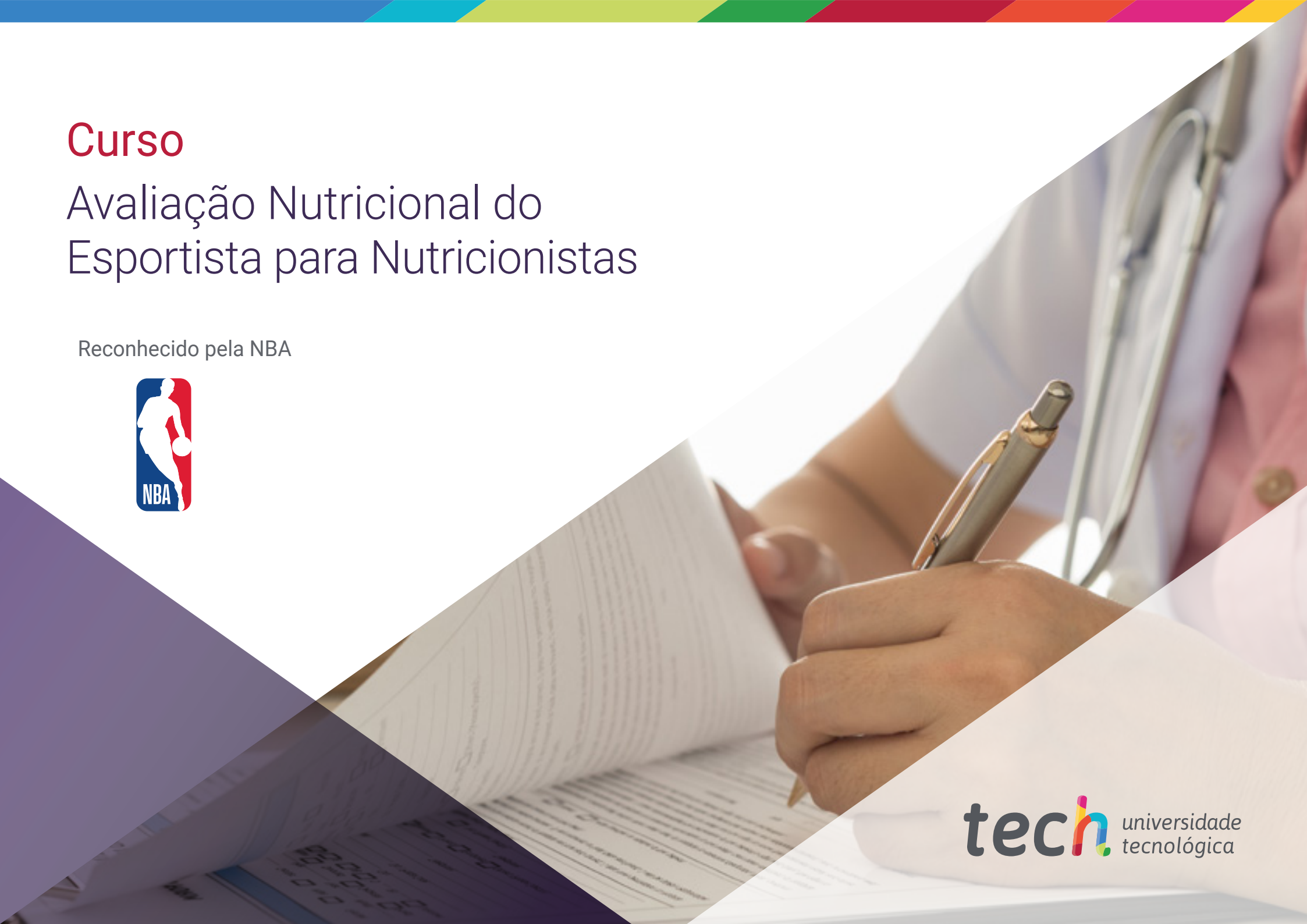
Curso

Avaliação Nutricional do Esportista para Nutricionistas

Reconhecido pela NBA



tech universidade tecnológica

tech universidade tecnológica

Curso

Avaliação Nutricional do Esportista para Nutricionistas

- Modalidade: **online**
- Duração: **6 semanas**
- Certificado: **TECH Universidade Tecnológica**
- Horário: **no seu próprio ritmo**
- Provas: **online**

Acesso ao site: **www.techtitute.com/br/nutricao/curso/avaliacao-nutricional-esportista-nutricionistas**

Índice

01
Apresentação
pág. 4

02
Objetivos
pág. 8

03
Direção do curso
pág. 12

04
Estrutura e conteúdo
pág. 18

05
Metodologia
pág. 22

06
Certificado
pág. 30

01

Apresentação

O desempenho esportivo é baseado em 3 pilares fundamentais que são o treinamento, o descanso e a nutrição. Um dos erros mais comuns que os esportistas cometem é acreditar que o treinamento é a única coisa importante negligenciando tanto o descanso quanto a nutrição. Inclusive, muitos atletas acreditam que a nutrição só é importante no dia da competição. No entanto, o estado nutricional ideal não é alcançado apenas com a pré-treino, por isso é essencial educar o atleta e mostrar a ele que isso é como uma corrida de longa distância, e que os dias devem ser bem feitos.

