

# Capacitación Práctica Nutrición Deportiva

Avalado por la NBA



tech



**tech**

Capacitación Práctica  
Nutrición Deportiva

# Índice

01

Introducción

---

*pág. 4*

02

¿Por qué cursar esta  
Capacitación Práctica?

---

*pág. 6*

03

Objetivos

---

*pág. 8*

04

Planificación  
de la enseñanza

---

*pág. 10*

05

¿Dónde puedo hacer la  
Capacitación Práctica?

---

*pág. 12*

06

Condiciones generales

---

*pág. 16*

07

Titulación

---

*pág. 18*

# 01

## Introducción

La Nutrición Deportiva ocupa, hoy en día, un lugar muy importante dentro de los hábitos de cualquier atleta. Se trata de una práctica a través de la cual la persona puede aportar al organismo los nutrientes que necesita en función a aspectos como su metabolismo, el gasto energético que suponga su actividad, el periodo de la temporada en la que se encuentre, etc. Por ello, los profesionales de esta área han pasado a ocupar un lugar privilegiado dentro del sector, convirtiéndose en especialistas ampliamente demandados y cuya actualización debe de ser constante. Para cubrir el último aspecto, TECH ha desarrollado un completo programa basado en una estancia de 120 horas en un centro clínico de referencia, donde el egresado podrá trabajar codo con codo en su puesta al día con expertos en Nutrición Deportiva.

“

*¿Te gustaría ponerte al día sobre las novedades relacionadas con la planificación Nutricional Deportiva para vegetarianos y veganos? Con este programa podrás hacerlo de manera práctica y garantizada”*





Cada día son más las personas que inician actividades deportivas, bien por razones de salud, por profesión o afición. La actividad física aumenta las necesidades energéticas y de algunos nutrientes, por lo que es importante consumir una dieta equilibrada basada en una gran variedad de alimentos, con el criterio de selección correcto. Consumir las dietas más adecuadas a cada persona y tipo de ejercicio se vuelve especialmente importante cuando se trata de deportistas profesionales o que realizan un ejercicio intensivo. En este contexto, se ha creado este programa basado en la puesta al día práctica del profesional, con una jornada intensa de trabajo de 3 semanas en un reconocido centro clínico, donde se actualizará de la mano de expertos en materia de Nutrición Deportiva.

Esta Capacitación Práctica ofrece la posibilidad de profundizar y actualizar los conocimientos en Nutrición Deportiva. Ofrece una visión global de la Nutrición Clínica y Deportiva, al mismo tiempo que pone el foco en los aspectos más importantes e innovadores: entrenamiento invisible o dieta adecuada para deportistas, y alimentación antes, durante y después del ejercicio. De esta manera, esta jornada intensiva in situ, permite la especialización en el campo de la Nutrición Deportiva en áreas de especial interés como: nutrigenética, nutrigenómica, Nutrición y obesidad, dietética hospitalaria, entre otras tendencias nutricionales y necesidades específicas del deportista de élite.

Todo ello, a lo largo de 120 horas en las que trabajará, codo con codo, con un equipo versado en el área y durante las cuales contará con el apoyo de un tutor que velará porque se cumplan todos los requisitos para los cuales fue diseñado este programa. Así, podrá abordar los distintos casos con confianza y seguridad, participando de manera activa en el diseño de planes nutricionales especializados según los requerimientos y las necesidades de los distintos perfiles de pacientes que acudan a la consulta durante el periodo práctico.

# 02

## ¿Por qué cursar esta Capacitación Práctica?

El curso de esta Capacitación Práctica se presenta como una oportunidad única para cualquier profesional del área de la Nutrición que lo que busca es alcanzar la excelencia de su servicio a través de una actualización exhaustiva. TECH le da la posibilidad de trabajar, codo con codo, con los mejores expertos, ahondando en las técnicas analíticas y de diseño de planes de alimentación que mejores resultados han tenido hasta el momento. Todo ello en entornos seguros, donde la promoción de la confianza es una de las principales bazas para lograr que el egresado pueda ponerse al día de manera garantizada.



*Una oportunidad única gracias a la cual podrás ponerte al día de las novedades de la Nutrición Deportiva junto a profesionales que han trabajado con los atletas más destacados”*

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

La matrícula en esta Capacitación Práctica le dará al egresado la posibilidad de acceder a la tecnología clínica más innovadora y sofisticada. TECH se caracteriza por su esencia vanguardista, gracias a la cual ha logrado situarse entre los mejores centros académicos del mundo. Por eso, exige a las empresas en las que se llevan a cabo las estancias que cuenten con la última aparatología, para continuar por esa misma línea y ofrecer a sus alumnos una experiencia del máximo nivel.

