

Máster Semipresencial

Nutrición Deportiva

Avalado por la NBA





Máster Semipresencial

Nutrición Deportiva

Modalidad: Semipresencial (Online + Prácticas Clínicas)

Duración: 12 meses

Titulación: TECH Global University

Créditos: 60 + 4 ECTS

Acceso web: www.techtute.com/nutricion/master-semipresencial/master-semipresencial-nutricion-deportiva

Índice

01

Presentación

pág. 4

02

¿Por qué cursar este
Máster Semipresencial?

pág. 8

03

Objetivos

pág. 12

04

Competencias

pág. 18

05

Dirección del curso

pág. 22

06

Estructura y contenido

pág. 28

07

Prácticas Clínicas

pág. 34

08

¿Dónde puedo hacer
las Prácticas Clínicas?

pág. 40

09

Metodología de estudio

pág. 44

10

Titulación

pág. 54

01

Presentación

Consumir una dieta adecuada a las necesidades de entrenamiento y condición física, se vuelve especialmente importante cuando se trata de deportistas profesionales o de personas que realizan un ejercicio intenso. En este contexto, la figura del médico es fundamental, ya que debe ser capaz de guiar al individuo y asesorarle en materia nutricional para que alcance de forma eficiente sus metas y mantenga un estado de salud óptimo. Es entonces, de vital importancia que los especialistas del área de la alimentación dominen el tema de la Nutrición Deportiva para brindar un adecuado diagnóstico y tratamiento a sus pacientes. Con este programa de carácter semipresencial el profesional de la salud podrá vivenciar los estudios teóricos 100% online, en una estancia práctica de 3 semanas en un centro de prestigio, atendiendo casos reales al lado de médicos expertos.





“

Este Máster Semipresencial te brinda la facilidad y calidad que necesitas para actualizar tu carrera profesional: estudios 100% online combinados con una jornada práctica de 3 semanas en uno de los centros más reconocidos en el área de la salud”

Cada vez, es más común las personas que introducen la actividad deportiva en su día a día. 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. Para alcanzarlo, se hace necesario la asesoría de especialistas que estén actualizados en las últimas tendencias en Nutrición Deportiva.

Una planificación dietética adaptada a las modalidades deportivas se hace necesaria no sólo para que el paciente pueda consumir una dieta equilibrada, sino también porque combinando la correcta alimentación de acuerdo al tipo de ejercicio, el deportista podrá elevar su nivel de rendimiento y alcanzar mejores resultados.

Este programa ofrece la posibilidad de profundizar y actualizar los conocimientos en Nutrición Deportiva, con el contenido más exhaustivo y detallado seleccionado por expertos en el tema. Pone el foco en los aspectos más importantes e innovadores de la alimentación en la práctica deportiva ofreciendo al profesional de la salud una oportunidad de estudio completa y actualizada.

Con una parte 100% online a través de un moderno Campus Virtual y la metodología *Relearning* implementada por TECH, y que ha hecho que cada vez más los profesionales la elijan su mejor opción de actualización. Y esto, sobre todo, por la Capacitación Práctica exclusiva de este programa, a realizarse una vez aprobadas todos los temas del programa teórico. La misma, constará de jornadas vivenciales de 8 horas de lunes a viernes y durante 3 semanas en un centro de reconocida prestancia.

Además, dentro del vasto repertorio de herramientas multimedia innovadoras, se destacan diez *Masterclasses* únicas y complementarias, dirigidas por un docente de renombre internacional especializado en el ámbito de la Nutrición Deportiva. Así, bajo su tutela, los egresados tendrán destrezas y adquirirán los fundamentos esenciales para sobresalir en este solicitado campo, respaldados por los estándares de excelencia que distinguen a TECH.

Este **Máster Semipresencial en Nutrición Deportiva** contiene el programa científico más completo y actualizado del mercado. Sus características más destacadas son:

- ♦ Desarrollo de más de 100 casos prácticos presentados por profesionales expertos en el área de Ciencias de la Salud
- ♦ Sus contenidos gráficos, esquemáticos y eminentemente prácticos con los que están concebidos, recogen una información científica y asistencial sobre aquellas disciplinas médicas indispensables para el ejercicio profesional
- ♦ Planes integrales de actuación sistematizada ante las problemáticas del sector salud
- ♦ Presentación de talleres prácticos sobre Nutrición Clínica
- ♦ Sistema interactivo de aprendizaje basado en algoritmos para la toma de decisiones sobre las situaciones planteadas
- ♦ Guías de práctica clínica sobre el abordaje de las diferentes patologías
- ♦ Especial hincapié en las tendencias en nutrición y nuevas patologías
- ♦ Todo esto se complementará con lecciones teóricas, preguntas al experto, foros de discusión de temas controvertidos y trabajos de reflexión individual
- ♦ Disponibilidad de los contenidos desde cualquier dispositivo fijo o portátil con conexión a internet
- ♦ Además, podrás realizar una estancia de prácticas clínicas en uno de los mejores centros hospitalarios

“

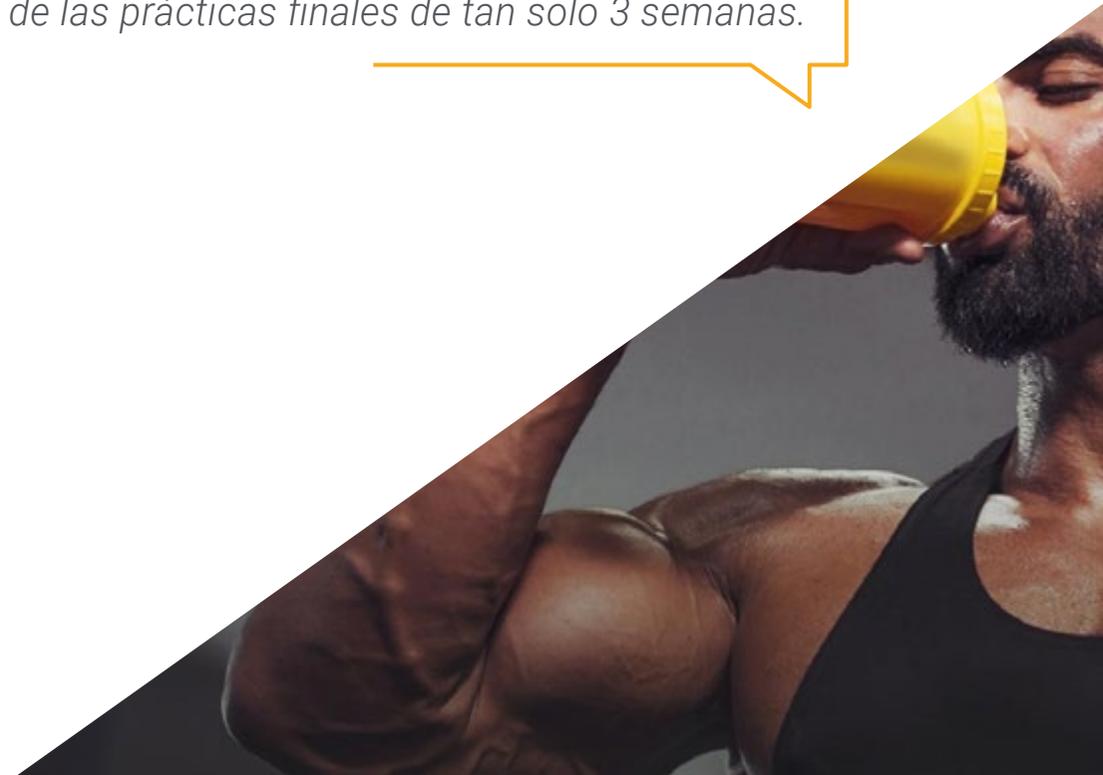
TECH pone a tu disposición un programa diseñado por profesionales mentados y expertos en el área de Nutrición Deportiva del país”