Estes erros tornam essencial monitorar o atleta durante toda a temporada, onde é considerado essencial conhecer os valores de base para saber qual é seu ponto de partida, o que ajuda a planejar as diferentes fases da temporada e assim melhorar seu desempenho.

Aprofunde seu conhecimento através deste curso completo e aprimore suas habilidades em orientação nutricional para atletas"

Durante a prática esportiva, surgem diferentes problemas que têm sua origem ou solução na alimentação e/ou suplementação esportiva. Os esportistas com situações especiais muitas vezes podem ser negligenciados devido à falta de conhecimento do profissional que os atende. Por isso, este curso capacita os alunos a trabalharem como profissionais de referência em nutrição esportiva com foco em esportistas em situações especiais. Esta capacitação aprofunda a relação entre o músculo e o restante dos sistemas envolvidos na atividade física, bem como a relevância dos diferentes macronutrientes no desempenho fisiológico do sistema muscular.

Este curso se concentra nos aspectos menos estudados durante o período universitário, permitindo ampliar os conhecimentos necessários para abordar um amplo espectro de potenciais atletas, assim como para satisfazer suas necessidades nutricionais.

Neste programa, podemos encontrar um corpo docente do mais alto nível, formado por profissionais intimamente relacionados à nutrição esportiva que se destacam em seu campo e que lideram linhas de pesquisa e trabalho de campo, bem como especialistas reconhecidos das principais sociedades e universidades de prestígio. Os professores deste curso são profissionais que buscam a excelência em seu ensino e trabalho, lecionando em centros universitários e atuando com os esportistas para maximizar seu desempenho.

O curso apresenta conteúdo multimídia que ajuda a adquirir o conhecimento ensinado, desenvolvido com a mais recente tecnologia educacional. Por sua vez, permitirá ao aluno uma aprendizagem situada e contextualizada, dentro de um ambiente simulado que proporciona uma capacitação focada na solução de problemas reais.

Por ser um curso online, o aluno não tem horários fixos ou a necessidade de se deslocar, podendo acessar o conteúdo a qualquer hora do dia, conciliando sua vida profissional ou pessoal com a acadêmica.

Este **Curso de Avaliação Nutricional do Esportista para Nutricionistas** conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado. Suas principais características são:

- O conteúdo gráfico, esquemático e extremamento prático, proporciona informações que são essenciais para o exercício da profissão.
- Exercícios em que é possível realizar o processo de autoavaliação para melhorar a aprendizagem
- Sistema de aprendizagem interativo baseado em algoritmos para a tomada de decisões em relação a pacientes com problemas de alimentação
- Aulas teóricas, perguntas a especialistas, fóruns de discussão sobre temas controversos e trabalhos de reflexão individual
- Disponibilidade de acesso a todo o conteúdo a partir de qualquer dispositivo, fixo ou portátil, com conexão à Internet

“Conheça as dietas mais adequadas para cada tipo de esportista e seja capaz de dar orientações mais personalizadas”

Este curso é o melhor investimento na escolha de um programa de aperfeiçoamento por dois motivos: além de atualizar seus conhecimentos em Avaliação Nutricional do Esportista para Nutricionistas, você obterá um certificado da TECH Universidade Tecnológica"

O curso permite que o aluno se capacite em ambientes simulados, proporcionando uma aprendizagem imersiva programada para praticar em situações reais.

Este curso 100% online lhe permitirá conciliar seus estudos com seu trabalho enquanto amplia conhecimentos nesta área.

O corpo docente inclui profissionais da área de nutrição, que contribuem com sua experiência profissional para este programa, além de especialistas reconhecidos das principais sociedades e universidades de prestígio.

O conteúdo multimídia, desenvolvido com a mais recente tecnologia educacional, permitirá ao profissional uma aprendizagem contextualizada, ou seja, realizada através de um ambiente simulado, proporcionando uma capacitação imersiva e programada para praticar diante de situações reais.

A estrutura deste plano de estudos se concentra na Aprendizagem Baseada em Problemas, através da qual o aluno deverá resolver as diferentes situações de prática profissional que surgirem ao longo do curso. Para isso, contará com a ajuda de um sistema inovador de vídeo interativo realizado por especialistas em Nutrição Esportiva e com ampla experiência.

02

Objetivos

O principal objetivo do programa é o desenvolvimento da aprendizagem teórica e prática, de modo que o profissional de nutrição possa dominar o estudo da nutrição esportiva em populações especiais de forma prática e rigorosa.

