

# Certificat

## Nutrition Sportive

Approuvé par la NBA



**tech** université  
technologique



**tech** université  
technologique

## Certificat

### Nutrition Sportive

- » Modalité: en ligne
- » Durée: 6 semaines
- » Qualification: TECH Université Technologique
- » Intensité: 16h/semaine
- » Horaire: à votre rythme
- » Examens: en ligne

Accès au site web: [www.techtitute.com/fr/nutrition/cours/nutrition-sportive](http://www.techtitute.com/fr/nutrition/cours/nutrition-sportive)

# Sommaire

01

Présentation

---

*page 4*

02

Objectifs

---

*page 8*

03

Direction de la formation

---

*page 12*

04

Structure et contenu

---

*page 16*

05

Méthodologie

---

*page 20*

06

Diplôme

---

*page 28*

01

# Présentation

Ce programme offre la possibilité d'approfondir et d'actualiser les connaissances en matière de nutrition sportive, grâce à l'utilisation des technologies éducatives les plus récentes. offre une vue d'ensemble de la nutrition clinique et sportive tout en se concentrant sur les aspects les plus importants et les plus innovants.





“

*Apprenez les dernières avancées de la spécialité avec ce programme intensif, afin d'être en mesure d'exercer une pratique nutritionnelle de qualité"*

Cette branche de la nutrition s'adresse aux professionnels qui pratiquent des sports physiques intenses. En effet, l'activité physique augmente les besoins en énergie et en certains nutriments, d'où l'importance d'une alimentation équilibrée basée sur une grande variété d'aliments, avec des critères de sélection corrects.

L'intérêt pour tout ce qui concerne la diététique et la nutrition humaine est élevé et se justifie par un certain nombre de facteurs, dont deux se détachent:

- Une demande accrue de qualité de vie dans la société occidentale, une préoccupation pour les effets de la nutrition sur le maintien de la santé et la prévention et le traitement des maladies, qui se traduit par la recherche d'une alimentation meilleure, plus saine et plus équilibrée
- La gestion de l'alimentation comme facteur préventif ou palliatif de la santé collective et personnelle

Avec cette formation, vous aurez l'occasion d'étudier un programme d'enseignement qui rassemble les connaissances les plus avancées et les plus approfondies dans le domaine, où un groupe de conférenciers d'une grande rigueur scientifique et d'une vaste expérience internationale vous fournira les informations les plus complètes et les plus récentes sur les dernières avancées et techniques en matière de Nutrition Sportive.

Ce **Certificat en Nutrition Sportive** contient le programme scientifique le plus complet et le plus actuel du marché. Les principales caractéristiques sont les suivantes:

- Développement de cas cliniques présentés par des experts en Nutrition Sportive. Ses contenus graphiques, schématiques et éminemment pratiques, avec lesquels ils sont conçus, fournissent des informations scientifiques et sanitaires sur les disciplines médicales indispensables à la pratique professionnelle
- Nouveaux développements diagnostiques et thérapeutiques en matière de performance Nutritionnelle Sportive
- Système d'apprentissage interactif basé sur des algorithmes pour la prise de décision sur des scénarios cliniques
- En particulier, l'accent est mis sur la nutrition fondée sur des preuves et les méthodologies de recherche en Nutrition Sportive
- Tout cela sera complété par des cours théoriques, des questions à l'expert, des forums de discussion sur des sujets controversés et un travail de réflexion individuel
- Les contenus sont disponibles à partir de tout appareil fixe ou portable doté d'une connexion internet



*Ce Certificat contient le programme scientifique le plus complet et le plus actuel du marché"*

“

*Ce Certificat est peut-être le meilleur investissement que vous puissiez faire dans le choix d'un programme de remise à niveau pour deux raisons: en plus de mettre à jour vos connaissances en matière de Nutrition Sportive, vous obtiendrez un diplôme de Certificat de TECH Université Technologique"*

Son corps enseignant comprend des professionnels de santé du domaine de la nutrition sportive qui apportent leur expérience à cette formation, ainsi que des spécialistes reconnus appartenant à des sociétés scientifiques de premier plan.

