

Experto Universitario

Nutrición en el Deporte Acuático para Nutricionistas

Aval/Membresía

A background image showing a person's bare foot standing on a white digital scale. The person is wearing grey athletic pants and blue sneakers. The image is partially obscured by diagonal geometric shapes in purple, white, and grey.

tech
universidad



Experto Universitario

Nutrición en el Deporte Acuático para Nutricionistas

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

Acceso web: www.techtitute.com/nutricion/experto-universitario/experto-nutricion-deporte-acuatico-nutricionistas

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

Salidas profesionales

pág. 20

06

Licencias de software incluidas

pág. 24

07

Metodología de estudio

pág. 28

08

Cuadro docente

pág. 38

09

Titulación

pág. 44

01

Presentación del programa

La práctica deportiva en entornos acuáticos exige un abordaje nutricional especializado que garantice el máximo rendimiento y la adecuada recuperación del organismo. De acuerdo con la International Society of Sports Nutrition (ISSN), una estrategia alimentaria adaptada a las demandas fisiológicas del atleta es clave para optimizar la fuerza, la resistencia y la composición corporal en disciplinas como la natación, el waterpolo o el triatlón. En ese sentido, TECH se posiciona como un referente académico al ofrecer propuestas educativas que integran ciencia, innovación y aplicación práctica, brindando al alumno una perspectiva actualizada que le permite comprender a fondo los requerimientos energéticos, metabólicos y de hidratación propios del Deporte Acuático.





“

*Un programa exhaustivo y 100% online,
exclusivo de TECH y con una perspectiva
internacional respaldada por nuestra
afiliación con The Chartered Association
of Sport and Exercise Sciences”*

El rendimiento en deportes acuáticos requiere una preparación integral donde la Nutrición se convierte en un factor decisivo para alcanzar metas de alto nivel. La exposición a un medio distinto al terrestre implica un gasto energético singular, una regulación específica de la temperatura corporal y una mayor demanda de recuperación muscular. Ante estas condiciones, surge la necesidad de profesionales capaces de diseñar planes nutricionales que no solo se adapten a las características fisiológicas de cada deportista, sino que también potencien su capacidad de resistencia, fuerza y concentración en entrenamientos y competiciones exigentes.

La propuesta académica de TECH Universidad se estructura a partir de un temario amplio que combina fundamentos científicos de la Nutrición con aplicaciones prácticas orientadas al Deporte Acuático. El alumno aborda desde los principios bioquímicos y metabólicos relacionados con la actividad física hasta la planificación dietética específica para deportes de resistencia y potencia. Asimismo, se estudian aspectos relacionados con la hidratación, la suplementación y la prevención de deficiencias nutricionales que puedan comprometer la salud y el rendimiento de los atletas.

Al mismo tiempo, se profundiza en áreas innovadoras que abordan la relación entre nutrición, rendimiento cognitivo y prevención de lesiones, integrando casos reales y escenarios prácticos que acercan al alumno a la dinámica profesional. También se incluyen herramientas de evaluación y seguimiento que permiten establecer pautas individualizadas según edad, género, carga de entrenamiento y objetivos deportivos. De igual manera, un prestigioso Director Invitado Internacional impartirá una serie de rigurosas y exclusivas *Masterclasses*.

A su vez, gracias a la membresía en **The Chartered Association of Sport and Exercise Sciences (CASES)**, el alumno podrá acceder a recursos educativos exclusivos, descuentos en eventos y publicaciones especializadas, y beneficios prácticos como seguros profesionales. También, podrá integrarse a una comunidad activa, participar en comités y obtener acreditaciones que impulsan su desarrollo, visibilidad y proyección profesional en el ámbito del deporte y la ciencia del ejercicio.

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

Sus características más destacadas son:

- ♦ El desarrollo de casos prácticos presentados por expertos en Nutrición
- ♦ 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



Accede a una serie de Masterclasses exclusivas y complementarias llevadas a cabo por un prestigioso Director Invitado de gran trayectoria Internacional"

“

Adquiere conocimientos especializados en Nutrición aplicada a deportes acuáticos de alto rendimiento, comprendiendo cómo la alimentación impacta en la fuerza, resistencia y velocidad en el agua”

Incluye en su cuadro docente a profesionales pertenecientes al ámbito de la Nutrición, 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.