Este programa de atualização proporcionará uma sensação de segurança em sua prática diária, o que o ajudará a crescer pessoal e profissionalmente"

Objetivos gerais

- Dominar conhecimentos avançados sobre planejamento nutricional em atletas profissionais e não profissionais para o desempenho saudável do exercício físico
- Gerenciar conhecimentos avançados de planejamento nutricional para atletas profissionais de diferentes modalidades a fim de atingir o máximo desempenho esportivo
- Gerenciar conhecimentos avançados de planejamento nutricional para atletas profissionais em modalidades de equipes, a fim de atingir o máximo desempenho esportivo
- Gerenciar e consolidar a iniciativa e o espírito empreendedor para estabelecer projetos relacionados à nutrição na atividade física e no esporte
- Saber incorporar os diferentes avanços científicos em seu próprio campo profissional
- Ter a capacidade de trabalhar em um ambiente multidisciplinar
- Obter uma compreensão avançada do contexto no qual a área de sua especialidade se encontra
- Gerenciar habilidades avançadas para detectar os possíveis sinais de alteração nutricional associados à prática esportiva
- Gerenciar as habilidades necessárias através do processo de ensino e aprendizagem que lhes permitirá continuar se capacitando e aprendendo no campo da nutrição esportiva, tanto através dos contatos estabelecidos com professores e profissionais deste curso, como também de maneira autônoma
- Especializar-se na estrutura do tecido muscular e suas implicações no esporte
- Compreender as necessidades energéticas e nutricionais dos atletas em diferentes situações fisiopatológicas
- Especializar-se nas necessidades energéticas e nutricionais dos atletas em diferentes situações específicas de idade e sexo
- Especializar-se em estratégias dietéticas para a prevenção e tratamento do atleta lesionado
- Especializar-se nas necessidades energéticas e nutricionais das crianças atletas
- Especializar-se nas necessidades energéticas e nutricionais dos atletas paraolímpicos

Objetivos específicos

- Interpretar a bioquímica para detectar déficits nutricionais ou estados de excesso de treinamento
- Interpretação dos diferentes métodos de composição corporal, para otimizar o peso e a porcentagem de gordura adequados ao esporte que pratica
- Monitoramento do atleta ao longo da temporada
- Planejamento de períodos sazonais de acordo com suas necessidades

03

Direção do curso

Nosso corpo docente, especialista em Nutrição Esportiva, tem um amplo prestígio na profissão e são profissionais com anos de experiência de ensino que se uniram para ajudá-lo a dar um impulso à sua carreira. Para isso, desenvolveram este curso com os últimos avanços na área, possibilitando que o aluno se capacite e amplie suas habilidades neste setor.

Aprenda com os melhores profissionais e torne-se também um profissional de sucesso"

Palestrante internacional convidado

Jamie Meeks demonstrou ao longo de sua trajetória profissional sua dedicação à **Nutrição Esportiva**. Após se graduar nesta especialidade na Universidade Estadual de Louisiana, destacou-se rapidamente. Seu talento e compromisso foram reconhecidos quando recebeu o prestigioso **prêmio** de **Jovem Nutricionista do Ano** pela Associação Dietética da Louisiana, um feito que marcou o início de uma carreira de sucesso.

Depois de concluir sua graduação, Jamie Meeks continuou sua educação na Universidade do Arkansas, onde completou suas práticas em **Dietética**. Em seguida, obteve um Mestrado em Cinesiologia com especialização em **Fisiologia do Exercício** pela Universidade Estadual de Louisiana. Sua paixão por ajudar os atletas a alcançar seu máximo potencial e seu incansável compromisso com a excelência a tornam uma figura destacada na comunidade esportiva e de nutrição.

Seu profundo conhecimento nesta área a levou a se tornar a primeira **Diretora de Nutrição Esportiva** na história do departamento atlético da Universidade Estadual de Louisiana. Lá, desenvolveu programas inovadores para atender às necessidades dietéticas dos atletas e educá-los sobre a importância de uma **alimentação adequada para o desempenho ideal.**

Posteriormente, ocupou o cargo de **Diretora de Nutrição Esportiva** no time **New Orleans Saints da NFL**. Nesta posição, dedica-se a garantir que os jogadores profissionais recebam a melhor atenção nutricional possível, trabalhando em estreita colaboração com treinadores, preparadores físicos e pessoal médico para otimizar o desempenho e a saúde individual.