Grâce à son contenu multimédia développé avec les dernières technologies éducatives, les spécialistes bénéficieront d'un apprentissage situé et contextuel. Ainsi, ils se formeront dans un environnement simulé qui leur permettra d'apprendre en immersion et de s'entraîner dans des situations réelles.

La conception de ce programme est basé sur l'Apprentissage Par Problèmes, dans lequel le Nutritionniste doit essayer de résoudre les différentes situations de pratique professionnelle qui se présentent tout au long du programme académique. À cette fin, il sera assisté d'un système innovant de vidéos interactives réalisées par des experts reconnus dans le domaine de la nutrition sportive ayant une grande expérience de l'enseignement.

*Ce Certificat de remise à niveau créera un sentiment de sécurité dans l'exécution de la pratique nutritionnelle, ce qui vous aidera à vous épanouir personnellement et professionnellement.*

*Il comprend des cas cliniques afin de rapprocher le développement du programme au plus près de la réalité des soins médicaux.*



# 02 Objectifs

L'objectif principal du programme est le développement de l'apprentissage théorique et pratique, afin que le nutritionniste puisse maîtriser la Nutrition Sportive de manière pratique et rigoureuse.





“

*Ce programme vous permettra d'acquérir  
les compétences nécessaires pour être  
plus efficace dans votre travail quotidien"*



## Objectifs généraux

---

- ♦ Actualiser les connaissances du Nutritionniste sur les nouvelles tendances en matière de nutrition humaine, tant dans le domaine de la santé que dans les situations pathologiques, grâce à une nutrition fondée sur les preuves
- ♦ Promouvoir des stratégies de travail basées sur la connaissance pratique des nouvelles tendances en matière de nutrition et de son application aux pathologies de l'adulte, où la nutrition joue un rôle fondamental dans leur thérapie
- ♦ Favoriser l'acquisition de compétences et d'aptitudes techniques, grâce à un système audiovisuel performant, et la possibilité de se perfectionner par des ateliers de simulation en ligne et/ou des formations spécifiques
- ♦ Encourager la stimulation professionnelle par la formation continue et la recherche
- ♦ Former à la recherche chez les patients souffrant de problèmes nutritionnels





## Objectifs spécifiques

---

- Analyser les différentes méthodes d'évaluation de l'état nutritionnel
- Interpréter et intégrer les données anthropométriques, cliniques, biochimiques, hématologiques, immunologiques et pharmacologiques dans l'évaluation nutritionnelle du patient et dans son traitement diététique et nutritionnel
- Détection précoce et évaluation des déviations quantitatives et qualitatives dues à un excès ou à une carence dans l'équilibre nutritionnel
- Décrire la composition et les utilisations des nouveaux aliments
- Expliquer les différentes techniques et produits de soutien nutritionnel de base et avancé liés à la nutrition des patients
- Définir l'utilisation correcte des aides ergogéniques
- Expliquer la réglementation antidopage actuelle
- Identifier les troubles psychologiques liés à la pratique du sport et de la nutrition

# 03

## Direction de la formation

Notre équipe d'enseignants du Certificat en Nutrition Sportive jouit d'un grand prestige dans la profession. Ce sont des professionnels ayant des années d'expérience dans l'enseignement qui se sont réunis pour vous aider à donner un coup de pouce à votre profession. À cette fin, ils ont élaboré ce cours avec les dernières mises à jour dans le domaine qui vous permettront de vous former et d'accroître vos compétences dans ce secteur.