Aprende a diseñar planes dietéticos personalizados que se adapten a las características individuales de cada deportista, considerando factores como edad, género, carga de entrenamiento y objetivos competitivos.

Desarrolla estrategias de hidratación específicas para el entorno acuático, asegurando el equilibrio de electrolitos y la prevención de la fatiga en sesiones prolongadas.



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».

Forbes
Mejor universidad
online del mundo

Plan
de estudios
más completo

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.

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.

Profesorado
TOP
Internacional

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.


La metodología
más eficaz

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.

nº1
Mundial
Mayor universidad
online del mundo

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.

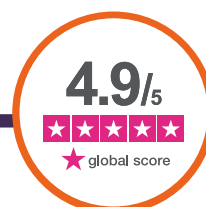
Líderes en empleabilidad

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

La Nutrición aplicada al Deporte Acuático se ha convertido en un pilar fundamental para optimizar el rendimiento y prevenir riesgos asociados a la práctica en entornos de alta exigencia. Por ello, este plan de estudios integra conocimientos científicos y herramientas prácticas que permiten comprender los procesos metabólicos, energéticos e hídricos específicos de disciplinas como natación, waterpolo y triatlón. Además, incorpora el análisis de estrategias de suplementación y recuperación, así como la planificación dietética personalizada, lo que garantiza una visión completa, actualizada y aplicable a las necesidades reales del ámbito deportivo acuático.



“

Domina la suplementación deportiva con un enfoque seguro y basado en la evidencia científica, aplicándola en contextos de resistencia, potencia y recuperación”

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. En deportes acuáticos en el agua (natación, *waterpolo*, etc.)
 - 1.2.2. En 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*)
 - 1.3.2. Deportes acuáticos sobre el agua (*surf*, vela, piragüismo)
- 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. Per - competición
 - 1.8.1. Hidratos de carbono
 - 1.8.2. Hidratación
- 1.9. Poscompetición
 - 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. Macro ciclo
- 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 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. Per - competición
 - 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. Oros 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

Los objetivos docentes de este programa académico se centran en proporcionar una visión integral de la Nutrición aplicada al Deporte Acuático, considerando las demandas energéticas, metabólicas e hídricas propias de esta práctica. Asimismo, buscan desarrollar competencias para diseñar planes dietéticos que favorezcan el rendimiento, la recuperación muscular y la prevención de lesiones. De igual modo, se promueve la aplicación de estrategias innovadoras de suplementación y monitoreo nutricional, garantizando un enfoque científico y actualizado que conecta directamente con los retos reales de disciplinas como la natación, el waterpolo y el triatlón.





“

Incorpora herramientas avanzadas de análisis de composición corporal que permiten evaluar el estado físico real del deportista”



Objetivos generales

- ♦ Diseñar planes alimentarios adaptados a distintos niveles de esfuerzo físico y condiciones fisiológicas particulares
- ♦ Aplicar principios de la Fisiología del ejercicio para optimizar el rendimiento en poblaciones con requerimientos especiales
- ♦ Evaluar desequilibrios nutricionales frecuentes en deportistas con patologías o limitaciones físicas
- ♦ Integrar evidencia científica reciente para promover intervenciones dietéticas seguras y eficientes en entornos deportivos especializados
- ♦ Desarrollar una visión crítica y propositiva sobre la inclusión y adaptación de estrategias nutricionales en el ámbito del deporte adaptado
- ♦ Incorporar herramientas tecnológicas innovadoras para el seguimiento y ajuste continuo de rutas alimentarias en grupos deportivos previamente conformados





Objetivos específicos

Módulo 1. Deportes acuáticos

- ♦ Identificar las demandas fisiológicas y metabólicas propias de los deportes acuáticos, diferenciando entre disciplinas en el agua y sobre ella
- ♦ Aplicar estrategias nutricionales ajustadas a cada fase competitiva en función de las características del Deporte Acuático practicado

Módulo 2. Deportes por categoría de peso

- ♦ Comprender las implicaciones nutricionales y fisiológicas de los deportes por categoría de peso, considerando sus reglamentos y planificación de temporada
- ♦ Diseñar rutas suplementarias adaptadas a las distintas fases competitivas, con especial atención al rendimiento y la salud del atleta