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

TECH asigna a cada egresado un tutor de prácticas, el cual se encarga de guiarlo por la experiencia académica, asegurando, además, que se cumplan todos los requisitos para los cuales fue diseñada. Gracias a ello, el alumno puede servirse de su experiencia para actualizarse, implementando a su praxis las estrategias clínicas más efectivas según qué tipo de casos.

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

Con esta Capacitación Práctica, el egresado podrá participar de manera activa en el manejo clínico de todos los pacientes que reciba durante las 3 semanas de instancia, tanto en el diagnóstico de posibles alteraciones nutricionales, como en el análisis de su situación y en el diseño de planes de alimentación adaptados a sus necesidades. Así, TECH garantiza una actualización integral durante 120 horas.



#### **4. Llevar lo adquirido a la práctica diaria desde el primer momento**

Todas las estrategias y técnicas que el egresado emplee en la Capacitación Práctica serán perfectamente aplicables a cualquier entorno del área de la Nutrición. TECH garantiza que los planes de actividades sean de adaptación internacional, de tal manera que el profesional pueda ejercer en cualquier lugar del mundo a través de lo tratado durante la estancia.

#### **5. Expandir las fronteras del conocimiento**

TECH cuenta con un convenio internacional con decenas de clínicas de todo el mundo, para ofrecer estancias que se adapten a las necesidades de todos sus egresados. Además, también les brinda la oportunidad a aquellos que quieren cursar una experiencia más allá de su localización, proporcionándoles acceso a centros de reconocido prestigio ubicados en distintas regiones.



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

# 03

## Objetivos

La finalidad de esta Capacitación Práctica en Nutrición Deportiva es facilitar la actuación del profesional de la salud en los procedimientos clínicos relacionados con el área de alimentación saludable, ajustada a los objetivos y requerimientos de los pacientes. Aplicando los últimos avances y tratamientos más novedosos en el sector, de modo que pueda ofrecer los mejores servicios en su propia consulta. Así, al completar este programa, estará en posición de proporcionar a los pacientes un método de diagnóstico de gran precisión y predicamento en la disciplina, aumentando, por consiguiente, su prestigio profesional.



### Objetivos generales

---

- ◆ Actualizar los conocimientos del nutriólogo en las nuevas tendencias en Nutrición humana, tanto en la salud como en situaciones patológicas a través de la medicina basada en la evidencia
- ◆ Promover estrategias de trabajo basadas en el conocimiento práctico de las nuevas corrientes en nutrición y su aplicación a las patologías del adulto, donde esta juega un papel primordial en la terapéutica de las mismas
- ◆ Favorecer la adquisición de habilidades y destrezas técnicas, mediante un sistema audiovisual potente, y posibilidad de desarrollo a través de talleres online de simulación y/o Capacitación específica







## Objetivos específicos

---

- ◆ Analizar los distintos métodos de valoración del estado nutricional
- ◆ Interpretar e integrar los datos antropométricos, clínicos, bioquímicos, hematológicos, inmunológicos y farmacológicos en la valoración nutricional del enfermo y en su tratamiento dietético-nutricional
- ◆ Detectar precozmente y evaluar las desviaciones por exceso o defecto, cuantitativas y cualitativas, del balance nutricional
- ◆ Describir la composición y utilidades de los nuevos alimentos
- ◆ Explicar las distintas técnicas y productos de soporte nutricional básico y avanzado relacionadas con la nutrición del paciente
- ◆ Definir la utilización correcta de las ayudas ergogénicas
- ◆ Explicar la normativa actual antidopaje
- ◆ Identificar los trastornos psicológicos relacionados con la práctica del deporte y la Nutrición



*Potencia tus habilidades diagnósticas y lleva a la práctica tus conocimientos en materia de Nutrición Deportiva, aplicado a casos reales en un proceso práctico de 3 semanas en un centro de prestigio”*

# 04 Planificación de la enseñanza

Esta Capacitación Práctica en Nutrición Deportiva está planificada para que el profesional de la salud, tenga una intensa jornada de aprendizaje de 3 semanas de duración en un centro clínico de reconocido prestigio. La estadía se realizará en horario de lunes a viernes, 8 horas continuas. De este modo, se garantiza que el profesional pueda adquirir y reforzar sus conocimientos sin interrupciones, de forma fluida.

En esta propuesta de Capacitación, de carácter completamente práctico, las actividades están dirigidas al desarrollo y perfeccionamiento de las competencias necesarias para la prestación de servicios de diagnóstico, en el ámbito de la Nutrición Deportiva en pacientes reales y que están orientadas a la Capacitación específica para el ejercicio de la actividad.