En esta propuesta de Máster, de carácter profesional y modalidad semipresencial, el programa está dirigido a la actualización de los profesionales de la salud que desean ampliar sus conocimientos en el tema de Nutrición Deportiva y para ello requieren un alto nivel de cualificación. Los contenidos están basados en la última evidencia en la materia, y orientados de manera didáctica para integrar el saber teórico en la práctica profesional, y los elementos teórico-prácticos facilitarán la actualización del conocimiento y permitirán la toma de decisiones en entornos inciertos.

Gracias a su contenido multimedia elaborado con la última tecnología educativa, permitirán al profesional de la Salud un aprendizaje situado y contextual, es decir, un entorno simulado que proporcionará un aprendizaje inmersivo programado para entrenarse ante situaciones reales. El diseño de este programa se centra en el Aprendizaje Basado en Problemas, mediante el cual deberá tratar de resolver las distintas situaciones de práctica profesional que se le planteen a lo largo del mismo. Para ello, contará con la ayuda de un novedoso sistema de vídeo interactivo realizado por reconocidos expertos.

Prepárate ante los nuevos retos que implica la Nutrición en un área tan importante y diversa como el Deporte, para que tus pacientes se sientan más fuertes, seguros y felices.

Podrás adecuar el proceso de estudio sin trastocar tus responsabilidades actuales, disponiendo de un sistema 100% online y una correcta planificación de las prácticas finales de tan solo 3 semanas.



02

¿Por qué cursar este Máster Semipresencial?

Los grandes resultados que se han obtenido de la aplicación especializada de dietas concretas para la práctica deportiva han fomentado la inclusión de esta estrategia en el día a día de muchísimos atletas. Esto ha motivado, además, la investigación en esta área, dando como resultado pautas y estrategias cada vez más específicas en función a las necesidades del paciente. En base a ello, TECH ha puesto en marcha un completo programa que aúna la teoría y la práctica en una experiencia sin parangón con la que, sin lugar a dudas, el especialista podrá elevar su carrera profesional a la cúspide del sector.



“

Una dieta equilibrada es clave para la buena salud, sobre todo si se trata de un deportista. Por eso, en este programa encontrarás las claves para diseñar planes nutricionales inigualables”

1. Actualizarse a partir de la última tecnología disponible

El propio nombre de TECH indica que se trata de un centro académico cuya actividad se basa en el uso de las herramientas más innovadoras que se han desarrollado hasta el momento. Por ello, también exige a los centros clínicos en los cuales tienen lugar las estancias prácticas que cuenten con la aparatología más sofisticada y vanguardista, brindándole la oportunidad al egresado de acceder a ella y de perfeccionar sus competencias en el manejo de las mismas.

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

Desde el primer momento, el egresado contará con el apoyo de los mejores profesionales, tanto en el apartado teórico como durante la estancia práctica. De esta manera, podrá actualizar su praxis de manera garantizada, sirviéndose de su experiencia para llevar a cabo una actualización exhaustiva y basada en la trayectoria de auténticos expertos en el área de la Nutrición Deportiva.

3. Adentrarse en entornos clínicos de primera

El tutor que se le asignará al egresado velará porque se cumplan todos los requisitos para los cuales fue diseñada esta experiencia académica. Entre ellos, el de participar de manera activa y protagonista en el manejo de los casos que se presenten en la consulta durante la estancia. Así, podrá poner en práctica sus conocimientos, trabajando de manera activa en la actualización de los mismos a través de la aplicación de las estrategias que considere oportunas en cada contexto.





4. Combinar la mejor teoría con la práctica más avanzada

Programas como este Máster Semipresencial son ideales, ya que combinan la teoría más novedosa, con la práctica in situ, dándole la oportunidad al egresado de actualizar su praxis de manera integral y exhaustiva. Por eso, TECH hace especial hincapié en su lanzamiento, para poner a disposición de los egresados todos los recursos que le permitan ponerse al día de manera garantizada.

5. Expandir las fronteras del conocimiento

El curso y la superación de todos los requisitos que componen este Máster Semipresencial aportarán al egresado un plus de calidad inherente, el cual se materializará en la posibilidad de ejercer su actividad en cualquier parte del mundo. El centro clínico en el que se llevará a cabo la estancia forma parte de una red internacional de clínicas que trabajan de manera compaginada en pro del avance de la asistencia clínica en todos sus ámbitos, desarrollando pautas de actuación genéricas a nivel mundial.

“

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

03

Objetivos

Este Máster Semipresencial en Nutrición Deportiva, tiene como objetivo principal el desarrollo de la actualización teórico-práctica en el profesional de la salud, de forma que consiga dominar de manera práctica y rigurosa el estudio de la Nutrición Deportiva. Asimismo, despliega una serie de objetivos específicos donde se evidencia la profundización de cada uno de los aspectos que comprenden el contenido de este programa, los cuales, luego de la puesta al día se desarrollarán en la práctica otorgando un carácter pragmático al proceso de aprendizaje.





“

Ver resultados eficientes en sus pacientes es fundamental para todo profesional de la salud. Por lo que la actualización es imperante para alcanzar dicho objetivo”



Objetivo general

- Este Máster Semipresencial en Nutrición Deportiva tiene entre sus 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. De igual forma, pretende 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. Por lo que, la estancia en el centro hospitalario será clave para llevar a la práctica todo lo aprendido

“

Un programa exclusivo de TECH, para actualizarte en los estudios más avanzados sobre Nutrición Deportiva. Con una capacitación práctica que ampliará tu visión diagnóstica del paciente”





Objetivos específicos

Módulo 1. Nuevos avances en alimentación

- ♦ 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

Módulo 2. Tendencias actuales en nutrición

- ♦ 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

Módulo 3. Valoración del estado nutricional y de la dieta. Aplicación en la práctica

- ♦ 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

Módulo 4. Alimentación en la práctica deportiva

- ♦ Explicar la normativa actual antidopaje
- ♦ Identificar los trastornos psicológicos relacionados con la práctica del deporte y la nutrición