“

*Apprenez des meilleurs professionnels et devenez un professionnel accompli”*

## Direction



### Mme Auni3n Lavar3as, Mar3a Eugenia

- ♦ Pharmacienne et expert en Nutrition Clinique
- ♦ Auteur de l'ouvrage de r3f3rence dans le domaine de la Nutrition Clinique "La prise en Charge Di3t3tique du Surpoids en Pharmacie". (Maison d'Edition M3dica Panamericana)
- ♦ Pharmacienne ayant une grande exp3rience dans le secteur public et priv3  
Pharmacienne 3 la Pharmacie de Valence
- ♦ Assistant en Pharmacie dans la cha3ne britannique de pharmacies et de magasins de produits de sant3 et de beaut3 Boots, UK
- ♦ Dipl3m3e en Pharmacie et en Science et Technologie des Aliments. Universit3 de Valence
- ♦ Directeur du Cours Universitaire "Dermocosm3tique en Pharmacie"



# 04

## Structure et contenu

La structure des contenus a été conçue par une équipe de professionnels connaissant les implications de la formation dans la pratique Nutritionnel quotidienne sur nutrition fondée, conscients de la pertinence de l'actualité de la formation pour pouvoir agir chez le sport grâce à un enseignement de qualité à travers les nouvelles technologies éducatives.





“

*Ce Certificat Nutrition Sportive, contient le programme scientifique le plus complet et le plus récent du marché”*

## Module 1. La nutrition dans la pratique sportive

- 1.1. Physiologie de l'exercice
- 1.2. Adaptation physiologique à différents types d'exercices
- 1.3. Adaptation métabolique à l'exercice Réglementation et contrôle
- 1.4. Évaluation des besoins énergétiques et du statut nutritionnel de l'athlète
- 1.5. Évaluation de la capacité physique de l'athlète
- 1.6. La nutrition dans les différentes phases de la pratique sportive
  - 1.6.1. Pré-compétitif
  - 1.6.2. Pendant
  - 1.6.3. Après la compétition
- 1.7. Hydratation
  - 1.7.1. Réglementation et besoins
  - 1.7.2. Types de boissons
- 1.8. Planification diététique adaptée aux activités sportives
- 1.9. Les aides ergogéniques et la réglementation antidopage actuelle
  - 1.9.1. Recommandations de l'AMA et de l'AEPSAD
- 1.10. La nutrition dans la récupération des blessures sportives
- 1.11. Troubles psychologiques liés à la pratique du sport
  - 1.11.1. Troubles du comportement alimentaire: vigorexie, orthorexie, anorexie
  - 1.11.2. Fatigue due surentraînement
  - 1.11.3. La triade de l'athlète féminine
- 1.12. Le rôle de l'entraîneur dans la performance sportive





“

*Une expérience éducative unique,  
clé et décisive pour stimuler votre  
développement professionnel”*

# 05

# Méthodologie

Ce programme de formation offre une manière différente d'apprendre. Notre méthodologie est développée à travers un mode d'apprentissage cyclique: ***el Relearning***.

Ce système d'enseignement s'utilise, notamment, dans les Écoles de Médecine les plus prestigieuses du monde. De plus, il a été considéré comme l'une des méthodologies les plus efficaces par des magazines scientifiques de renom comme par exemple le ***New England Journal of Medicine***.



“

*Découvrez le Relearning, un système qui laisse de côté l'apprentissage linéaire conventionnel au profit des systèmes d'enseignement cycliques: une façon d'apprendre qui a prouvé son énorme efficacité, notamment dans les matières dont la mémorisation est essentielle"*

## À TECH, nous utilisons la méthode des cas

Dans une situation clinique donnée: que doit faire un professionnel? Tout au long du programme, vous serez confronté à de multiples cas cliniques simulés, basés sur des patients réels, dans lesquels vous devrez enquêter, établir des hypothèses et finalement résoudre la situation. Il existe de nombreux faits scientifiques prouvant l'efficacité de cette méthode. Les spécialistes apprennent mieux, plus rapidement et plus durablement dans le temps.

*Avec TECH, le nutritionniste fait l'expérience d'une méthode d'apprentissage qui ébranle les fondements des universités traditionnelles du monde entier.*



Selon le Dr Gérvas, le cas clinique est la présentation commentée d'un patient, ou d'un groupe de patients, qui devient un "cas", un exemple ou un modèle illustrant une composante clinique particulière, soit en raison de son pouvoir pédagogique, soit en raison de sa singularité ou de sa rareté. Il est essentiel que le cas soit ancré dans la vie professionnelle actuelle, en essayant de recréer les contraintes réelles de la pratique professionnelle de la nutrition.