Assim, Jamie Meeks é considerada uma verdadeira líder em seu campo, sendo membro ativo de várias associações profissionais e participando no avanço da Nutrição Esportiva a nível nacional. Neste sentido, é também integrante da **Academia de Nutrição e Dietética e da Associação de Nutricionistas Esportivos Colegiados e Profissionais.**

Sra. Meeks, Jamie

- Diretora de Nutrição Esportiva do New Orleans Saints da NFL, Louisiana, EUA
- Coordenadora de Nutrição Esportiva na Universidade Estadual de Louisiana
- Nutricionista registrada pela Academia de Nutrição e Dietética
- Especialista certificada em dietética esportiva
- Mestrado em Cinesiologia com especialização em Fisiologia do Exercício pela Universidade
- Estadual de Louisiana
- Graduada em Dietética pela Universidade Estadual de Louisiana
- Membro de:
    - Associação Dietética da Louisiana
    - Associação de Nutricionistas Esportivos Colegiados e Profissionais
    - Grupo de Prática Dietética de Nutrição Esportiva Cardiovascular e de Bem-Estar

"Graças à TECH, você pode aprender com os melhores profissionais do mundo"

Direção

Dr. Javier Marhuenda Hernández

- Membro da Academia Espanhola de Nutrição Humana e Dietética Professor e pesquisador na UCAM
- Doutor em Nutrição
- Mestrado em Nutrição Clínica
- Graduado em Nutrição

04

Estrutura e conteúdo

A estrutura do conteúdo foi desenvolvida por uma equipe de profissionais conhecedores das implicações da capacitação na prática diária, conscientes da relevância das questões atuais na educação nutricional esportiva e comprometidos com a qualidade do ensino através de novas tecnologias educacionais.

Este Curso de Avaliação Nutricional do Esportista para Nutricionistas conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado"

Módulo 1. Avaliação Nutricional do Esportista para Nutricionistas

1.1. Avaliação bioquímica
- 1.1.1. Hemograma
- 1.1.2. Marcadores de excesso de treinamento

1.2. Avaliação antropométrica
- 1.2.1. Composição corporal
- 1.2.2. Perfil ISAK

1.3. Pré-temporada
- 1.3.1. Carga de trabalho elevada
- 1.3.2. Garantir a ingestão de calorias e proteínas

1.4. Temporada competitiva
- 1.4.1. Desempenho esportivo
- 1.4.2. Recuperação entre partidas

1.5. Período de transição
- 1.5.1. Período de férias
- 1.5.2. Mudanças na composição corporal

1.6. Viagens
- 1.6.1. Torneios durante a temporada
- 1.6.2. Torneios fora de temporada (Copas do Mundo, Copas Europeias e Jogos Olímpicos)

1.7. Monitoramento de atletas
- 1.7.1. Nível basal do atleta
- 1.7.2. Evolução durante a temporada

1.8. Cálculo da taxa de sudorese
- 1.8.1. Perdas de líquidos
- 1.8.2. Protocolo de cálculo

1.9. Trabalho multidisciplinar
- 1.9.1. O papel do nutricionista no ambiente do atleta
- 1.9.2. Comunicação com as demais áreas

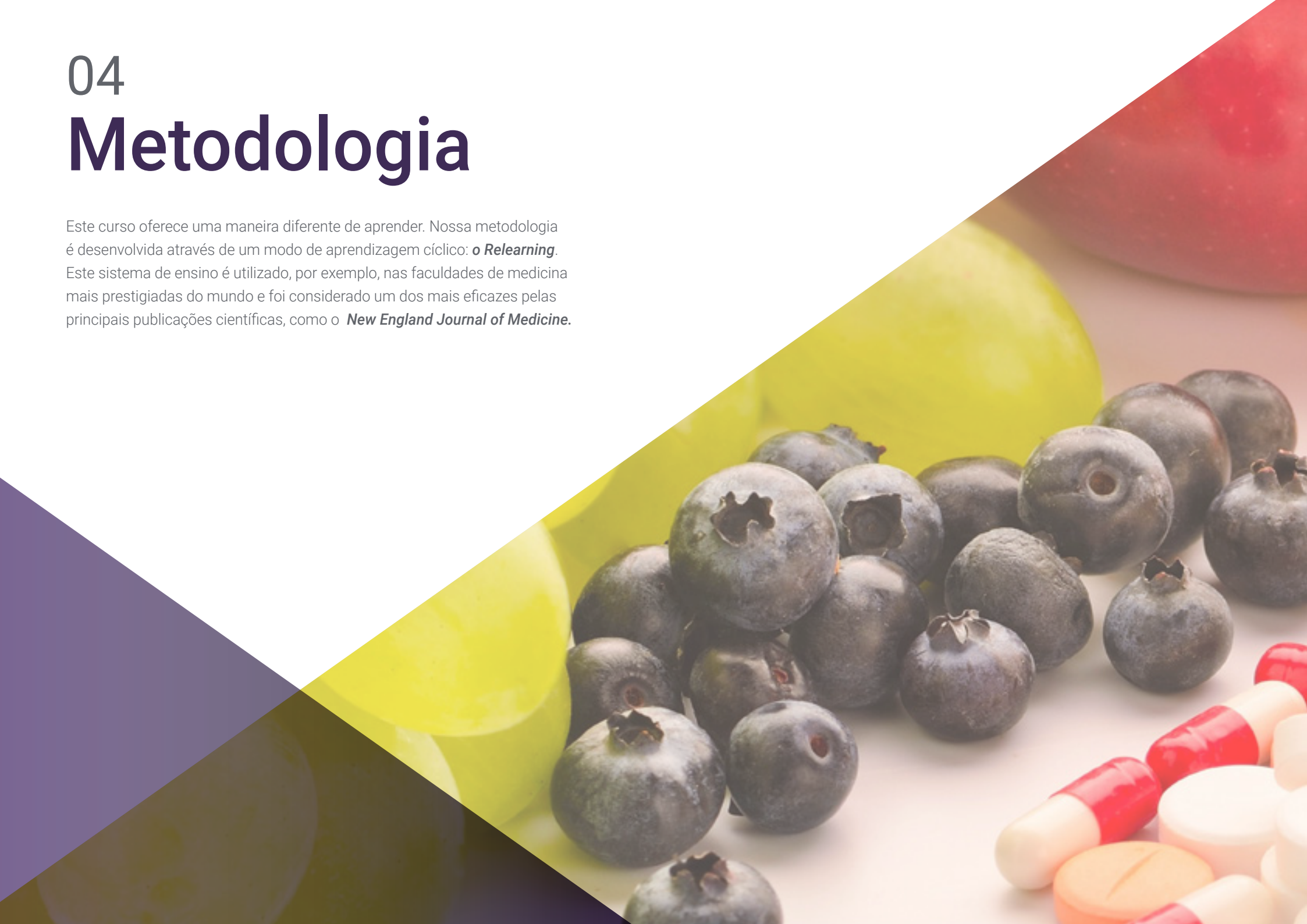
1.10. Doping
- 1.10.1. Lista WADA
- 1.10.2. Testes antidoping

