

# Certificat Avancé

## Exercice Physique en cas d'Obésité, de Syndrome Métabolique et de Diabète

Approuvé par la NBA





## Certificat Avancé

Exercice Physique en cas  
d'Obésité, de Syndrome  
Métabolique et de Diabète

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

Accès au site web: [www.techtitute.com/fr/sciences-du-sport/diplome-universite/diplome-universite-exercice-physique-obesite-syndrome-metabolique-diabete](http://www.techtitute.com/fr/sciences-du-sport/diplome-universite/diplome-universite-exercice-physique-obesite-syndrome-metabolique-diabete)

# 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 22*

06

Diplôme

---

*page 30*

# 01 Présentation

La conception des programmes de formation implique une série de décisions relatives à différents processus: planification, périodisation, programmation et prescription. En outre, dans ce cas, la création de directives d'exercice doit être liée à la pathologie de l'utilisateur, dans le but d'obtenir le maximum de bénéfices possibles. C'est pourquoi TECH a conçu cette formation de haut niveau qui vous permettra de vous spécialiser dans les activités les plus appropriées pour les personnes souffrant d'obésité ou de diabète.



“

*Acquérir des connaissances avancées dans les exercices les plus spécifiques pour les personnes souffrant d'obésité et de diabète afin de pouvoir les aider à améliorer leur santé"*

Le Certificat Avancé en exercice physique dans l'obésité, le syndrome métabolique, le diabète a été conçu pour spécialiser l'entraîneur personnel dans les soins et le travail avec les utilisateurs atteints de ces pathologies, afin qu'ils puissent réaliser des activités spécifiques qui les aident à améliorer leur santé. De cette façon, le programme exposera tous les critères, basés sur des preuves, qui doivent être utilisés pour prendre des décisions opérationnelles en ce qui concerne la conception de programmes d'exercices et, de cette façon, pouvoir concevoir des programmes d'entraînement individualisés pour chaque sujet et sa pathologie, qu'il s'agisse d'obésité ou de diabète.

Il ne faut pas oublier que l'obésité est devenue l'une des maladies les plus répandues dans le monde, bien que la plus sous-estimée de toutes, étant perçue par la population comme un simple problème esthétique. La sédentarité et une alimentation excessive ou inadéquate sont deux des éléments qui ont le plus d'impact sur le développement de cette maladie. Cependant, la croyance simpliste selon laquelle une augmentation de l'activité physique et une diminution de l'apport alimentaire suffisent pour la traiter a été considérée comme un traitement inefficace, étant donné que le système dans cet état pathologique ne répond pas de la même manière. Par conséquent, dans cet Expert, un accent particulier sera mis sur la planification et la programmation d'une formation adaptée au dysfonctionnement de ces individus afin de générer des changements perceptibles dans leur santé.

Bien qu'il n'existe pas de définition unique du syndrome métabolique, la plupart des institutions internationales le définissent comme un trouble dans lequel coexistent obésité, altération de la glycémie, dyslipidémie et/ou hypertension. Ce scénario nous place devant un patient présentant une altération à différents niveaux et qui constitue un problème de santé de premier ordre.

Pour sa part, le *Diabète Mellitus* est un trouble métabolique qui provoque une hyperglycémie, due à l'incapacité du pancréas à sécréter de l'insuline ou à son action défectueuse pour diverses raisons. Il existe différents types de diabète, les plus courants et les plus connus étant le diabète de type I et le diabète de type II. Dans les deux cas, le mode de vie revêt une grande importance et doit être adapté aux besoins spécifiques de la maladie, tant du point de vue nutritionnel que de l'exercice physique, qui s'est révélé être un outil très important dans le cadre du traitement du diabète, à condition qu'il soit réalisé de manière appropriée et en connaissant les difficultés et les risques qui existent en présence d'hypo et d'hyperglycémie.