“

*Saviez-vous que cette méthode a été développée en 1912 à Harvard pour les étudiants en Droit? La méthode des cas consiste à présenter aux apprenants des situations réelles complexes pour qu'ils s'entraînent à prendre des décisions et pour qu'ils soient capables de justifier la manière de les résoudre. En 1924, elle a été établie comme une méthode d'enseignement standard à Harvard"*

#### L'efficacité de la méthode est justifiée par quatre acquis fondamentaux:

1. Les nutritionnistes qui suivent cette méthode parviennent non seulement à assimiler les concepts, mais aussi à développer leur capacité mentale grâce à des exercices permettant d'évaluer des situations réelles et d'appliquer leurs connaissances.
2. L'apprentissage est solidement traduit en compétences pratiques qui permettent au nutritionniste de mieux intégrer les connaissances dans la pratique clinique.
3. Grâce à l'utilisation de situations issues de la réalité, on obtient une assimilation plus simple et plus efficace des idées et des concepts.
4. Le sentiment d'efficacité de l'effort investi devient un stimulus très important pour les étudiants, qui se traduit par un plus grand intérêt pour l'apprentissage et une augmentation du temps passé à travailler sur le cours.



## Relearning Methodology

À TECH, nous enrichissons la méthode des cas avec la meilleure méthodologie d'enseignement 100% en ligne du moment: le Relearning.

Notre Université est la première au monde à combiner l'étude de cas cliniques avec un système d'apprentissage 100% en ligne basé sur la pratique et combinant un minimum de 8 éléments différents dans chaque cours. Ceci représente une véritable révolution par rapport à une simple étude et analyse de cas.

*Le nutritionniste apprendra à travers des études de cas réels ainsi qu'en s'exerçant à résoudre des situations complexes dans des environnements d'apprentissage simulés. Ces simulations sont développées à l'aide de logiciels de pointe pour faciliter l'apprentissage par immersion.*





Selon les indicateurs de qualité de la meilleure université en ligne du monde hispanophone (Columbia University). La méthode Relearning, à la pointe de la pédagogie mondiale, a réussi à améliorer le niveau de satisfaction globale des professionnels finalisant leurs études.

Grâce à cette méthodologie, plus de 45.000 nutritionnistes ont été formés avec un succès sans précédent dans toutes les spécialités cliniques, quelle que soit la charge chirurgicale. Notre méthodologie d'enseignement est développée dans un environnement très exigeant, avec un corps étudiant universitaire au profil socio-économique élevé et dont l'âge moyen est de 43,5 ans.

*Le Relearning vous permettra d'apprendre avec moins d'efforts et plus de performance, en vous impliquant davantage dans votre formation, en développant un esprit critique, en défendant des arguments et en contrastant les opinions: une équation directe vers le succès.*

Dans notre programme, l'apprentissage n'est pas un processus linéaire mais il se déroule en spirale (nous apprenons, désapprenons, oublions et réapprenons). Par conséquent, ils combinent chacun de ces éléments de manière concentrique.

Selon les normes internationales les plus élevées, la note globale de notre système d'apprentissage est de 8,01.



Ce programme offre le meilleur matériel pédagogique, soigneusement préparé pour les professionnels:



#### Support d'étude

Tous les contenus didactiques sont créés par les spécialistes qui enseignent les cours. Ils ont été conçus en exclusivité pour la formation afin que le développement didactique soit vraiment spécifique et concret.

Ces contenus sont ensuite appliqués au format audiovisuel, pour créer la méthode de travail TECH online. Tout cela, élaboré avec les dernières techniques afin d'offrir des éléments de haute qualité dans chacun des supports qui sont mis à la disposition de l'apprenant.



#### Techniques et procédures en vidéo

TECH rapproche les étudiants des techniques les plus récentes, des dernières avancées pédagogiques et de l'avant-garde des techniques et procédures actuelles en matière de conseil nutritionnel. Tout cela, à la première personne, expliqué et détaillé rigoureusement pour atteindre une compréhension complète et une assimilation optimale. Et surtout, vous pouvez les regarder autant de fois que vous le souhaitez.