Módulo 5. Fisiología muscular y metabólica relacionada con el ejercicio

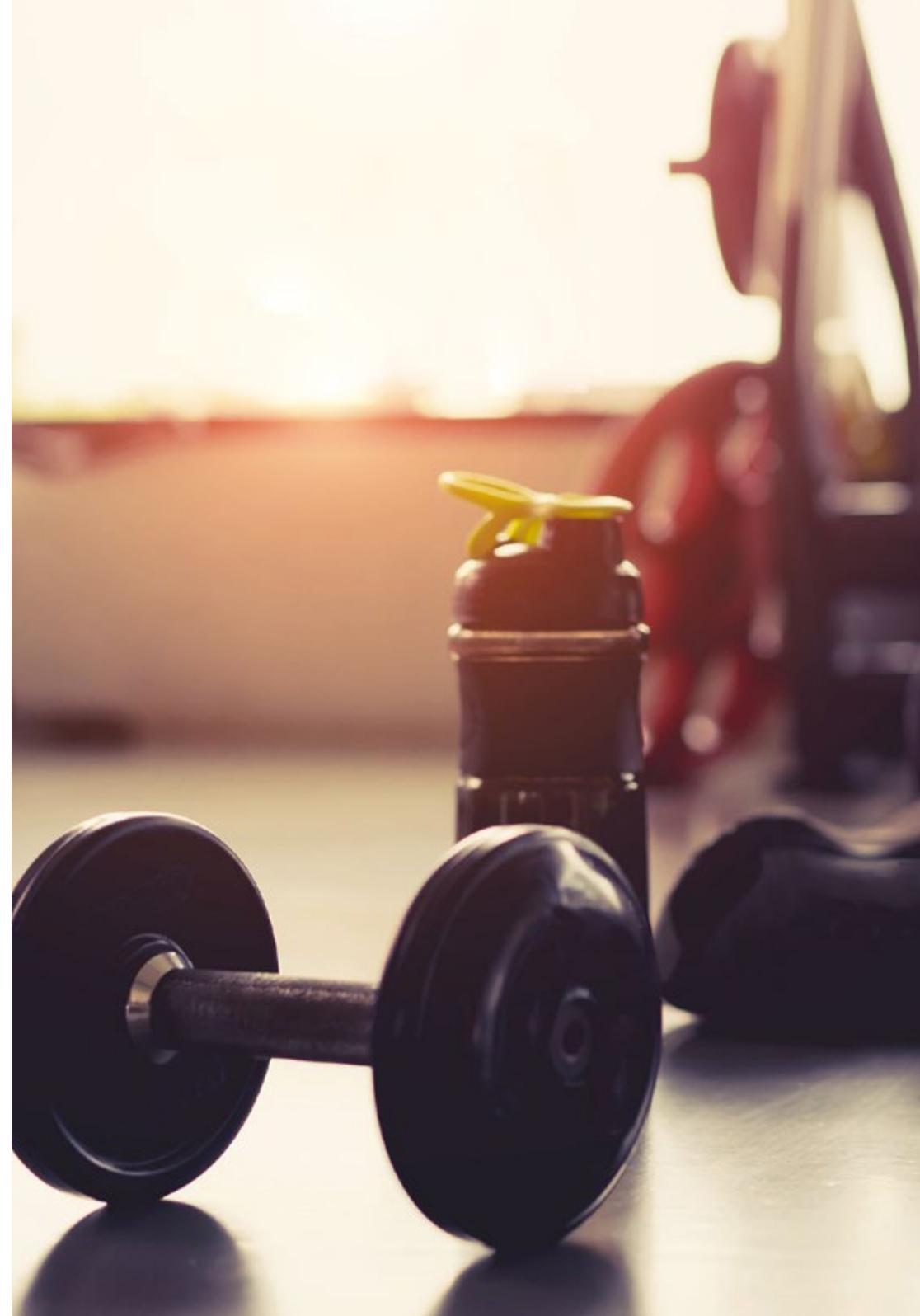
- ♦ Conocer de manera profunda la estructura del músculo esquelético
- ♦ Comprender en profundidad el funcionamiento del músculo esquelético
- ♦ Profundizar en las adaptaciones más importantes que se producen en deportistas
- ♦ Profundizar en los mecanismos de producción de energía con base en el tipo de ejercicio realizado
- ♦ Profundizar en la integración de los diferentes sistemas energéticos que conforman el metabolismo energético del músculo

Módulo 6. Vegetarianismo y veganismo

- ♦ Diferenciar entre los distintos tipos de deportistas vegetarianos
- ♦ Conocer de manera profunda los principales errores cometidos
- ♦ Tratar las notables carencias nutricionales que presentan los deportistas
- ♦ Manejar habilidades que permitan dotar al deportista de las mejores herramientas a la hora de combinar alimentos

Módulo 7. Diferentes etapas o poblaciones específicas

- ♦ Explicar características particulares a nivel fisiológico a tener en cuenta en el abordaje nutricional de los diferentes colectivos
- ♦ Comprender en profundidad los factores externos e internos que influyen en el abordaje nutricional de estos colectivos





Módulo 8. Nutrición para la readaptación y recuperación funcional

- ♦ Abordar el concepto de alimentación integral como elemento clave en el proceso de readaptación y recuperación funcional
- ♦ Distinguir las diferentes estructuras y propiedades tanto de macronutrientes como de micronutrientes
- ♦ Priorizar la importancia tanto de la ingesta de agua como de la hidratación en los procesos de recuperación
- ♦ Analizar los diferentes tipos de fitoquímicos y su papel esencial en la mejora del estado de salud y la regeneración del organismo

Módulo 9. Alimentación, salud y prevención de enfermedad: problemática actual y recomendaciones para la población general

- ♦ Analizar hábitos de alimentación del paciente, así como su problemática y motivación
- ♦ Actualizar las recomendaciones nutricionales basadas en la evidencia científica para su aplicación en la práctica clínica
- ♦ Capacitar para el diseño de estrategias de educación nutricional y atención al paciente

Módulo 10. Valoración del estado nutricional y cálculo de planes nutricionales personalizados, recomendaciones y seguimiento

- ♦ Adecuar valoración del caso clínico, interpretación de causas y riesgos
- ♦ Calcular de forma personalizada los planes nutricionales teniendo en cuenta todas las variables individuales
- ♦ Planificar planes nutricionales y modelos para la una recomendación completa y práctica

04

Competencias

Después de haber superado las evaluaciones del Máster Semipresencial en Nutrición Deportiva, el profesional de la salud habrá perfeccionado las competencias requeridas para una atención y diagnóstico eficiente del paciente que desempeñe actividades físicas y deportivas. Una vez superadas las evaluaciones teóricas y prácticas podrá desempeñarse de manera autónoma ante situaciones diversas relacionadas con el tema estudiado, al igual que aportar soluciones innovadoras y efectivas en su entorno o equipo de trabajo.