Pour se former dans ce domaine, TECH a conçu cet Expert, dont le contenu est de la plus haute qualité pédagogique et éducative, qui vise à faire des étudiants des professionnels accomplis, en suivant les plus hauts standards de qualité de l'enseignement au niveau international. De plus, comme il s'agit d'une formation en ligne, l'étudiant n'est pas conditionné par des horaires fixes ou la nécessité de se déplacer vers un autre lieu physique, mais peut accéder aux contenus à tout moment de la journée, en conciliant sa vie professionnelle ou personnelle avec sa vie académique.

Ce **Certificat Avancé en Exercice Physique en cas d'Obésité, de Syndrome Métabolique et de Diabète** contient le programme scientifique le plus complet et le plus actuel du marché. Les caractéristiques les plus remarquables de la formation sont:

- ♦ Le développement de nombreuses études de cas présentées par des spécialistes en entraînement personnel
- ♦ Les contenus graphiques, schématiques et éminemment pratiques avec lesquels ils sont conçus, rassemblent les informations essentielles à la pratique professionnelle
- ♦ Des exercices où le processus d'auto-évaluation peut être réalisé pour améliorer l'apprentissage
- ♦ Le système interactif d'apprentissage par algorithme pour la prise de décision
- ♦ Il met l'accent sur les méthodologies innovantes en matière de formation personnelle
- ♦ Des cours théoriques, des questions à l'expert, des forums de discussion sur des sujets controversés et un travail de réflexion individuel
- ♦ La possibilité d'accéder au contenu à partir de n'importe quel appareil fixe ou portable doté d'une connexion internet



*Plongez dans l'étude de ce Certificat Avancé de haut niveau et améliorez vos compétences comme d'entraîneur personnel"*

“

*Ce Certificat Avancé est le meilleur investissement que vous pouvez faire dans la sélection d'un programme de mise à niveau pour deux raisons: en plus de mettre à jour vos connaissances en tant qu'entraîneur personnel, vous obtiendrez un diplôme de la principale université en ligne: TECH”*

Son corps enseignant comprend des professionnels du domaine des sciences du sport apportant leur expérience professionnelle à cette formation, ainsi que des spécialistes reconnus par des sociétés de premier plan et des universités prestigieuses.

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 Formation immersion et de s'entraîner dans des situations réelles.

La conception de ce programme est basée sur l'Apprentissage par Problèmes. Ainsi l'étudiant devra essayer de résoudre les différentes situations de pratique professionnelle qui se présentent à lui tout au long du programme académique. Pour ce faire, le professionnel sera assisté d'un système vidéo interactif innovant créé par des experts renommés et expérimentés conception de programmes d'exercices en matière de démenca.

*Ce Certificat Avancé vous permet de vous former dans des environnements simulés, qui offrent un apprentissage immersif programmé pour vous entraîner à des situations réelles.*

*Ce Certificat Avancé 100% en ligne vous permettra de combiner vos études avec votre travail professionnel tout en améliorant vos connaissances dans ce domaine.*



# 02 Objectifs

L'objectif principal de ce programme est le développement de l'apprentissage théorique et pratique, afin que le professionnel des sciences du sport soit capable de maîtriser de manière pratique et rigoureuse l'application de l'Entraînement Personnel Thérapeutique.



“

*Notre objectif est d'atteindre  
l'excellence académique et de vous  
aider à réussir professionnellement.  
N'hésitez plus et rejoignez-nous”*



## Objectifs généraux

---

- Comprendre les différentes variables d'entraînement et leur application chez les personnes atteintes de pathologies
- Offrir une vision large de la pathologie et de ses caractéristiques les plus pertinentes
- Obtenir un aperçu des pathologies les plus courantes dans la société
- Comprendre les facteurs les plus pertinents qui déclenchent la maladie afin de prévenir l'apparition de comorbidités ou de la maladie elle-même
- Connaître les contre-indications existantes dans les différentes pathologies pour éviter les éventuels effets contre-productifs de l'exercice physique

“

*Le domaine du sport a besoin de professionnels formés et nous vous donnons les clés pour vous placer dans l'élite professionnelle”*