Uma experiência de capacitação única, fundamental e decisiva para impulsionar seu crescimento profissional"

04

Metodologia

Este curso oferece uma maneira diferente de aprender. Nossa metodologia é desenvolvida através de um modo de aprendizagem cíclico: ***o Relearning***. Este sistema de ensino é utilizado, por exemplo, nas faculdades de medicina mais prestigiadas do mundo e foi considerado um dos mais eficazes pelas principais publicações científicas, como o ***New England Journal of Medicine.***



Descubra o Relearning, um sistema que abandona a aprendizagem linear convencional para realizá-la através de sistemas de ensino cíclicos: uma forma de aprendizagem que se mostrou extremamente eficaz, especialmente em disciplinas que requerem memorização"

Na TECH usamos o Método do Caso

Em uma determinada situação clínica, o que um profissional deveria fazer? Ao longo do programa, os alunos irão se deparar com inúmeros casos clínicos simulados, baseados em pacientes reais, onde deverão investigar, estabelecer hipóteses e finalmente resolver as situações. Há inúmeras evidências científicas sobre a eficácia deste método. Os especialistas aprendem melhor, mais rápido e de forma mais sustentável ao longo do tempo.

Com a TECH o nutricionista experimenta uma maneira de aprender que está revolucionando as bases das universidades tradicionais em todo o mundo.

Segundo o Dr. Gérvas, o caso clínico é a apresentação comentada de um paciente, ou grupo de pacientes, que se torna um "caso", um exemplo ou modelo que ilustra algum componente clínico peculiar, seja pelo seu poder de ensino ou pela sua singularidade ou raridade. É essencial que o caso seja fundamentado na vida profissional atual, tentando recriar as condições reais na prática da nutrição profissional.

Você sabia que este método foi desenvolvido em 1912, em Harvard, para os alunos de Direito? O método do caso consistia em apresentar situações complexas reais para que estes tomassem decisões e justificassem como resolvê-las. Em 1924 foi estabelecido como o método de ensino padrão em Harvard"

A eficácia do método é justificada por quatro conquistas fundamentais:

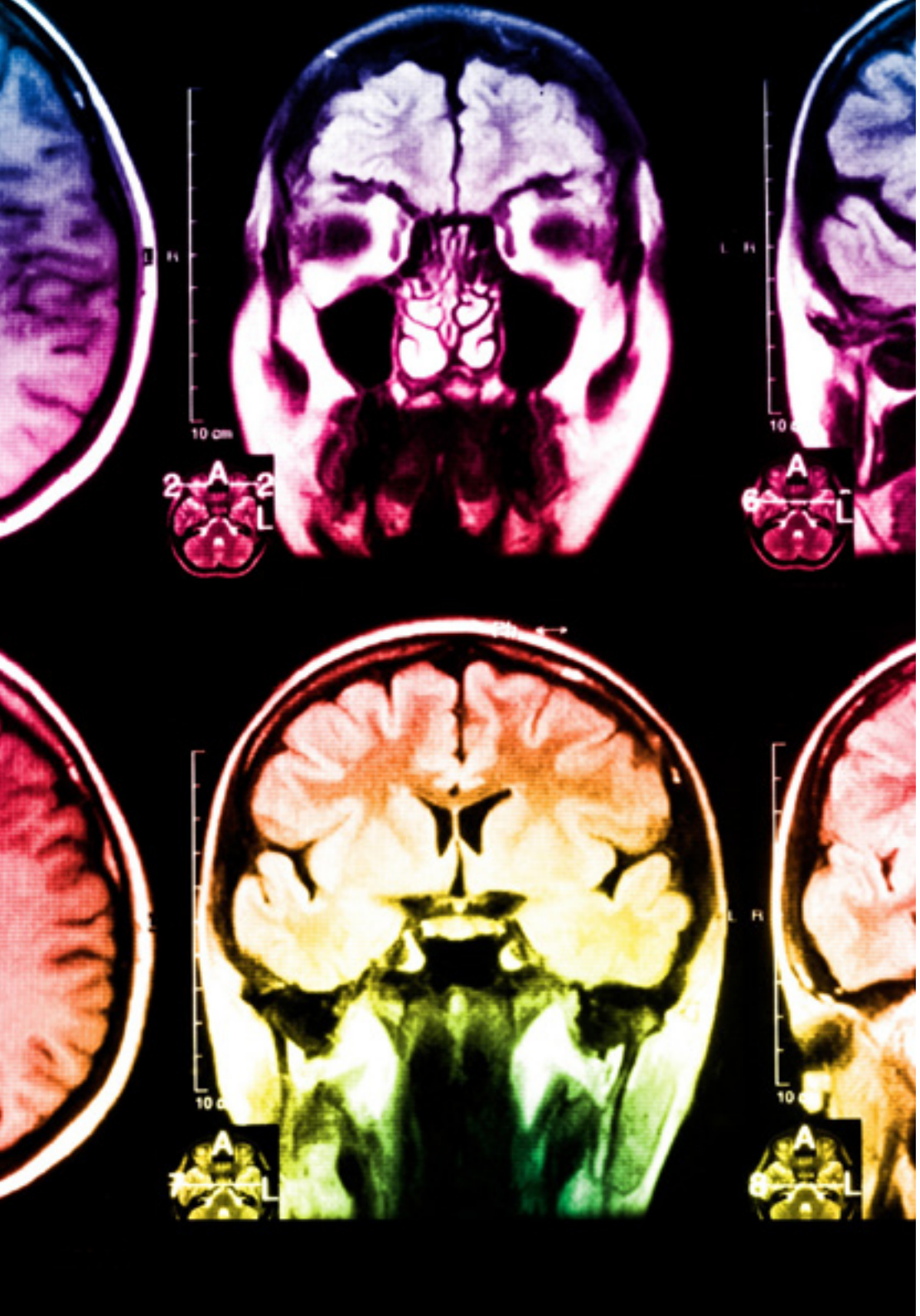
1. Os nutricionistas que seguem este método não só assimilam os conceitos, mas também desenvolvem a capacidade mental, através de exercícios que avaliam situações reais e a aplicação do conhecimento.
2. A aprendizagem se consolida nas habilidades práticas permitindo ao nutricionista integrar melhor o conhecimento à prática clínica.
3. A assimilação de ideias e conceitos se torna mais fácil e mais eficiente, graças ao uso de situações decorrentes da realidade.
4. A sensação de eficiência do esforço investido se torna um estímulo muito importante para os alunos, o que se traduz em um maior interesse pela aprendizagem e um aumento no tempo dedicado ao curso.

Metodologia Relearning

A TECH utiliza de maneira eficaz a metodologia do estudo de caso com um sistema de aprendizagem 100% online, baseado na repetição, combinando 8 elementos didáticos diferentes em cada aula.

Potencializamos o Estudo de Caso com o melhor método de ensino 100% online: o Relearning.

O nutricionista aprenderá através de casos reais e da resolução de situações complexas em ambientes simulados de aprendizagem. Estas simulações são realizadas utilizando um software de última geração para facilitar a aprendizagem imersiva.



Na vanguarda da pedagogia mundial, o método Relearning conseguiu melhorar os níveis de satisfação geral dos profissionais que concluíram seus estudos, com relação aos indicadores de qualidade da melhor universidade online do mundo (Universidade de Columbia).

Através desta metodologia, mais de 45 mil nutricionistas se capacitaram, com um sucesso sem precedentes, em todas as especialidades clínicas independente da carga cirúrgica. Nossa metodologia de ensino é desenvolvida em um ambiente altamente exigente, com um corpo discente com um perfil socioeconômico médio-alto e uma média de idade de 43,5 anos.

O Relearning permitirá uma aprendizagem com menos esforço e mais desempenho, fazendo com que você se envolva mais em sua especialização, desenvolvendo o espírito crítico e sua capacidade de defender argumentos e contrastar opiniões: uma equação de sucesso.

