Lebensmittelzusatzstoffen
  - 2.6.3. Klassifizierung und Identifizierung von Lebensmitteln
- 2.7. Integrative Ernährung und Lebensmittel
  - 2.7.1. Konzept und Grundlagen der integrativen Ernährung
  - 2.7.2. Entzündungshemmende Lebensmittel
  - 2.7.3. Integrative Ernährung und die Zukunft

- 2.8. Nutraceuticals
  - 2.8.1. Nutraceuticals
  - 2.8.2. Unterschiede zwischen Nutraceuticals und Nahrungsergänzungsmitteln
  - 2.8.3. Die repräsentativsten Nutraceuticals
- 2.9. Präbiotika und Probiotika
  - 2.9.1. Präbiotisches Konzept. Vorteile von Präbiotika
  - 2.9.2. Probiotisches Konzept. Nutzen von Probiotika
  - 2.9.3. Begriff der Symbiose. Nutzen der Symbiotik
- 2.10. Freie Radikale und Antioxidantien
  - 2.10.1. Konzept der freien Radikale und ihre Rolle bei der Zellalterung
  - 2.10.2. Funktion und Arten von Antioxidantien
  - 2.10.3. Die Rolle der Antioxidantien bei der Vorbeugung der Alterung

## Modul 3. Die Praxis für Anti-Aging-Medizin. Praktische Aspekte. Globaler Ansatz für den Patienten

- 3.1. Wesentliche rechtliche Aspekte. Die Bedürfnisse einer Anti-Aging-Praxis
  - 3.1.1. Einführung in das Gesundheitsrecht
  - 3.1.2. Haftpflicht
  - 3.1.3. *Lex Artis ad hoc*
  - 3.1.4. Medizinische Kunstfehler
- 3.2. Marketing. Soziale Netzwerke. Ethische Aspekte. Medizin und Werbung
  - 3.2.1. Marketingplan
    - 3.2.1.1. Situationsanalyse (PESTEL, SWOT)
    - 3.2.1.2. Zielsetzung des Plans
    - 3.2.1.3. Aktionsplan
  - 3.2.2. Digitale Kommunikation
    - 3.2.2.1. Plan für soziale Medien
    - 3.2.2.2. Soziale Netzwerke
  - 3.2.3. Neue Technologien

- 3.3. Krankengeschichte und informierte Zustimmung
  - 3.3.1. Arten von Krankenakten
  - 3.3.2. Inhalt einer Krankenakte
    - 3.3.2.1. Zustimmung nach Inkenntnissetzung
  - 3.3.3. Rechtliche Aspekte von Krankenakten
- 3.4. Globaler Ansatz für den Patienten in der Anti-Aging-Klinik
  - 3.4.1. Psychologie der Patientenbetreuung
  - 3.4.2. An die Praxis angepasstes Coaching
  - 3.4.3. Identifizierung von Patientenproblemen und -anforderungen
- 3.5. Bewertung des biologischen Alters
  - 3.5.1. Definition von Konzepten
  - 3.5.2. Bewertungsmethoden
  - 3.5.3. Andere Rechner
- 3.6. Grundlegende Laboranalysen
  - 3.6.1. Blutbild und biochemische Grundlagen
  - 3.6.2. Vitamine
  - 3.6.3. Screening auf Diabetes mellitus und Dyslipidämie
  - 3.6.4. Schilddrüsenprofil
- 3.7. Spezifische Laboranalysen
  - 3.7.1. Studie über freie Radikale
  - 3.7.2. Telomerlängen-Test
  - 3.7.3. Pathologie-Screening
    - 3.7.3.1. Kolorektaler Krebs
    - 3.7.3.2. Brustkrebs
    - 3.7.3.3. Neurodegenerative Krankheiten
- 3.8. Ergebnisbewertung und integrierte Verschreibung
  - 3.8.1. Detaillierte Untersuchung der Ergebnisse
  - 3.8.2. Definition der Ziele
  - 3.8.3. Umfassende Behandlung
- 3.9. Follow-up
  - 3.9.1. Planung der Konsultation
  - 3.9.2. Bedarf an ergänzenden Tests
  - 3.9.3. Neuausrichtung der Ziele und Motivationsberatung
- 3.10. Komplementäre Fachgebiete und Notwendigkeit der Überweisung
  - 3.10.1. Notwendigkeit der Zusammenarbeit
  - 3.10.2. Diagnose einer zufälligen Erkrankung
  - 3.10.3. Verwandte Spezialitäten
    - 3.10.3.1. Familien- und Gemeinschaftsmedizin
    - 3.10.3.2. Endokrinologie und Ernährung
    - 3.10.3.3. Plastische und rekonstruktive Chirurgie
    - 3.10.3.4. Psychiatrie/Psychologie