## Objectifs spécifiques

---

### Module 1. Obésité et exercices physiques

- ♦ Acquérir une compréhension approfondie de la physiopathologie de l'obésité et de son impact sur la santé
- ♦ Comprendre les limites physiques de la personne obèse
- ♦ Être capable de planifier et de programmer une formation de manière individualisée pour une personne souffrant d'obésité

### Module 2. Diabète et exercices physiques

- ♦ Acquérir une compréhension approfondie de la physiopathologie du diabète et de son impact sur la santé
- ♦ Comprendre les besoins spécifiques du diabète
- ♦ Être capable de planifier et de programmer une formation de manière individualisée pour une personne souffrant du diabète

### Module 3. Syndrome métabolique et exercices physiques

- ♦ Acquérir une compréhension approfondie de la physiopathologie du Syndrome Métabolique
- ♦ Comprendre les critères d'intervention pour améliorer la santé et la qualité de vie des patients atteints de cette pathologie
- ♦ Être capable de planifier et de programmer un entraînement de manière individualisée pour une personne atteinte du syndrome métabolique

# 03

## Direction de la formation

Notre équipe d'enseignants, composée d'experts en Entraînement Personnel, jouit d'un grand prestige dans la profession. Ce sont des professionnels ayant une grande expérience de l'enseignement qui se sont réunis pour vous aider à donner une impulsion à votre carrière. À cette fin, ils ont développé ce Certificat Avancé avec des mises à jour récentes 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



### M. Rubina, Dardo

- ◊ Coordinateur de la scène de performance à l'Ecole des Sports Moratalaz, Club de Football
- ◊ Préparateur physique pour les équipes de cadets, de jeunes et les premières équipes de l'école des sports de Moratalaz
- ◊ CEO de Test and Training
- ◊ Entraîneur personnel de sportifs de tous âges, d'athlètes de haut niveau, de footballeurs, etc. avec plus de 18 ans d'expérience
- ◊ Doctorant en performance sportive à l'Université de Castilla la Mancha.
- ◊ Master Universitaire en sport de haut niveau, Comité Olympique Espagnol, Université Autonomie de Madrid
- ◊ Master coach par l'IFBB
- ◊ Cours d'entraînement de la force appliqué aux performances physiques et sportives par l'ACSM
- ◊ Spécialiste de l'évaluation physiologique et de l'interprétation de la condition physique par Biokinetics
- ◊ Entraîneur de football de niveau 2 par la Fédération Royale Espagnole de Football
- ◊ Expert en scouting sportif et en quantification de charge par l'Université de Melilla (spécialisation en football)
- ◊ Diplôme de recherche avancée de l'Université de Castilla La Mancha
- ◊ Expert en Musculation Avancée par l'IFBB
- ◊ Expert en Nutrition Avancée par l'IFBB
- ◊ Diplôme d'études supérieures en Pharmacologie, nutrition et supplémentation sportive par l'Université de Barcelone

## Professeurs

### M. Renda, Juan Manuel

- ♦ Professeur d'éducation physique à l'Université métropolitaine de l'éducation et du travail
- ♦ Professeur de Licence en Sport de haut niveau à l'Université Nationale de Lomas de Zamora
- ♦ Licence en éducation physique avec orientation vers la physiologie du travail physique à l'Université National Général San Martin
- ♦ Licence en Kinésiologie et Physiothérapie à l'Institut Universitaire Fondation H.A. Bacille
- ♦ Master de troisième cycle en Éducation Physique de l'Université Nationale de Lomas de Zamora

### M. Vallodoro, Eric

- ♦ Professeur titulaire à l'Institut Supérieur Modelo Lomas
- ♦ Coordinateur du Laboratoire de Biomécanique et de Physiologie de l'Exercice à l'Institut Supérieur Modelo Lomas
- ♦ Diplômé en Sport de haut niveau à l'Université Nationale de Lomas de Zamora
- ♦ Diplômé en Professeur titulaire d'Éducation Physique à l'Institut Supérieur Modelo Lomas