“

Luego de la superación de este Máster Semipresencial el médico brindará soluciones más eficientes e innovadoras, en pro del bienestar del paciente y alcanzando un mayor reconocimiento profesional”



Competencias generales

- Aplicar las nuevas tendencias en Nutrición Deportiva
- Aplicar las nuevas corrientes de la Nutrición según las patologías del adulto
- Investigar los problemas nutricionales de sus pacientes

“

En el programa encontrarás las claves para ayudar a tus pacientes con trastornos psicológicos derivados de la práctica del deporte y la Nutrición, de manera innovadora y efectiva”





Competencias específicas

- Valorar el estado nutricional de un paciente
- Identificar problemas nutricionales de los pacientes y aplicar los tratamientos y dietas más precisos en cada caso
- Conocer las composiciones de los alimentos, identificar sus utilidades y añadirlas a las dietas de los pacientes que las necesitan
- Conocer las normas antidopaje
- Estar al día en seguridad alimentaria y conocer los posibles peligros de los alimentos
- Identificar los beneficios de la dieta mediterránea
- Identificar las necesidades energéticas de los deportistas y realizarles dietas adecuadas

05

Dirección del curso

Este programa de actualización consta de un cuadro de docentes avanzados, integrado por doctores de renombre en el área médica española, así como profesionales de la salud en diversas ramas que integran un equipo multidisciplinar. El cual ha tenido la responsabilidad de seleccionar de forma metódica todo el contenido y acompañará al alumno en su proceso de capacitación. La conjunción de su capacidad práctica, con la teoría-científica más reciente hace que el programa tenga una calidad destacada.



“

Frente a la dirección de este Máster Semipresencial se encuentran los más avezados profesionales de la salud, seleccionados por TECH”

Directora Invitada Internacional

Shelby Johnson posee una destacada carrera como **Nutricionista Deportiva**, especializada en **deportes universitarios en Estados Unidos**. De hecho, su experiencia y conocimientos específicos en esta área han resultado clave en su objetivo de contribuir al mejor desempeño de los **atletas de alto rendimiento**.

Como **Directora de Nutrición Deportiva** en la Universidad de Duke, ha proporcionado asistencia en el **ámbito nutricional y de la salud** a los **estudiantes deportistas**. Además, ha formado parte del **grupo de nutricionistas** de la Universidad de Misuri y de los equipos de **fútbol, lacrosse** y **baloncesto femenino** de la Universidad de Florida.

Igualmente, su compromiso por ofrecer a los **jóvenes atletas** el mejor **asesoramiento nutricional** durante sus entrenos y competiciones, la ha llevado a desempeñar una notable labor en este campo profesional. De esta manera, para garantizar la mejor **atención a los deportistas**, se ha encargado de realizar **análisis de composición corporal** y **construir planes personalizados**, según el objetivo de cada persona. Asimismo, ha orientado a los **deportistas** sobre las **dietas** más adecuadas a sus esfuerzos físicos, con el fin de contribuir a su pleno desempeño y evitar problemas de **salud**.

Durante su etapa profesional, Shelby Johnson ha ejercido una labor integral en **nutrición deportiva**, y es que su capacidad para adaptarse a diferentes disciplinas le ha permitido ampliar sus áreas de ocupación y ofrecer una atención mucho más precisa.

Así, gracias a su capacitación y experiencia, ha creado una **Política de Sensibilidad Alimentaria para la Salud Deportiva**, buscando poner en valor la relevancia de la correcta **nutrición para la salud**. Por ello, su objetivo siempre ha sido difundir toda información que ayude a los **deportistas** a concienciarse sobre los mejores **nutrientes, vitaminas y alimentos** para lograr sus objetivos.



Dña. Johnson, Shelby

- ♦ Directora de Nutrición Deportiva en la Universidad de Duke, Durham, Estados Unidos
- ♦ Asesora Nutricionista
- ♦ Nutricionista de los equipos de fútbol, lacrosse y baloncesto femenino en la Universidad de Florida
- ♦ Especialista en Nutrición Deportiva
- ♦ Máster en Fisiología Aplicada y Kinesiología por la Universidad de Florida
- ♦ Graduada en Dietética por la Universidad de Lipscomb

“

Gracias a TECH podrás aprender con los mejores profesionales del mundo”

Director Invitado



Dr. Pérez de Ayala, Enrique

- ♦ Jefe del Servicio de Medicina Deportiva en la Policlínica Gipuzkoa
- ♦ Licenciado en Medicina por la Universidad Autónoma de Barcelona
- ♦ Máster en Valoración del Daño Corporal
- ♦ Experto en Biología y Medicina del Deporte por la Universidad Pierre et Marie Curie
- ♦ Exjefe de la Sección de Medicina Deportiva de la Real Sociedad de Fútbol
- ♦ Miembro de: Asociación Española de Médicos de Equipos de Fútbol, Federación Española de Medicina Deportiva y Sociedad Española de Medicina Aeroespacial



Profesores

Dña. Urbeltz, Uxue

- ♦ Monitora en BPX, Patronato de Deportes de San Sebastián
- ♦ Dietista en Policlínica Gipuzkoa
- ♦ Grado Superior en Dietética y Nutrición
- ♦ Grado en Ingeniería de Innovación en Procesos y Productos Alimentarios por la Universidad Pública de Navarra
- ♦ Posgrado Online en Microbiota por Regenera
- ♦ Certificado en Antropometría ISAK Nivel 1 por The International Society for the Advancement of Kinanthropometry (ISAK)

Dña. Aldalur Mancisidor, Ane

- ♦ Dietista Especializada en Alimentación Basada en Plantas
- ♦ Grado en Enfermería
- ♦ Grado Superior Técnico en Dietética y Nutrición por Cebanc
- ♦ Experto en TCA y Nutrición Deportiva
- ♦ Miembro del Gabinete de Dietética del Servicio Vasco de la Salud

“

Combinarás teoría y práctica profesional a través de un enfoque educativo exigente y gratificante”

06

Estructura y contenido

El temario se ha diseñado bajo un minucioso análisis de los profesionales expertos encargados de este programa, atendiendo a las estrictas especificaciones de TECH para ajustarlo a una metodología online basada en el *Realerning*, y combinarla con una jornada final de prácticas por 3 semanas en un centro clínico de reconocida trayectoria. Estableciendo así, un plan de estudios dividido en 4 módulos bien detallados, que ofrecen una amplia perspectiva de la Nutrición Deportiva.



“

La totalidad del contenido que incluye este programa podrá ser descargado en cualquier dispositivo con conexión a internet, para su consulta, incluso, una vez superado en su totalidad”

Módulo 1. Nuevos avances en alimentación

- 1.1. Bases moleculares de la nutrición
- 1.2. Actualización en la composición de alimentos
- 1.3. Tablas de composición de alimentos y bases de datos nutricionales
- 1.4. Fitoquímicos y compuestos no nutritivos
- 1.5. Nuevos alimentos
 - 1.5.1. Nutrientes funcionales y compuestos bioactivos
 - 1.5.2. Probióticos, prebióticos y simbióticos
 - 1.5.3. Calidad y diseño
- 1.6. Alimentos ecológicos
- 1.7. Alimentos transgénicos
- 1.8. El agua como nutriente
- 1.9. Seguridad alimentaria
 - 1.9.1. Peligros físicos
 - 1.9.2. Peligros químicos
 - 1.9.3. Peligros microbiológicos
- 1.10. Nuevo etiquetado alimentario e información al consumidor
- 1.11. Fitoterapia aplicada a patologías nutricionales