No nosso programa, a aprendizagem não é um processo linear, ela acontece em espiral (aprender, desaprender, esquecer e reaprender). Portanto, combinamos cada um desses elementos de forma concêntrica.

A nota geral do sistema de aprendizagem da TECH é de 8,01, de acordo com os mais altos padrões internacionais.

Neste programa, oferecemos o melhor material educacional, preparado especialmente para os profissionais:

Material de estudo

Todo o conteúdo foi criado especialmente para o curso pelos especialistas que irão ministrá-lo, o que faz com que o desenvolvimento didático seja realmente específico e concreto.

Posteriormente, esse conteúdo é adaptado ao formato audiovisual, para criar o método de trabalho online da TECH. Tudo isso com as técnicas mais inovadoras e oferecendo alta qualidade em cada um dos materiais que colocamos à disposição do aluno.

Técnicas e procedimentos de nutrição em vídeo

A TECH aproxima o aluno dos últimos avanços educacionais e da vanguarda das técnicas e procedimentos de aconselhamento nutricional atuais. Tudo isso, explicado detalhadamente para sua total assimilação e compreensão. E o melhor de tudo, você poderá assistir quantas vezes quiser.

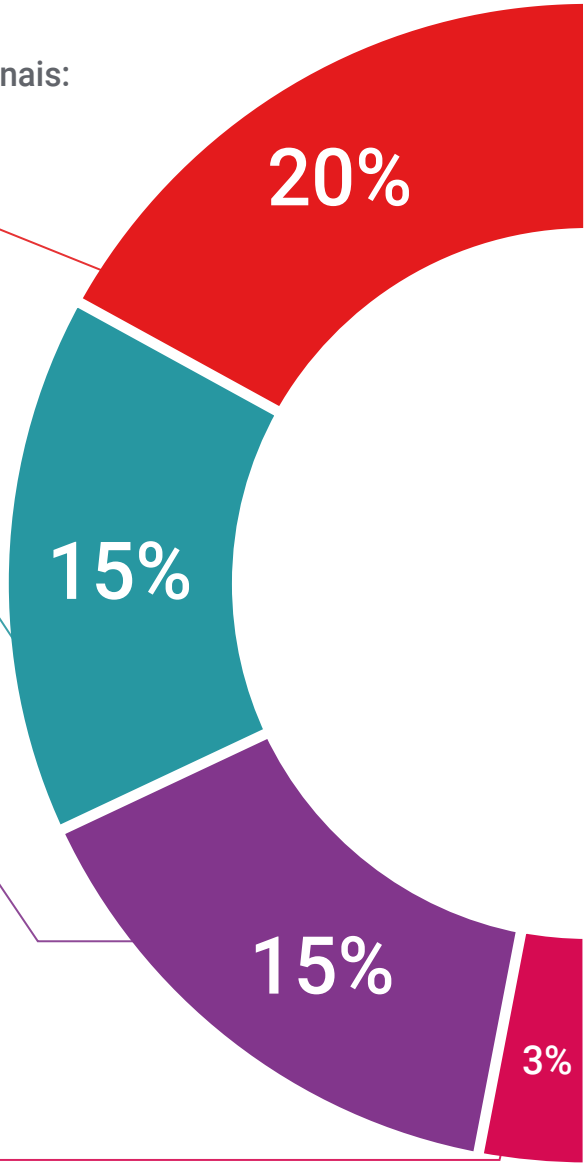
Resumos interativos

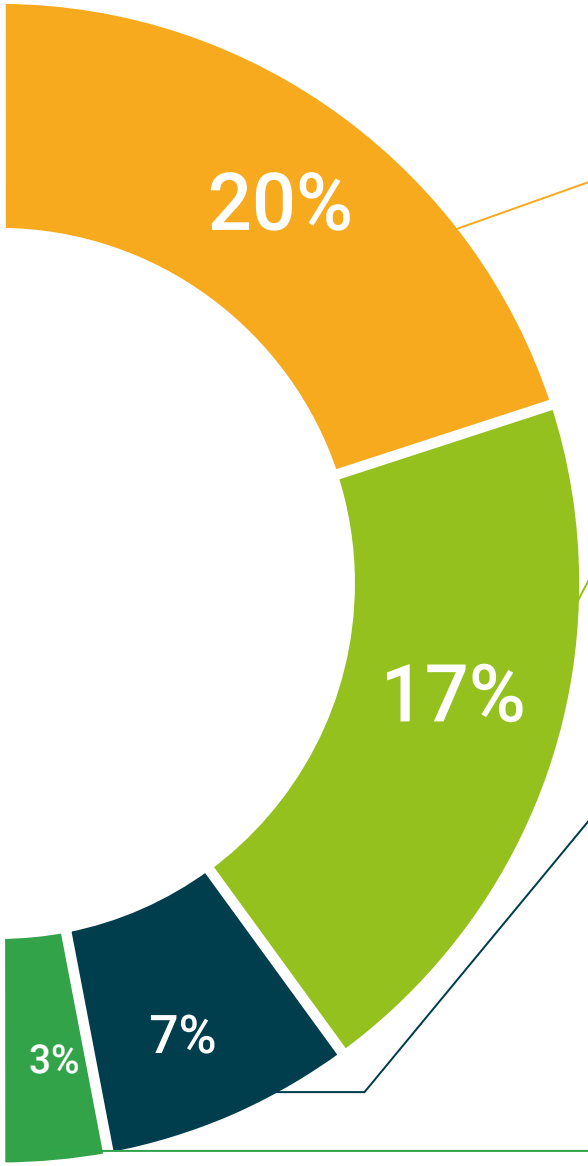
A equipe da TECH apresenta o conteúdo de forma atraente e dinâmica através de pílulas multimídia que incluem áudios, vídeos, imagens, gráficos e mapas conceituais para consolidar o conhecimento.