### M. Masabeu, Emilio José

- ♦ Conférencier du séminaire sur l'apprentissage moteur à l'Université nationale de Villa Maria
- ♦ Professeur de neurodéveloppement moteur à l'Université nationale de La Matanza
- ♦ Professeur dans le séminaire sur l'activité physique et l'obésité à l'Université Favaloro
- ♦ Responsable des travaux pratiques de Kinéfilaxia à l'Université de Buenos Aires
- ♦ Diplômé en Kinésiologie à l'Université de Buenos Aires

### M. Supital Alejandro, Raúl

- ♦ Professeur d'Activité Physique et de Santé à l'Université Catholique de Salta
- ♦ Professeur d'éducation physique et de sport à l'université nationale de Rio Negro
- ♦ Professeur d'Anatomie Fonctionnelle et de Biomécanique à l'Université Nationale de Villa Maria
- ♦ Chef du département des sciences biologiques de l'ISEF 1 Romero Brest
- ♦ Diplôme en Kinésiologie et Physiothérapie à l'Université de Buenos Aires

### M. Crespo, Guillermo Javier

- ♦ Coordinateur du gymnase du Club Body
- ♦ Coordinateur du gymnase et du centre de formation Association Calabresa
- ♦ Entraîneur adjoint dans le programme de détection et de développement de l'haltérophilie chez les jeunes de l'Association Calabresa et du Gymnase San Carlos
- ♦ Diplômée en nutrition à l'Institut universitaire des sciences de la santé HA Barceló

### Mme Avila, Maria Belén

- ♦ Psychologue du sport au Club Athlétique Vélez Sarsfield
- ♦ Spécialiste du service de Nutrition et de Diabète dans différents centres tels que l'Hôpital des Cliniques José de San Martin
- ♦ Spécialiste du programme thérapeutique intégral pour le traitement du Surpoids et de l'Obésité
- ♦ Diplôme en Psychologie à l'Université de Salamanca
- ♦ Diplômé en Sport de haut niveau à l'Université Nationale de Lomas de Zamora
- ♦ Spécialisation en Psychologie du Sport par l'APDA

# 04

## Structure et contenu

La structure des contenus a été conçue par une équipe de professionnels conscients des implications de la formation dans la pratique quotidienne, conscients de la pertinence d'une formation actuelle en matière d'entraînement personnel, et engagés dans un enseignement de qualité grâce aux nouvelles technologies éducatives.





“

*Nous disposons du programme scientifique le plus complet et le plus actuel du marché. Nous voulons vous offrir la meilleure spécialisation”*

## Module 1. Obésité et exercices physiques

- 1.1. Définition, contextualisation et épidémiologie
  - 1.1.1. Évolution de l'obésité: aspects culturels et sociaux associés
  - 1.1.2. Obésité et comorbidités: le rôle de l'interdisciplinarité
  - 1.1.3. L'obésité infantile et son impact sur l'âge adulte futur
- 1.2. Base physiopathologique
  - 1.2.1. Définition de l'obésité et des risques pour la santé
  - 1.2.2. Aspects physiopathologiques de l'obésité
  - 1.2.3. Obésité et pathologies associées
- 1.3. Évaluation et diagnostique
  - 1.3.1. Composition corporelle: modèle à 2 et à 5 composantes
  - 1.3.2. Valorisation: Principales évaluations morphologiques
  - 1.3.3. Interprétation des données anthropométriques
  - 1.3.4. Prescription d'exercices physiques pour la prévention et l'amélioration de l'obésité
- 1.4. Protocoles et traitements
  - 1.4.1. Première ligne directrice thérapeutique: modification du mode de vie
  - 1.4.2. Nutrition: rôle dans l'obésité
  - 1.4.3. Exercice: rôle dans l'obésité
  - 1.4.4. Traitement pharmacologique
- 1.5. Planification de l'entraînement chez les patients souffrant d'obésité
  - 1.5.1. Définition et spécification du niveau du client
  - 1.5.2. Définition et spécification des objectifs
  - 1.5.3. Définition et spécification des processus d'évaluation
  - 1.5.4. Définition et concrétisation de l'opérationnalité en ce qui concerne les ressources spatiales et supportles