*Eine einzigartige, wichtige und entscheidende Fortbildungserfahrung, die Ihre berufliche Entwicklung fördert"*

# 05 Methodik

Dieses Ausbildungsprogramm bietet eine andere Art des Lernens. Unsere Methodik wird durch eine zyklische Lernmethode entwickelt: **das Relearning**.

Dieses Lehrsystem wird z. B. an den renommiertesten medizinischen Fakultäten der Welt angewandt und wird von wichtigen Publikationen wie dem **New England Journal of Medicine** eines der effektivsten angesehen.



“

*Entdecken Sie Relearning, ein System, das das herkömmliche lineare Lernen aufgibt und Sie durch zyklische Lehrsysteme führt: eine Art des Lernens, die sich als äußerst effektiv erwiesen hat, insbesondere in Fächern, die Auswendiglernen erfordern"*

## Bei TECH verwenden wir die Case-Methode

Was sollte ein Fachmann in einer bestimmten Situation tun? Während des gesamten Programms werden die Studierenden mit mehreren simulierten klinischen Fällen konfrontiert, die auf realen Patienten basieren und in denen sie Untersuchungen durchführen, Hypothesen aufstellen und schließlich die Situation lösen müssen. Es gibt zahlreiche wissenschaftliche Belege für die Wirksamkeit der Methode. Fachkräfte lernen mit der Zeit besser, schneller und nachhaltiger.

*Mit TECH werden Sie eine Art des Lernens erleben, die die Grundlagen der traditionellen Universitäten in der ganzen Welt verschiebt.*



Nach Dr. Gérvas ist der klinische Fall die kommentierte Darstellung eines Patienten oder einer Gruppe von Patienten, die zu einem "Fall" wird, einem Beispiel oder Modell, das eine besondere klinische Komponente veranschaulicht, sei es wegen seiner Lehrkraft oder wegen seiner Einzigartigkeit oder Seltenheit. Es ist wichtig, dass der Fall auf dem aktuellen Berufsleben basiert und versucht, die realen Bedingungen in der beruflichen Praxis des Arztes nachzustellen.

“

*Wussten Sie, dass diese Methode im Jahr 1912 in Harvard, für Jurastudenten entwickelt wurde? Die Fallmethode bestand darin, ihnen reale komplexe Situationen zu präsentieren, in denen sie Entscheidungen treffen und begründen mussten, wie sie diese lösen könnten. Sie wurde 1924 als Standardlehrmethode in Harvard eingeführt“*

Die Wirksamkeit der Methode wird durch vier Schlüsselergebnisse belegt:

1. Schüler, die dieser Methode folgen, erreichen nicht nur die Aufnahme von Konzepten, sondern auch eine Entwicklung ihrer geistigen Kapazität, durch Übungen, die die Bewertung von realen Situationen und die Anwendung von Wissen beinhalten.
2. Das Lernen basiert auf praktischen Fähigkeiten, die es den Studierenden ermöglichen, sich besser in die reale Welt zu integrieren.
3. Eine einfachere und effizientere Aufnahme von Ideen und Konzepten wird durch die Verwendung von Situationen erreicht, die aus der Realität entstanden sind.
4. Das Gefühl der Effizienz der investierten Anstrengung wird zu einem sehr wichtigen Anreiz für die Studenten, was sich in einem größeren Interesse am Lernen und einer Steigerung der Zeit, die für die Arbeit am Kurs aufgewendet wird, niederschlägt.