Este sistema único de capacitação através da apresentação de conteúdo multimídia, foi premiado pela Microsoft como "Caso de sucesso na Europa".

Leituras complementares

Artigos recentes, documentos de consenso e diretrizes internacionais, entre outros. Na biblioteca virtual da TECH o aluno terá acesso a tudo o que for necessário para complementar a sua capacitação.





Estudos de casos elaborados e orientados por especialistas

A aprendizagem efetiva deve ser necessariamente contextual. Portanto, na TECH apresentaremos casos reais em que o especialista guiará o aluno através do desenvolvimento da atenção e da resolução de diferentes situações: uma forma clara e direta de alcançar o mais alto grau de compreensão.

Testing & Retesting

Avaliamos e reavaliamos periodicamente o conhecimento do aluno ao longo do programa, através de atividades e exercícios de avaliação e autoavaliação, para que possa comprovar que está alcançando seus objetivos.

Masterclasses

Há evidências científicas sobre a utilidade da observação de terceiros especialistas.

O "Learning from an expert" fortalece o conhecimento e a memória, além de gerar segurança para a tomada de decisões difíceis no futuro.

Guias rápidos de ação

A TECH oferece o conteúdo mais relevante do curso em formato de fichas de trabalho ou guias rápidos de ação. Uma forma sintetizada, prática e eficaz de ajudar os alunos a progredirem na aprendizagem.

06

Certificado

O Curso de Avaliação Nutricional do Esportista para Nutricionistas garante, além da capacitação mais rigorosa e atualizada, o acesso ao certificado do Curso emitido pela TECH Global University.

Uma vez aprovadas as avaliações, o aluno receberá por correio o certificado do Curso, emitido pela TECH Universidade Tecnológica"

Este **Curso de Avaliação Nutricional do Esportista para Nutricionistas** conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado.

Uma vez aprovadas as avaliações, o aluno receberá por correio o certificado* do **Curso** emitido pela **TECH Universidade Tecnológica.**

O certificado emitido pela **TECH Universidade Tecnológica** expressará a qualificação obtida no Curso, atendendo aos requisitos normalmente exigidos pelas bolsas de empregos, concursos públicos e avaliação de carreira profissional.

Título: **Curso de Avaliação Nutricional do Esportista para Nutricionistas**

Modalidade: **online**

Duração: **6 semanas**

Reconhecido pela NBA

tech universidade tecnológica

Outorga o presente

CERTIFICADO

a

Sr./Sra. _____, com documento de identidade nº _____

por ter concluído e aprovado com sucesso o

CURSO

de

Avaliação Nutricional do Esportista para Nutricionistas

Este é um curso próprio desta Universidade, com duração de 150 horas, com data de início dd/mm/aaaa e data final dd/mm/aaaaa.

A TECH é uma Instituição Privada de Ensino Superior reconhecida pelo Ministério da Educação Pública em 28 de junho de 2018.

Em 17 de junho de 2020

Ma.Tere Guevara Navarro
Reitora

Para a prática profissional em cada país, este certificado deverá ser necessariamente acompanhado de um diploma universitário emitido pela autoridade local competente. código único TECH: AFWOR23S techtitute.com/titulos

*Apostila de Haia: Caso o aluno solicite que seu certificado seja apostilado, a TECH EDUCATION providenciará a obtenção do mesmo a um custo adicional.

tech universidade tecnológica

Curso

Avaliação Nutricional do Esportista para Nutricionistas

- Modalidade: **online**
- Duração: **6 semanas**
- Certificado: **TECH Universidade Tecnológica**
- Horário: **no seu próprio ritmo**
- Provas: **online**

Curso

Avaliação Nutricional do Esportista para Nutricionistas

Reconhecido pela NBA

tech universidade tecnológica