Módulo 3. Periodo lesivo

- ♦ Analizar las implicaciones nutricionales en las distintas fases del periodo lesivo, desde la inmovilización hasta el retorno a la actividad
- ♦ Identificar los requerimientos energéticos, de macronutrientes, micronutrientes y suplementos más adecuados para favorecer la recuperación y prevenir recidivas



05

Salidas profesionales

El campo de la Nutrición en el Deporte Acuático para Nutricionistas ofrece salidas profesionales cada vez más valoradas en el ámbito deportivo y de la salud. Gracias a la especialización adquirida, es posible desempeñarse en clubes de natación, equipos de waterpolo o centros de alto rendimiento, diseñando estrategias alimentarias adaptadas a la exigencia del medio acuático. Del mismo modo, se abre la posibilidad de colaborar en gimnasios, consultorías nutricionales y proyectos de investigación vinculados al rendimiento físico. Así, se fortalece un perfil profesional capaz de responder a necesidades concretas en entornos deportivos especializados.





“

Aplica metodologías prácticas que vinculan Nutrición y prevención de lesiones, desarrollando un enfoque integral para prolongar la vida deportiva de los atletas”

Perfil del egresado

El perfil del egresado de este programa se caracteriza por la capacidad de integrar conocimientos científicos con una visión práctica orientada al Deporte Acuático. Domina la planificación nutricional específica para disciplinas de resistencia y potencia, gestionando variables como hidratación, suplementación y recuperación muscular. Asimismo, desarrolla competencias para evaluar de manera crítica el estado nutricional de atletas y proponer soluciones adaptadas a diferentes contextos. Su capacitación también potencia habilidades de análisis, innovación y toma de decisiones, lo que le permite responder con eficacia a las demandas actuales del ámbito deportivo especializado.

Explora casos reales que facilitan la conexión entre teoría y práctica, enfrentando situaciones cotidianas que se presentan en la preparación y competición de deportistas.

- **Pensamiento crítico y analítico:** capacidad para evaluar información científica y aplicarla en la resolución de problemas reales vinculados al rendimiento deportivo
- **Comunicación efectiva:** habilidad para transmitir recomendaciones nutricionales de manera clara y adaptada a diferentes públicos, desde atletas hasta cuerpos técnicos
- **Trabajo en equipo interdisciplinar:** integración en entornos donde interactúan profesionales de la salud, entrenadores y preparadores físicos, fomentando la colaboración
- **Gestión autónoma del aprendizaje:** desarrollo de estrategias para actualizar conocimientos de forma continua en un campo en constante evolución



Después de realizar el programa Universitario, podrás desempeñar tus conocimientos y habilidades en los siguientes cargos:

1. **Nutricionista deportivo en clubes acuáticos:** encargado de diseñar planes nutricionales personalizados para nadadores, waterpolistas y triatletas, optimizando su rendimiento competitivo.
2. **Asesor en suplementación deportiva:** responsable de recomendar estrategias seguras y eficaces de suplementación adaptadas a las exigencias del Deporte Acuático.
3. **Especialista en recuperación nutricional:** enfocado en crear pautas de alimentación que favorezcan la regeneración muscular y prevengan el sobreentrenamiento en atletas.
4. **Consultor en planificación dietética:** apoyo en la elaboración de dietas específicas según etapas de entrenamiento, competencias y objetivos deportivos.
5. **Coordinador de programas de Nutrición en centros de alto rendimiento:** gestión de estrategias alimentarias integradas a planes de preparación física.
6. **Analista de composición corporal en deportistas:** aplicación de técnicas de medición para ajustar planes nutricionales al estado físico real del atleta.
7. **Responsable de Nutrición en gimnasios y academias acuáticas:** elaboración de programas adaptados tanto a deportistas profesionales como a practicantes recreativos.
8. **Especialista en hidratación deportiva:** diseño de protocolos de reposición de líquidos y electrolitos para prevenir la fatiga y optimizar el rendimiento en ambientes acuáticos.