#### Résumés interactifs

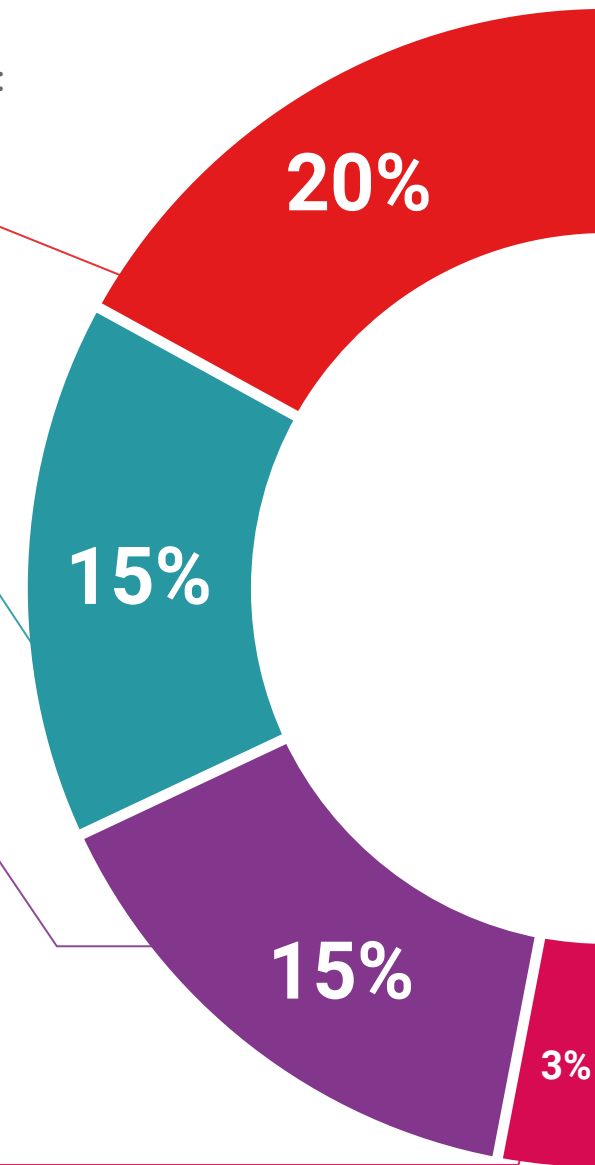
Nous présentons les contenus de manière attrayante et dynamique dans des dossiers multimédias comprenant des fichiers audios, des vidéos, des images, des diagrammes et des cartes conceptuelles afin de consolider les connaissances.

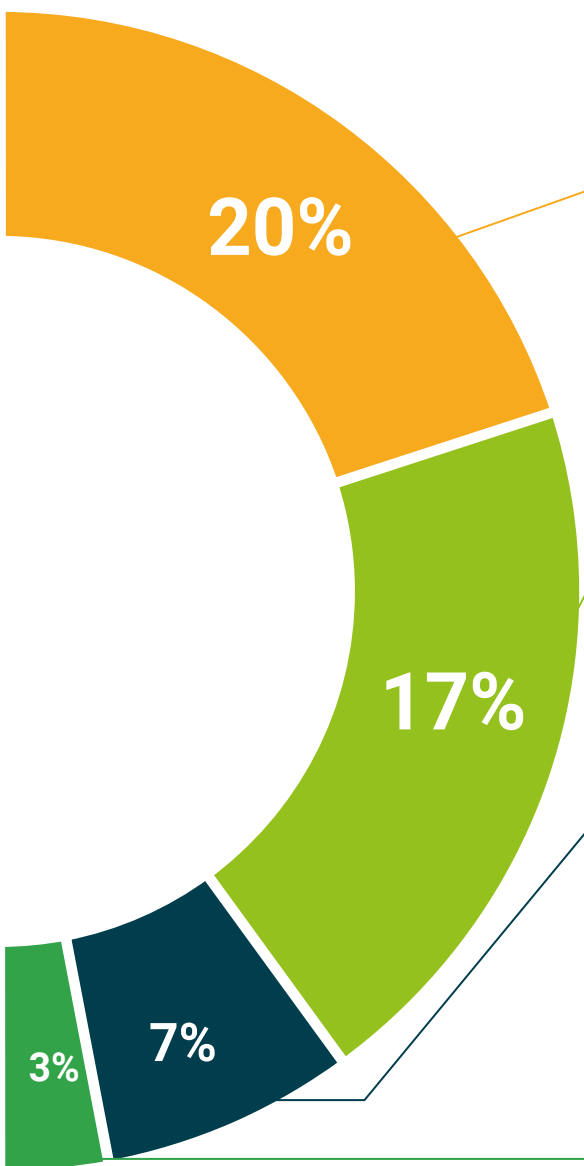
Ce système unique de formation à la présentation de contenu multimédia a été récompensé par Microsoft en tant que "European Success Story".