Módulo 2. Tendencias actuales en nutrición

- 2.1. Nutrigenética
- 2.2. Nutrigenómica
 - 2.2.1. Fundamentos
 - 2.2.2. Métodos
- 2.3. Inmunonutrición
 - 2.3.1. Interacciones nutrición-inmunidad
 - 2.3.2. Antioxidantes y función inmune
- 2.4. Regulación fisiológica de la alimentación. Apetito y saciedad
- 2.5. Psicología y alimentación
- 2.6. Nutrición y sueño
- 2.7. Actualización en objetivos nutricionales e ingestas recomendadas
- 2.8. Nuevas evidencias en dieta mediterránea

Módulo 3. Valoración del estado nutricional y de la dieta. Aplicación en la práctica

- 3.1. Bioenergética y nutrición
 - 3.1.1. Necesidades energéticas
 - 3.1.2. Métodos de valoración del gasto energético
- 3.2. Valoración del estado nutricional
 - 3.2.1. Análisis de la composición corporal
 - 3.2.2. Diagnóstico clínico. Síntomas y signos
 - 3.2.3. Métodos bioquímicos, hematológicos e inmunológicos
- 3.3. Valoración de la ingesta
 - 3.3.1. Métodos de análisis de la ingesta de alimentos y nutrientes
 - 3.3.2. Métodos directos e indirectos
- 3.4. Actualización en requerimientos nutricionales e ingestas recomendadas
- 3.5. Alimentación en el adulto sano. Objetivos y guías. Dieta mediterránea
- 3.6. Alimentación en la menopausia
- 3.7. Nutrición en las personas de edad avanzada

Módulo 4. Alimentación en la práctica deportiva

- 4.1. Fisiología del ejercicio
- 4.2. Adaptación fisiológica a los distintos tipos de ejercicio
- 4.3. Adaptación metabólica al ejercicio. Regulación y control
- 4.4. Valoración de las necesidades energéticas y del estado nutricional del deportista
- 4.5. Valoración de la capacidad física del deportista
- 4.6. Alimentación en las distintas fases de la práctica deportiva
 - 4.6.1. Precompetitiva
 - 4.6.2. Durante
 - 4.6.3. Post-competición
- 4.7. Hidratación
 - 4.7.1. Regulación y necesidades
 - 4.7.2. Tipos de bebidas
- 4.8. Planificación dietética adaptada a las modalidades deportivas
- 4.9. Ayudas ergogénicas y normativa actual antidopaje
 - 4.9.1. Recomendaciones AMA y AEPSAD

- 4.10. La nutrición en la recuperación de las lesiones deportivas
- 4.11. Trastornos psicológicos relacionados con la práctica del deporte
 - 4.11.1. Trastornos alimentarios: vigorexia, ortorexia, anorexia
 - 4.11.2. Fatiga por sobreentrenamiento
 - 4.11.3. La triada de la atleta femenina
- 4.12. El papel del coach en el rendimiento deportivo

Módulo 5. Fisiología muscular y metabólica relacionada con el ejercicio

- 5.1. Adaptaciones cardiovasculares relativas al ejercicio
 - 5.1.1. Aumento del volumen sistólico
 - 5.1.2. Disminución de la frecuencia cardiaca
- 5.2. Adaptaciones ventilatorias relativas al ejercicio
 - 5.2.1. Cambios en el volumen ventilatorio
 - 5.2.2. Cambios en el consumo de oxígeno
- 5.3. Adaptaciones hormonales relativas al ejercicio
 - 5.3.1. Cortisol
 - 5.3.2. Testosterona
- 5.4. Estructura del músculo y tipos de fibras musculares
 - 5.4.1. La fibra muscular
 - 5.4.2. Fibra muscular tipo I
 - 5.4.3. Fibras musculares tipo II
- 5.5. Concepto de umbral láctico
- 5.6. ATP y metabolismo de los fosfágenos
 - 5.6.1. Rutas metabólicas para la resíntesis de ATP durante el ejercicio
 - 5.6.2. Metabolismo de los fosfágenos
- 5.7. Metabolismo de los hidratos de carbono
 - 5.7.1. Movilización de los hidratos de carbono durante el ejercicio
 - 5.7.2. Tipos de glucólisis
- 5.8. Metabolismo de los lípidos
 - 5.8.1. Lipólisis
 - 5.8.2. Oxidación de grasa durante el ejercicio
 - 5.8.3. Cuerpos cetónicos

- 5.9. Metabolismo de las proteínas
 - 5.9.1. Metabolismo del amonio
 - 5.9.2. Oxidación de aminoácidos
- 5.10. Bioenergética mixta de las fibras musculares
 - 5.10.1. Fuentes energéticas y su relación con el ejercicio
 - 5.10.2. Factores que determinan el uso de una u otra fuente de energía durante el ejercicio

Módulo 6. Vegetarianismo y veganismo

- 6.1. Vegetarianismo y veganismo en la historia del deporte
 - 6.1.1. Comienzos del veganismo en el deporte
 - 6.1.2. Deportistas vegetarianos en la actualidad
- 6.2. Diferentes tipos de alimentación vegetariana
 - 6.2.1. Deportista vegano
 - 6.2.2. Deportista vegetariano
- 6.3. Errores frecuentes en el deportista vegano
 - 6.3.1. Balance energético
 - 6.3.2. Consumo de proteína
- 6.4. Vitamina B12
 - 6.4.1. Suplementación de B12
 - 6.4.2. Biodisponibilidad de alga espirulina
- 6.5. Fuentes proteicas en la alimentación vegana/vegetariana
 - 6.5.1. Calidad proteica
 - 6.5.2. Sostenibilidad ambiental
- 6.6. Otros nutrientes clave en veganos
 - 6.6.1. Conversión ALA en EPA/DHA
 - 6.6.2. Fe, Ca, Vit-D y Zn
- 6.7. Valoración bioquímica/carencias nutricionales
 - 6.7.1. Anemia
 - 6.7.2. Sarcopenia
- 6.8. Alimentación vegana vs Alimentación omnívora
 - 6.8.1. Alimentación evolutiva
 - 6.8.2. Alimentación actual

- 6.9. Ayudas ergogénicas
 - 6.9.1. Creatina
 - 6.9.2. Proteína vegetal
- 6.10. Factores que disminuyen la absorción de nutrientes
 - 6.10.1. Alto consumo de fibra
 - 6.10.2. Oxalatos

Módulo 7. Diferentes etapas o poblaciones específicas

- 7.1. Nutrición en la mujer deportista
 - 7.1.1. Factores limitantes
 - 7.1.2. Requerimientos
- 7.2. Ciclo menstrual
 - 7.2.1. Fase lútea
 - 7.2.2. Fase folicular
- 7.3. Triada
 - 7.3.1. Amenorrea
 - 7.3.2. Osteoporosis
- 7.4. Nutrición en la mujer deportista embarazada
 - 7.4.1. Requerimientos energéticos
 - 7.4.2. Micronutrientes
- 7.5. Efectos del ejercicio físico en el niño deportista
 - 7.5.1. Entrenamiento de fuerza
 - 7.5.2. Entrenamiento de resistencia
- 7.6. Educación nutricional en el niño deportista
 - 7.6.1. Azúcar
 - 7.6.2. TCA
- 7.7. Requerimientos nutricionales en el niño deportista
 - 7.7.1. Hidratos de carbono
 - 7.7.2. Proteínas
- 7.8. Cambios asociados al envejecimiento
 - 7.8.1. % Grasa corporal
 - 7.8.2. Masa muscular