06

Licencias de software incluidas

TECH es referencia en el mundo universitario por combinar la última tecnología con las metodologías docentes para potenciar 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 para Nutricionistas, y además lo podrán hacer de forma completamente gratuita.

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



DIETOPRO.COM
software de gestión dietético-nutricional

i-Diet

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 destacadas:

- ♦ **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.

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.

07

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

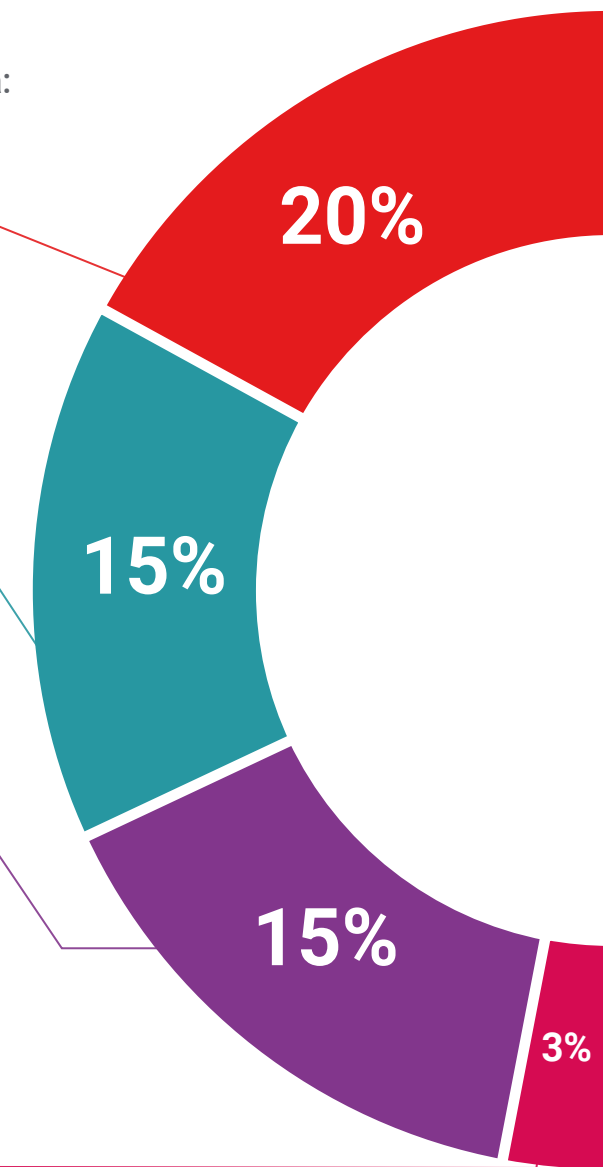
Presentamos los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audio, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