#### Bibliographie complémentaire

Articles récents, documents de consensus et directives internationales, entre autres. Dans la bibliothèque virtuelle de TECH, l'étudiant aura accès à tout ce dont il a besoin pour compléter sa formation.





#### Études de cas dirigées par des experts

Un apprentissage efficace doit nécessairement être contextuel. Pour cette raison, TECH présente le développement de cas réels dans lesquels l'expert guidera l'étudiant à travers le développement de la prise en charge et la résolution de différentes situations: une manière claire et directe d'atteindre le plus haut degré de compréhension.



#### Testing & Retesting

Les connaissances de l'étudiant sont périodiquement évaluées et réévaluées tout au long du programme, par le biais d'activités et d'exercices d'évaluation et d'auto-évaluation, afin que l'étudiant puisse vérifier comment il atteint ses objectifs.



#### Cours magistraux

Il existe des preuves scientifiques de l'utilité de l'observation par un tiers expert. La méthode "Learning from an Expert" renforce les connaissances et la mémoire, et donne confiance dans les futures décisions difficiles.



#### Guides d'action rapide

À TECH nous vous proposons les contenus les plus pertinents du cours sous forme de feuilles de travail ou de guides d'action rapide. Un moyen synthétique, pratique et efficace pour vous permettre de progresser dans votre apprentissage.



# 06 Diplôme

Le Certificat en Nutrition Sportive vous garantit, en plus de la formation la plus rigoureuse et la plus actuelle, l'accès à un diplôme universitaire de Certificat délivré par TECH Université Technologique.



“

*Finalisez cette formation avec succès et recevez votre diplôme universitaire sans avoir à vous soucier des déplacements ou des démarches administratives”*

Ce **Certificat en Nutrition Sportive** contient le programme scientifique le plus complet et le plus actuel du marché.

Après avoir réussi les évaluations, l'étudiant recevra par courrier postal\* avec accusé de réception le diplôme de **Certificat** délivré par **TECH Université Technologique**.

Le diplôme délivré par **TECH Université Technologique** indiquera la note obtenue lors du Certificat, et répond aux exigences communément demandées par les bourses d'emploi, les concours et les commissions d'évaluation des carrières professionnelles.

Diplôme: **Certificat en Nutrition Sportive**

N.° d'Heures Officielles: **150 h.**

Approuvé par la NBA



future  
santé confiance personnes  
éducation information tuteurs  
garantie accréditation enseignement  
institutions technologie apprentissage  
communauté engagement  
service personnalisé innovation  
connaissance présent qualité  
en ligne formation  
apprentissage institutions  
classe virtuelle langues

**tech** université  
technologique

**Certificat**

Nutrition Sportive

- » Modalité: en ligne
- » Durée: 6 semaines
- » Qualification: TECH Université Technologique
- » Intensité: 16h/semaine
- » Horaire: à votre rythme
- » Examens: en ligne

# Certificat

## Nutrition Sportive

Approuvé par la NBA