- 1.6. Programmation de l'entraînement de la force chez les patients souffrant d'obésité
  - 1.6.1. Programmation de l'entraînement de la force chez les patients souffrant d'obésité
  - 1.6.2. Volume, intensité et récupération de l'entraînement musculaire chez les patients obèses
  - 1.6.3. Sélection d'exercices et de méthodes d'entraînement de la force chez les personnes obèses
  - 1.6.4. Conception de programmes d'entraînement de la force chez les patients souffrant d'obésité
- 1.7. Programmation de l'entraînement en résistance chez le patient obèse
  - 1.7.1. Objectifs de l'entraînement en résistance chez les patients obèses
  - 1.7.2. Volume et intensité et récupération de l'entraînement d'endurance chez les personnes obèses
  - 1.7.3. Sélection des exercices et méthodes d'entraînement en résistance chez les sujets obèses
  - 1.7.4. Conception de programmes d'entraînement en résistance pour les personnes obèses
- 1.8. Santé des articulations et entraînement complémentaire chez les patients souffrant d'obésité
  - 1.8.1. Formation complémentaire en matière d'obésité
  - 1.8.2. Entraînement à l'ADM/à la flexibilité chez les patients obèses
  - 1.8.3. Amélioration du contrôle et de la stabilité du tronc chez les personnes obèses
  - 1.8.4. Autres considérations relatives à l'entraînement de la population obèse
- 1.9. Aspects psychosociaux de l'obésité
  - 1.9.1. Importance du traitement interdisciplinaire dans l'obésité
  - 1.9.2. Troubles de l'alimentation
  - 1.9.3. Obésité infantile
  - 1.9.4. Obésité chez l'adulte
- 1.10. Nutrition et autres facteurs liés à l'obésité
  - 1.10.1. Sciences "Omiques" et obésité
  - 1.10.2. Microbiote et son influence sur l'obésité
  - 1.10.3. Protocoles d'intervention nutritionnelle dans l'obésité: les preuves
  - 1.10.4. Recommandations nutritionnelles pour la pratique de l'exercice physique

## Module 2. Diabète et exercices physiques

- 2.1. Définition, contextualisation et épidémiologie
  - 2.1.1. Définition et fondement du *Diabète Mellitus*
  - 2.1.2. Signes et Symptômes du *Diabète Mellitus*
  - 2.1.3. Définition et Classification du *Diabète Mellitus*
  - 2.1.4. Le Diabète de type II et le mode de vie
- 2.2. Bases physiopathologiques
  - 2.2.1. Bases anatomo-physiologiques
  - 2.2.2. Le pancréas et la régulation de la glycémie
  - 2.2.3. Métabolisme des macronutriments du *Diabète Mellitus*
  - 2.2.4. Résistance à l'insuline
- 2.3. Évaluation et diagnostique
  - 2.3.1. Le Diabète: Évaluation en clinique
  - 2.3.2. Complications du *Diabète Mellitus*
  - 2.3.3. Le diabète: évaluation et suivi par le spécialiste en exercices physiques
  - 2.3.4. Diagnostique et protocole d'intervention dans le domaine du diabète
- 2.4. Protocoles et traitements
  - 2.4.1. Surveillance de la glycémie et aspects nutritionnels
  - 2.4.2. Traitement le *Diabète Mellitus* de type I et II
  - 2.4.3. Traitement pharmacologique Concepts de base et à prendre en compte
  - 2.4.4. Traitement non pharmacologique par l'exercice physique: rôle du diabète
- 2.5. Planification de l'entraînement chez les patients souffrant du diabète
  - 2.5.1. Définition et spécification du niveau du client
  - 2.5.2. Définition et spécification des objectifs
  - 2.5.3. Définition et spécification des processus d'évaluation
  - 2.5.4. Définition et spécification de l'opérabilité en ce qui concerne les ressources spatiales et supportles
- 2.6. Programmation de l'entraînement de musculation
  - 2.6.1. Objectifs de l'entraînement de musculation chez les diabétiques
  - 2.6.2. Volume, intensité et récupération de l'entraînement de la force chez les diabétiques
  - 2.6.3. Sélection des exercices et méthodes d'entraînement de musculation chez les diabétiques
  - 2.6.4. Conception de programmes d'entraînement de musculation chez les diabétiques
- 2.7. Programmation de l'entraînement de résistance
  - 2.7.1. Objectifs de l'entraînement de résistance dans le diabète
  - 2.7.2. Volume et intensité et récupération de l'entraînement de résistance chez les diabétiques
  - 2.7.3. Sélection des exercices et méthodes d'entraînement de résistance chez les diabétiques
  - 2.7.4. Conception de programmes d'entraînement à la résistance dans le cadre du diabète
- 2.8. Précautions et contre-indications
  - 2.8.1. Valeurs de la glycémie et exercice physique
  - 2.8.2. Contre-indications au développement de l'activité chez les patients atteints de *Diabète Mellitus* de type I
  - 2.8.3. Soins pour le diabète et les problèmes liés à l'exercice physique
  - 2.8.4. Sécurité et premiers soins en cas de complications lors de programmes d'exercices physiques pour diabétiques
- 2.9. Nutrition et mode de vie chez les patients atteints de diabète
  - 2.9.1. Aspects nutritionnels du diabète
  - 2.9.2. Contrôle métabolique et indice glycémique
  - 2.9.3. Recommandations nutritionnelles pour l'exercice physique
- 2.10. Conception de programmes de formation pour les patients atteints de diabète
  - 2.10.1. Conception de programmes de formation sur le diabète
  - 2.10.2. Conception de session d'entraînement dans le cadre du diabète
  - 2.10.3. Conception de programmes complets (inter-multidisciplinaires) d'intervention sur le diabète
  - 2.10.4. Conclusions finales et clôture du module