- 7.9. Principales problemas en el deportista senior
 - 7.9.1. Articulaciones
 - 7.9.2. Salud cardiovascular
- 7.10. Suplementación interesante en el deportista senior
 - 7.10.1. Whey protein
 - 7.10.2. Creatina

Módulo 8. Nutrición para la readaptación y recuperación funcional

- 8.1. Alimentación integral como elemento clave en la prevención y recuperación de lesiones
- 8.2. Carbohidratos
- 8.3. Proteínas
- 8.4. Grasas
 - 8.4.1. Saturadas
 - 8.4.2. Insaturadas
 - 8.4.2.1. Monoinsaturadas
 - 8.4.2.2. Poliinsaturadas
- 8.5. Vitaminas
 - 8.5.1. Hidrosolubles
 - 8.5.2. Liposolubles
- 8.6. Minerales
 - 8.6.1. Macrominerales
 - 8.6.2. Microminerales
- 8.7. Fibra
- 8.8. Agua
- 8.9. Fitoquímicos
 - 8.9.1. Fenoles
 - 8.9.2. Tioles
 - 8.9.3. Terpenos
- 8.10. Complementos alimenticios para la prevención y recuperación funcional

Módulo 9. Alimentación, salud y prevención de enfermedad: problemática actual y recomendaciones para la población general

- 9.1. Hábitos de alimentación en la población actual y riesgos en salud
- 9.2. Dieta mediterránea y sostenible
 - 9.2.1. Modelo de alimentación recomendado
- 9.3. Comparación de modelos de alimentación o “dietas”
- 9.4. Nutrición en vegetarianos
- 9.5. Infancia y adolescencia
 - 9.5.1. Nutrición, crecimiento y desarrollo
- 9.6. Adultos
 - 9.6.1. Nutrición para la mejora de calidad de vida
 - 9.6.2. Prevención
 - 9.6.3. Tratamiento de enfermedad
- 9.7. Recomendaciones en embarazo y lactancia
- 9.8. Recomendaciones en menopausia
- 9.9. Edad avanzada
 - 9.9.1. Nutrición en envejecimiento
 - 9.9.2. Cambios en composición corporal
 - 9.9.3. Alteraciones
 - 9.9.4. Malnutrición
- 9.10. Nutrición en deportistas

Módulo 10. Valoración del estado nutricional y cálculo de planes nutricionales personalizados, recomendaciones y seguimiento

- 10.1. Historia clínica y antecedentes
 - 10.1.1. Variables individuales que afectan a la respuesta del plan nutricional
- 10.2. Antropometría y composición corporal
- 10.3. Valoración de hábitos de alimentación
 - 10.3.1. Valoración nutricional del consumo de alimentos
- 10.4. Equipo interdisciplinar y circuitos terapéuticos
- 10.5. Cálculo del aporte energético
- 10.6. Cálculo de la recomendación de consumo de macro y micronutrientes
- 10.7. Recomendación de cantidades y frecuencia de consumo de alimentos
 - 10.7.1. Modelos de alimentación
 - 10.7.2. Planificación
 - 10.7.3. Distribución de tomas diarias
- 10.8. Modelos de planificación de dietas
 - 10.8.1. Menús semanales
 - 10.8.2. Toma diaria
 - 10.8.3. Metodología por intercambios de alimentos
- 10.9. Nutrición hospitalaria
 - 10.9.1. Modelos de dietas
 - 10.9.2. Algoritmos de decisiones
- 10.10. Educación
 - 10.10.1. Aspectos psicológicos
 - 10.10.2. Mantenimiento de hábitos de alimentación
 - 10.10.3. Recomendaciones al alta

07

Prácticas Clínicas

Tras superar el período de actualización online, el programa contempla un proceso de capacitación práctica en un centro de referencia en el área de la salud con el equipamiento clínico necesario con una estancia de 3 semanas en una jornada de 8 horas consecutivas, garantizando la especialización que busca el profesional y ampliando su visión ante el mundo de la Nutrición Deportiva. Destacando, la tutorización que recibirá durante todo el recorrido para la correcta aprobación de las mismas.





“

TECH te da acceso no solo a la mejor puesta al día online, sino también a unas prácticas en un centro de prestigio donde podrás relacionarte con reputados profesionales de la medicina”

El alumno, luego de superar las evaluaciones del Máster Semipresencial en Nutrición Deportiva, deberá asumir el reto de las Capacitaciones Prácticas. Para ello, TECH dispone de centros de prestigio tanto a nivel nacional como internacional que abren sus puertas para el aprendizaje de los futuros egresados. Poniendo a su disposición equipos multidisciplinarios, así como recursos técnicos y materiales necesarios para el correcto aprovechamiento de la experiencia.

Esta capacitación consta de actividad práctica presencial durante 3 semanas, en el centro elegido para tal fin. Con jornadas de 8 horas de lunes a viernes, de manera continua, al lado de un especialista que fungirá como su tutor. Esta estancia le ofrece al profesional, la oportunidad de atender situaciones reales adquiriendo las habilidades necesarias para su futuro desempeño como especialista en el área.

En esta propuesta de capacitación, de carácter completamente práctica, las actividades están dirigidas al desarrollo y perfeccionamiento de las competencias necesarias para la prestación de atención primaria en áreas y condiciones que requieren un alto nivel de cualificación, y que están orientadas a la capacitación específica para el ejercicio de la actividad, en un medio de seguridad y un alto desempeño profesional.

La enseñanza práctica se realizará con el acompañamiento y guía de los profesores y demás compañeros de entrenamiento que faciliten el trabajo en equipo y la integración multidisciplinaria como competencias transversales para la praxis médica (aprender a ser y aprender a relacionarse).