## Relearning Methodik

TECH ergänzt den Einsatz der Harvard-Fallmethode mit der derzeit besten 100%igen Online-Lernmethode: Relearning.

Unsere Universität ist die erste in der Welt, die das Studium klinischer Fälle mit einem 100%igen Online-Lernsystem auf der Grundlage von Wiederholungen kombiniert, das mindestens 8 verschiedene Elemente in jeder Lektion kombiniert und eine echte Revolution im Vergleich zum einfachen Studium und der Analyse von Fällen darstellt.

*Die Fachkraft lernt anhand realer Fälle und der Lösung komplexer Situationen in simulierten Lernumgebungen. Diese Simulationen werden mit modernster Software entwickelt, die ein immersives Lernen ermöglicht.*



Die Relearning-Methode, die an der Spitze der weltweiten Pädagogik steht, hat es geschafft, die Gesamtzufriedenheit der Fachleute, die ihr Studium abgeschlossen haben, im Hinblick auf die Qualitätsindikatoren der besten spanischsprachigen Online-Universität (Columbia University) zu verbessern.

Mit dieser Methode wurden mehr als 250.000 Ärzte mit beispiellosem Erfolg in allen klinischen Fachgebieten ausgebildet, unabhängig von der chirurgischen Belastung. Unsere Lehrmethodik wurde in einem sehr anspruchsvollen Umfeld entwickelt, mit einer Studentenschaft, die ein hohes sozioökonomisches Profil und ein Durchschnittsalter von 43,5 Jahren aufweist.

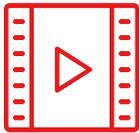
*Das Relearning ermöglicht es Ihnen, mit weniger Aufwand und mehr Leistung zu lernen, sich mehr auf Ihre Spezialisierung einzulassen, einen kritischen Geist zu entwickeln, Argumente zu verteidigen und Meinungen zu kontrastieren: eine direkte Gleichung zum Erfolg.*

In unserem Programm ist das Lernen kein linearer Prozess, sondern erfolgt in einer Spirale (lernen, verlernen, vergessen und neu lernen). Daher wird jedes dieser Elemente konzentrisch kombiniert.

Die Gesamtnote des TECH-Lernsystems beträgt 8,01 und entspricht den höchsten internationalen Standards.



Dieses Programm bietet die besten Lehrmaterialien, die sorgfältig für Fachleute aufbereitet sind:



#### Studienmaterial

Alle didaktischen Inhalte werden von den Fachleuten, die den Kurs unterrichten werden, speziell für den Kurs erstellt, so dass die didaktische Entwicklung wirklich spezifisch und konkret ist.

Diese Inhalte werden dann auf das audiovisuelle Format angewendet, um die TECH-Online-Arbeitsmethode zu schaffen. Und das alles mit den neuesten Techniken, die dem Studierenden qualitativ hochwertige Stücke aus jedem einzelnen Material zur Verfügung stellen.



#### Chirurgische Techniken und Verfahren auf Video

TECH bringt den Studierenden die neuesten Techniken, die neuesten pädagogischen Fortschritte und die modernsten medizinischen Verfahren näher. All dies in der ersten Person, mit äußerster Strenge, erklärt und detailliert, um zur Assimilierung und zum Verständnis des Studierenden beizutragen. Und das Beste ist, dass Sie ihn so oft anschauen können, wie Sie wollen.



#### Interaktive Zusammenfassungen

Das TECH-Team präsentiert die Inhalte auf attraktive und dynamische Weise in multimedialen Pillen, die Audios, Videos, Bilder, Diagramme und konzeptionelle Karten enthalten, um das Wissen zu vertiefen.