**Module 3. Syndrome métabolique et exercices physiques**

- 3.1. Définition, contextualisation et épidémiologie
  - 3.1.1. Définition du syndrome métaboliques
  - 3.1.2. Épidémiologie du syndrome métaboliques
  - 3.1.3. Le patient atteint du syndrome, considérations pour l'intervention
- 3.2. Base physiopathologique
  - 3.2.1. Définition du syndrome métabolique et risques pour la santé
  - 3.2.2. Aspects physiopathologiques de la maladie
- 3.3. Évaluation et diagnostique
  - 3.3.1. Le syndrome métabolique et son évaluation en milieu clinique
  - 3.3.2. Biomarqueurs, indicateurs cliniques et syndrome métabolique
  - 3.3.3. Le syndrome Métabolique et son évaluation et suivi par le spécialiste de l'exercice physique
  - 3.3.4. Diagnostique et protocole d'intervention dans le domaine du Syndrome Métabolique
- 3.4. Protocoles et traitements
  - 3.4.1. Le mode de vie et sa relation avec le Syndrome Métabolique
  - 3.4.2. Exercice: rôle dans le syndrome métabolique
  - 3.4.3. Le patient atteint du syndrome métabolique et le traitement pharmacologique: considérations pour le professionnel de l'exercice
- 3.5. Planification de l'entraînement chez les patients souffrant du Syndrome Métabolique
  - 3.5.1. Définition et spécification du niveau du client
  - 3.5.2. Définition et spécification des objectifs
  - 3.5.3. Définition et spécification des processus d'évaluation
  - 3.5.4. Définition et spécification de l'opérabilité en ce qui concerne les ressources spatiales et supportles
- 3.6. Programmation de l'entraînement de la force
  - 3.6.1. Programmation de l'entraînement de la force chez les patients souffrant du Syndrome Métabolique
  - 3.6.2. Volume, intensité et récupération de l'entraînement de la force chez les Syndrome Métabolique
  - 3.6.3. Sélection des exercices et méthodes d'entraînement de la force chez les Syndrome Métabolique
  - 3.6.4. Conception de programmes d'entraînement de la force chez les patients souffrant de Syndrome Métabolique
- 3.7. Programmation de l'entraînement de résistance
  - 3.7.1. Objectifs de l'entraînement en résistance dans le cadre du syndrome métabolique
  - 3.7.2. Volume et intensité et récupération de l'entraînement d'endurance dans le Syndrome Métabolique
  - 3.7.3. Sélection des exercices et méthodes d'entraînement en résistance dans le cadre du Syndrome Métabolique
  - 3.7.4. Conception de programmes d'entraînement en endurance dans le cadre du Syndrome Métabolique
- 3.8. Précautions et contre-indications
  - 3.8.1. Évaluations pour la réalisation d'exercices physiques dans la population atteinte du Syndrome Métabolique
  - 3.8.2. Contre-indications au développement de l'activité chez le patient atteint du Syndrome Métabolique
- 3.9. Nutrition et mode de vie chez les patients atteints du Syndrome Métabolique
  - 3.9.1. Aspects nutritionnels dans le Syndrome Métabolique
  - 3.9.2. Exemples d'intervention nutritionnelle dans le Syndrome Métabolique
  - 3.9.3. Recommandations nutritionnelles pour la pratique de l'exercice physique
- 3.10. Conception de programmes d'entraînement chez les patients atteints du Syndrome Métabolique
  - 3.10.1. Conception de programmes de formation sur le Syndrome Métabolique
  - 3.10.2. Conception de sessions de formation sur le Syndrome Métabolique
  - 3.10.3. Conception de programmes d'intervention globale (inter-multidisciplinaire) dans le Syndrome Métabolique
  - 3.10.4. Conclusions finales et clôture du module