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

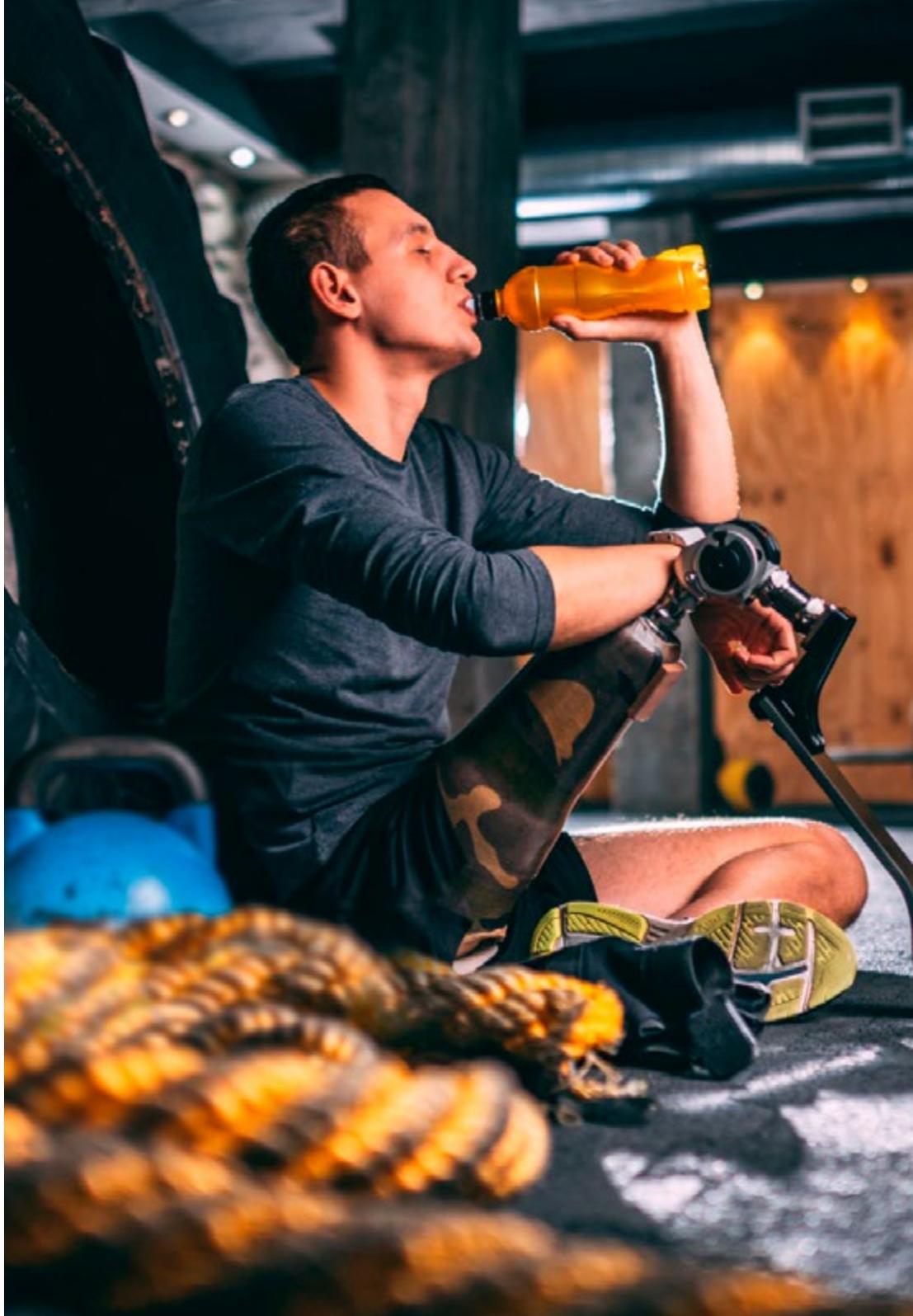
Módulo	Actividad Práctica
Avances y tendencias en alimentación	Llevar a cabo análisis de los nuevos avances en alimentación
	Desarrollar análisis en nutrigenética y en nutrigenómica
	Ahondar en la valoración de inmunonutrición
	Aplicar la regulación fisiológica de la alimentación para el apetito y saciedad
	Manejar la evaluación en Nutrición y sistema circadiano
Valoración del estado nutricional y de la dieta	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
Alimentación en la práctica deportiva especializada	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

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 el Máster Semipresencial 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 del Máster Semipresencial, 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 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 el Máster Semipresencial recibirá un certificado que le acreditará la estancia en el centro en cuestión.

5. RELACIÓN LABORAL: el Máster Semipresencial no constituirá una relación laboral de ningún tipo.

6. ESTUDIOS PREVIOS: algunos centros podrán requerir certificado de estudios previos para la realización del Máster Semipresencial. 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: el Máster Semipresencial 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.

08

¿Dónde puedo hacer las Prácticas Clínicas?

En el marco de brindar una educación de élite para todos, este Máster Semipresencial contempla una estancia práctica de 3 semanas en un centro clínico de prestigio. Gracias al proceso exhaustivo de selección de TECH, para ofrecer al alumno la mejor capacitación del mercado. Complementando el estudio teórico con la capacitación práctica para actualizar y convalidar los conocimientos frente a casos reales y de la mano de profesionales expertos. Una oportunidad de lujo que solo es posible estudiando en la universidad digital más grande del mundo.





“

Este programa te ofrece la posibilidad de aplicar lo aprendido en centros de prestigio en el ámbito nacional e internacional, con una estancia de 3 semanas”

tech 42 | ¿Dónde puedo hacer las Prácticas Clínicas?



El alumno podrá cursar la parte práctica de este Máster Semipresencial 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





Liga Sanluiseña de Fútbol

País
Argentina

Ciudad
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

09

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 en la plataforma de reseñas Trustpilot, 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

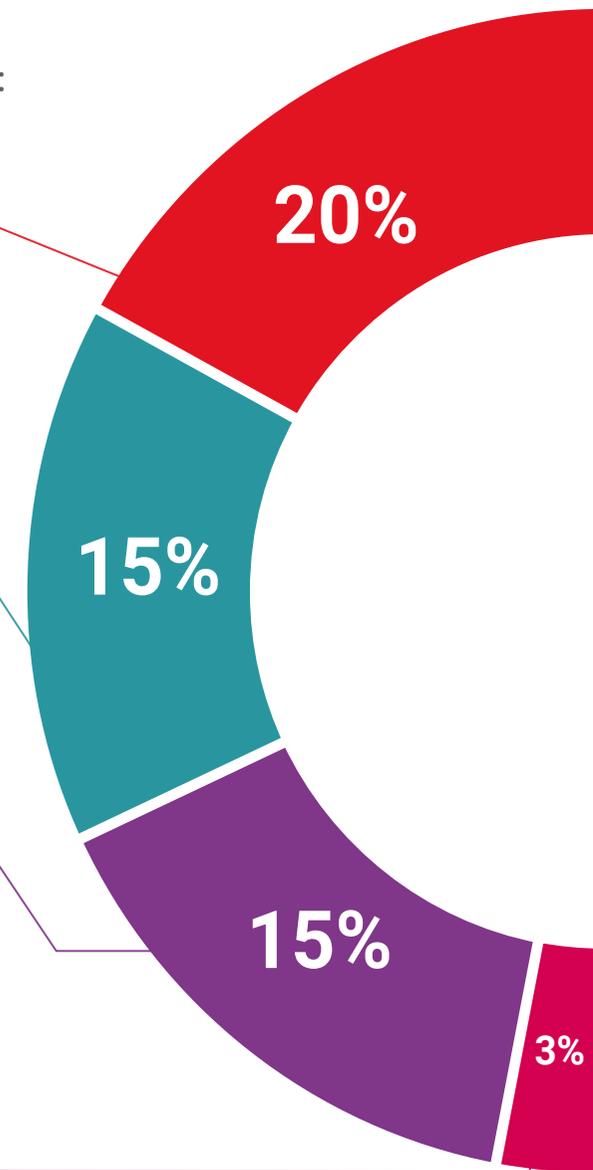
Presentamos los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audio, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