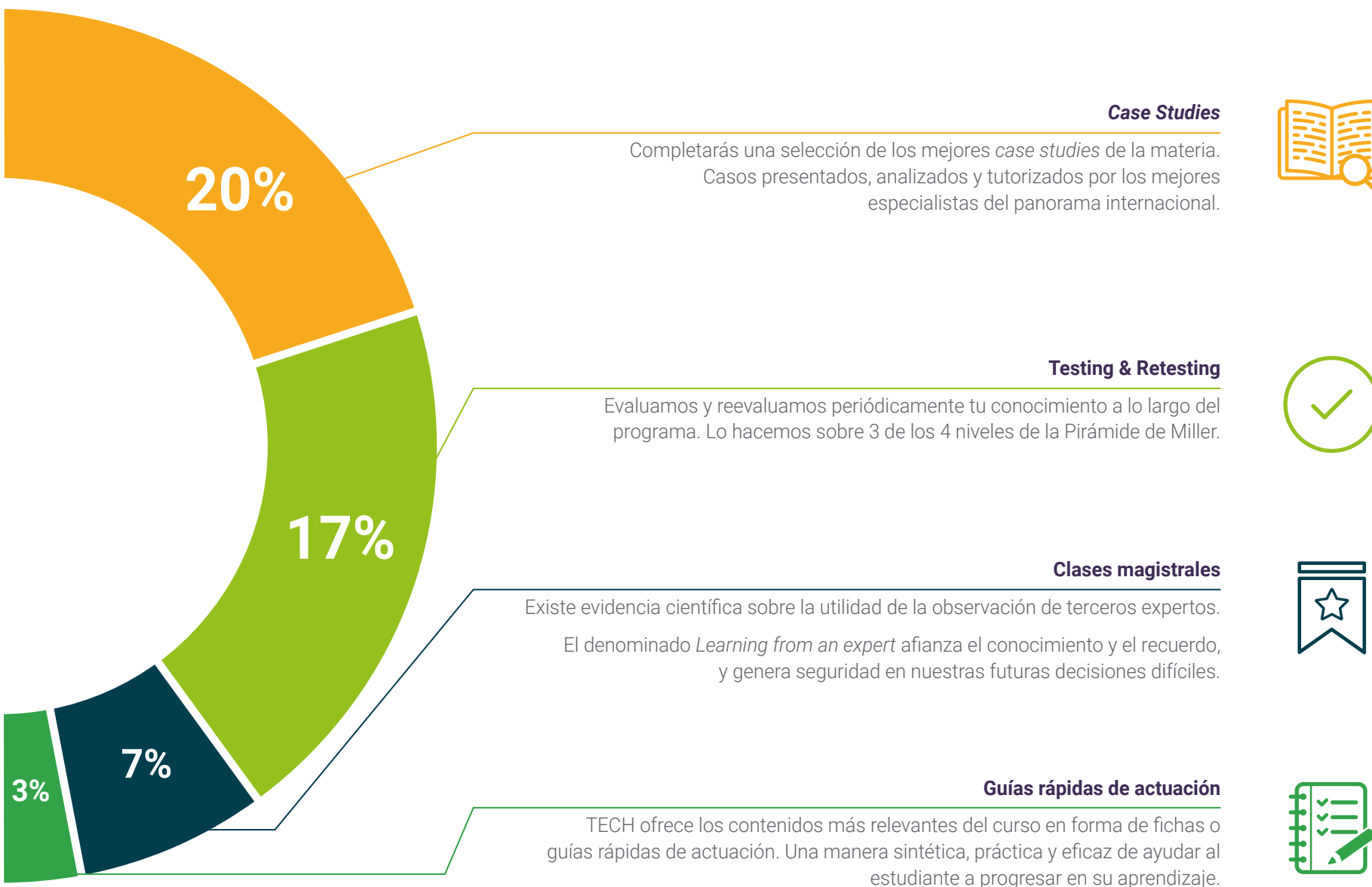
Este sistema exclusivo educativo para la presentación de contenidos multimedia fue premiado por Microsoft como "Caso de éxito en Europa".



Lecturas complementarias

Artículos recientes, documentos de consenso, guías internacionales... En nuestra biblioteca virtual tendrás acceso a todo lo que necesitas para completar tu capacitación.





08

Cuadro docente

El cuadro docente de este programa está conformado por profesionales con una sólida trayectoria en Nutrición Deportiva y amplia experiencia en el ámbito acuático. Sus perfiles combinan investigación científica, práctica clínica y colaboración con atletas de élite, lo que asegura una educación de alto nivel. Además, los docentes aportan una visión actualizada de las tendencias nutricionales y las estrategias de recuperación aplicadas en disciplinas como la natación, el waterpolo y el triatlón. De esta manera, se garantiza un aprendizaje riguroso, dinámico y orientado a la realidad profesional, donde la excelencia académica se une con la aplicación práctica.



“

Aprende con un cuadro docente compuesto por especialistas reconocidos en Nutrición y Deporte Acuático, que aportan experiencia, actualidad y visión aplicada al entorno 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, 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



09

Titulación

El Experto Universitario en Nutrición en el Deporte Acuático para Nutricionistas garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de 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 para Nutricionistas** 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.

TECH, es miembro de la distinguida organización profesional **The Chartered Association of Sport and Exercise Sciences (CASES)**. Este vínculo reafirma su compromiso con la excelencia en la gestión y capacitación especializada en el ámbito deportivo.

Aval/Membresía



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

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 para Nutricionistas

- » 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 para Nutricionistas

Aval/Membresía

A background image of a woman in a light blue tank top drinking from a large black water bottle. She is wearing grey athletic gloves. The image is partially obscured by diagonal white and dark blue geometric shapes.

tech
universidad