Es sin duda una gran oportunidad para aprender, trabajando en un innovador centro con equipamiento de vanguardia y el mejor personal especializado, siendo el mejor escenario para vivir esta innovadora experiencia impulsada por TECH para el perfeccionamiento de las competencias profesionales. Combinando procedimientos actualizados y enfocados a una nueva forma de entender e integrar los procesos de salud.

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





Los procedimientos descritos a continuación serán la base de la parte práctica de la capacitación, y su realización estará sujeta a la disponibilidad propia del centro y su volumen de trabajo, siendo las actividades propuestas las siguientes:

Módulo	Actividad Práctica
<b>Avances y tendencias en alimentación</b>	Llevar a cabo análisis de los nuevos avances en alimentación
	Desarrollar análisis en nutrigenética y en nutrigenómica
	Ahondar en la valoración de inmunonutrición
	Aplicar la regulación fisiológica de la alimentación para el apetito y saciedad
	Manejar la evaluación en Nutrición y sistema circadiano
<b>Valoración del estado nutricional y de la dieta</b>	Ahondar en el análisis de Bioenergética y Nutrición
	Trabajar en la valoración del estado nutricional
	Manejar la valoración de la ingesta
	Llevar a cabo una evaluación de la alimentación en el adulto sano
	Llevar a cabo una evaluación de alimentación en la menopausia
Conseguir un análisis pormenorizado de la Nutrición en las personas de edad avanzada	
<b>Alimentación en la práctica deportiva especializada</b>	Llevar a cabo una correcta adaptación fisiológica a los distintos tipos de ejercicio
	Desarrollar una adaptación metabólica al ejercicio
	Desempeñar una valoración exhaustiva de las necesidades energéticas y del estado nutricional del deportista
	Desarrollar la valoración de la capacidad física del deportista
	Poner en práctica el análisis de la alimentación en las distintas fases de la práctica deportiva
	Practicar en la valoración de la hidratación
	Ahondar en la planificación dietética adaptada a las modalidades deportivas
	Desarrollar un análisis pormenorizado de la nutrición en la recuperación de las lesiones deportivas
Valorar el trastorno psicológico relacionado con la práctica del deporte	

# 05

## ¿Dónde puedo hacer la Capacitación Práctica?

Con la finalidad de brindar la mejor experiencia de aprendizaje práctico para el alumno, TECH ha seleccionado a los mejores centros que abren sus puertas poniendo todos sus recursos a disposición para permitir la Capacitación de profesionales con amplia convicción y pasión. Así, podrá actualizarse teniendo acceso a pacientes reales, a los mejores expertos y a la tecnología de diagnóstico más puntera.

“

*TECH te ofrece los centros clínicos más prestigiosos para realizar tus capacitaciones prácticas con el acompañamiento de expertos en Nutrición Deportiva. Vive la experiencia ahora”*





El alumno podrá cursar esta capacitación en los siguientes centros:



Nutrición

### Olympus Center

País	Ciudad
España	Madrid

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

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

---

**Capacitaciones prácticas relacionadas:**

- Alto Rendimiento Deportivo
- Monitor de Gimnasio



### Nutriperformance

País Ciudad  
México Ciudad de México

Dirección: Av. Toluca 585-Local 6,  
Olivar de los Padres, Álvaro Obregón, 01780  
Ciudad de México, CDMX

Equipo de Nutriólogos especialistas con amplia  
experiencia en diversidad de ramas deportivas

**Capacitaciones prácticas relacionadas:**

- Nutrición Clínica
- Nutrición Deportiva





Nutrición

### Liga Sanluiseña de Fútbol

País	Ciudad
Argentina	San Luis

Dirección: Bolívar 935, D5700 GTS, San Luis

Asociación enfocada a la planificación nutricional, específicamente de la práctica futbolística

---

**Capacitaciones prácticas relacionadas:**  
-Nutrición Deportiva



*Aprovecha esta oportunidad para rodearte de profesionales expertos y nutrirte de su metodología de trabajo”*

# 06

## Condiciones generales

### Seguro de responsabilidad civil

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

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

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





## Condiciones Generales de la Capacitación Práctica

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

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

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

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

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

**5. RELACIÓN LABORAL:** la Capacitación Práctica no constituirá una relación laboral de ningún tipo.

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

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

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

# 07 Titulación

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

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

El certificado expedido por TECH expresará la calificación que haya obtenido en la prueba.

Título: **Capacitación Práctica en Nutrición Deportiva**

Duración: **3 semanas**

Asistencia: **de lunes a viernes, turnos de 8 horas consecutivas**

**Avalado por la NBA**



**tech**

Capacitación Práctica  
Nutrición Deportiva

# Capacitación Práctica Nutrición Deportiva

Avalado por la NBA



tech