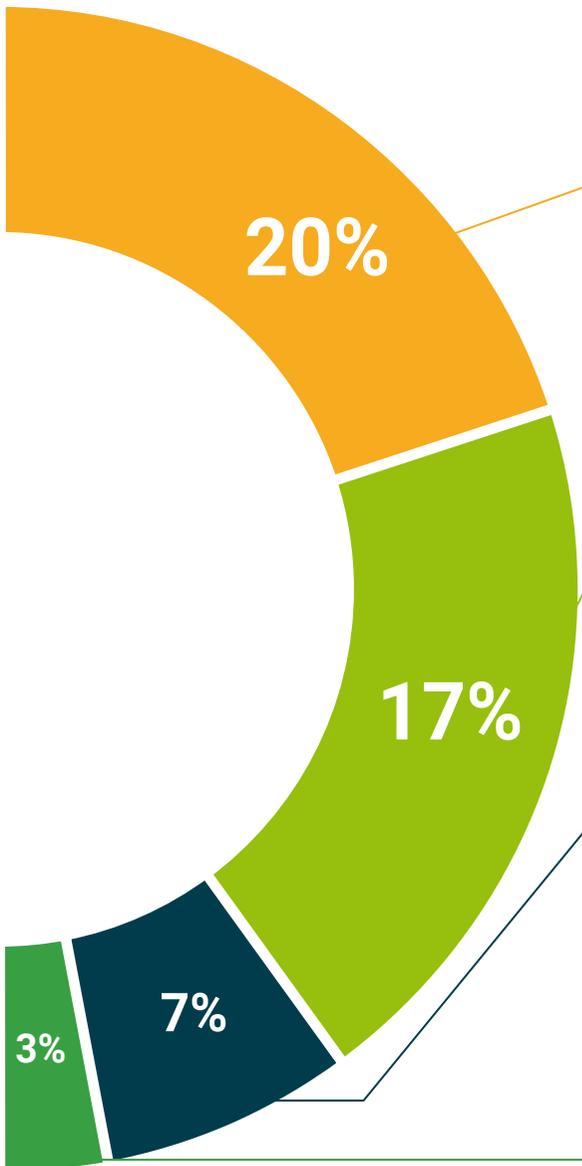
Este sistema exclusivo educativo para la presentación de contenidos multimedia fue premiado por Microsoft como "Caso de éxito en Europa".



Lecturas complementarias

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





Case Studies

Completarás una selección de los mejores *case studies* de la materia. Casos presentados, analizados y tutorizados por los mejores especialistas del panorama internacional.



Testing & Retesting

Evaluamos y reevaluamos periódicamente tu conocimiento a lo largo del programa. Lo hacemos sobre 3 de los 4 niveles de la Pirámide de Miller.



Clases magistrales

Existe evidencia científica sobre la utilidad de la observación de terceros expertos. El denominado *Learning from an expert* afianza el conocimiento y el recuerdo, y genera seguridad en nuestras futuras decisiones difíciles.



Guías rápidas de actuación

TECH ofrece los contenidos más relevantes del curso en forma de fichas o guías rápidas de actuación. Una manera sintética, práctica y eficaz de ayudar al estudiante a progresar en su aprendizaje.



10

Titulación

El Título de Máster Semipresencial en Nutrición Deportiva garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Máster Semipresencial expedido por TECH Global University.



“

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

Este programa te permitirá obtener el título propio de **Máster Semipresencial en Nutrición Deportiva** avalado por **TECH Global University**, la mayor Universidad digital del mundo.

TECH Global University, es una Universidad Oficial Europea reconocida públicamente por el Gobierno de Andorra (*boletín oficial*). Andorra forma parte del Espacio Europeo de Educación Superior (EEES) desde 2003. El EEES es una iniciativa promovida por la Unión Europea que tiene como objetivo organizar el marco formativo internacional y armonizar los sistemas de educación superior de los países miembros de este espacio. El proyecto promueve unos valores comunes, la implementación de herramientas conjuntas y fortaleciendo sus mecanismos de garantía de calidad para potenciar la colaboración y movilidad entre estudiantes, investigadores y académicos.

Este título propio de **TECH Global University**, es un programa europeo de formación continua y actualización profesional que garantiza la adquisición de las competencias en su área de conocimiento, confiriendo un alto valor curricular al estudiante que supere el programa.

Título: **Máster Semipresencial en Nutrición Deportiva**

Modalidad: **Semipresencial (Online + Prácticas Clínicas)**

Duración: **12 meses**

Créditos: **60 + 4 ECTS**

tech global university

D/Dña _____, con documento de identificación _____, ha superado con éxito y obtenido el título de:

Máster Semipresencial en Nutrición Deportiva

Se trata de un título propio de 1.920 horas de duración equivalente a 64 ECTS, con fecha de inicio dd/mm/aaaa y fecha de finalización dd/mm/aaaa.

TECH Global University es una universidad reconocida oficialmente por el Gobierno de Andorra el 31 de enero de 2024, que pertenece al Espacio Europeo de Educación Superior (EEES).

En Andorra la Vella, a 28 de febrero de 2024


 Dr. Pedro Navarro Illana
 Rector

Este título propio se deberá acompañar siempre del título universitario habilitante expedido por la autoridad competente para ejercer profesionalmente en cada país. código único TECH: AFWOR235 techinstitute.com/titulos

Máster Semipresencial en Nutrición Deportiva

Distribución General del Plan de Estudios		Distribución General del Plan de Estudios			
Tipo de materia	Créditos ECTS	Curso	Materia	ECTS	Carácter
Obligatoria (OB)	60	1	Nuevos avances en alimentación	6	OB
Optativa (OP)	0	1	Tendencias actuales en nutrición	6	OB
Prácticas Externas (PR)	4	1	Valoración del estado nutricional y de la dieta.	6	OB
Trabajo Fin de Máster (TFM)	0		Aplicación en la práctica		
		1	Alimentación en la práctica deportiva	6	OB
		1	Fisiología muscular y metabólica relacionada con el ejercicio	6	OB
		1	Vegetarianismo y veganismo	6	OB
		1	Diferentes etapas o poblaciones específicas	6	OB
		1	Nutrición para la readaptación y recuperación funcional	6	OB
		1	Alimentación, salud y prevención de enfermedad: problemática actual y recomendaciones para la población general	6	OB
		1	Valoración del estado nutricional y cálculo de planes nutricionales personalizados, recomendaciones y seguimiento	6	OB
	Total 64				


 Dr. Pedro Navarro Illana
 Rector

tech global university

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

salud futuro
confianza personas
educación información tutores
garantía acreditación enseñanza
instituciones tecnología aprendizaje
comunidad compromiso
atención personalizada innovación
conocimiento presencia calidad
desarrollo web formación
aula virtual idiomas instituciones



Máster Semipresencial Nutrición Deportiva

Modalidad: Semipresencial (Online + Prácticas Clínicas)

Duración: 12 meses

Titulación: TECH Global University

Créditos: 60 + 4 ECTS

Máster Semipresencial

Nutrición Deportiva

Avalado por la NBA