Dieses einzigartige Bildungssystem für die Präsentation multimedialer Inhalte wurde von Microsoft als "europäische Erfolgsgeschichte" ausgezeichnet.



#### Weitere Lektüren

Aktuelle Artikel, Konsensdokumente und internationale Leitfäden, u.a. In der virtuellen Bibliothek von TECH haben die Studierenden Zugang zu allem, was sie für ihre Ausbildung benötigen.





### Von Experten geleitete und von Fachleuten durchgeführte Fallstudien

Effektives Lernen muss notwendigerweise kontextabhängig sein. Aus diesem Grund stellt TECH die Entwicklung von realen Fällen vor, in denen der Experte den Studierenden durch die Entwicklung der Aufmerksamkeit und die Lösung verschiedener Situationen führt: ein klarer und direkter Weg, um den höchsten Grad an Verständnis zu erreichen.



### Prüfung und Nachprüfung

Die Kenntnisse der Studierenden werden während des gesamten Programms regelmäßig durch Bewertungs- und Selbsteinschätzungsaktivitäten und -übungen beurteilt und neu bewertet, so dass die Studierenden überprüfen können, wie sie ihre Ziele erreichen.



### Meisterkurse

Es gibt wissenschaftliche Belege für den Nutzen der Beobachtung durch Dritte: Lernen von einem Experten stärkt das Wissen und die Erinnerung und schafft Vertrauen für künftige schwierige Entscheidungen.



### Leitfäden für Schnellmaßnahmen

TECH bietet die wichtigsten Inhalte des Kurses in Form von Arbeitsblättern oder Kurzanleitungen an. Ein synthetischer, praktischer und effektiver Weg, um den Studierenden zu helfen, in ihrem Lernen voranzukommen.



06

# Qualifizierung

Der Universitätsexperte in Ernährung und Körperliche Aktivität in der Anti-Aging-Medizin garantiert neben der strengsten und aktuellsten Ausbildung auch den Zugang zu einem von der TECH Technologischen Universität ausgestellten Diplom.



“

*Schließen Sie dieses Programm erfolgreich ab  
und erhalten Sie Ihren Universitätsabschluss  
ohne lästige Reisen oder Formalitäten”*

Dieser **Universitätsexperte in Ernährung und Körperliche Aktivität in der Anti-Aging-Medizin** enthält das vollständigste und aktuellste Programm auf dem Markt.

Sobald der Student die Prüfungen bestanden hat, erhält er/sie per Post\* mit Empfangsbestätigung das entsprechende Diplom, ausgestellt von der **TECH Technologischen Universität**.

Das von **TECH Technologische Universität** ausgestellte Diplom drückt die erworbene Qualifikation aus und entspricht den Anforderungen, die in der Regel von Stellenbörsen, Auswahlprüfungen und Berufsbildungsausschüssen verlangt werden.

Titel: **Universitätsexperte in Ernährung und Körperliche Aktivität in der Anti-Aging-Medizin**

Anzahl der offiziellen Arbeitsstunden: **450 Std.**



\*Haager Apostille. Für den Fall, dass der Student die Haager Apostille für sein Papierdiplom beantragt, wird TECH EDUCATION die notwendigen Vorkehrungen treffen, um diese gegen eine zusätzliche Gebühr zu beschaffen.

zukunft

gesundheit vertrauen menschen  
erziehung information tutoeren  
garantie akkreditierung unterricht  
institutionen technologie lernen

**tech** technologische  
universität

### Universitätsexperte

Ernährung und Körperliche  
Aktivität in der  
Anti-Aging-Medizin

- » Modalität: online
- » Dauer: 6 Monate
- » Qualifizierung: TECH Technologische Universität
- » Aufwand: 16 Std./Woche
- » Zeitplan: in Ihrem eigenen Tempo
- » Prüfungen: online

# Universitätsexperte

Ernährung und Körperliche  
Aktivität in der Anti-Aging-Medizin