*Une expérience de spécialisation unique, clé et décisive pour stimuler votre développement professionnel*

# 05 Méthodologie

Ce programme propose une manière différente d'apprendre. Notre méthodologie est développée à travers un mode d'apprentissage cyclique: **Le Relearning**.

Ce système d'enseignement s'utilise, notamment, dans les écoles de médecine les plus prestigieuses du monde et a été considéré comme l'un des plus efficaces par des publications de premier plan telles que le **New England Journal of Medicine**.





“

*Découvrez Relearning, un système qui renonce à l'apprentissage linéaire conventionnel pour vous emmener à travers des systèmes d'enseignement cycliques : une façon d'apprendre qui s'est avérée extrêmement efficace, en particulier dans les matières qui exigent la mémorisation”*

## À TECH, nous utilisons la méthode des cas

Le programme offre une méthode révolutionnaire de développement des compétences et des connaissances. Notre objectif est de renforcer les compétences dans un contexte changeant, compétitif et hautement exigeant.

“

*Avec TECH, vous pourrez découvrir une façon d'apprendre qui fait avancer les fondations des universités traditionnelles du monde entier”*



*Vous bénéficierez d'un système d'apprentissage basé sur la répétition, avec un enseignement naturel et progressif sur l'ensemble du cursus.*



*L'étudiant apprendra, par des activités collaboratives et des cas réels, à résoudre des situations complexes dans des environnements commerciaux réels.*

## Une méthode d'apprentissage innovante et différente

Cette formation TECH est un programme d'enseignement intensif, créé de toutes pièces, qui propose les défis et les décisions les plus exigeants dans ce domaine, tant au niveau national qu'international. Grâce à cette méthodologie, l'épanouissement personnel et professionnel est stimulé, faisant ainsi un pas décisif vers la réussite. La méthode des cas, technique qui constitue la base de ce contenu, permet de suivre la réalité économique, sociale et professionnelle la plus actuelle.

“ *Nous sommes la seule université en ligne qui propose des documents de Harvard comme support pédagogique dans ses cours* ”

La méthode des cas a été le système d'apprentissage le plus utilisé par les meilleures facultés du monde. Développée en 1912 à Harvard pour que les étudiants en Droit n'apprennent pas uniquement sur la base d'un contenu théorique, la méthode des cas consistait à leur présenter des situations réelles complexes pour que les apprenants s'entraînent à les résoudre et à prendre des décisions. En 1924, elle a été établie comme méthode d'enseignement standard à Harvard.

Face à une situation donnée, que doit faire un professionnel? C'est la question à laquelle nous vous confrontons dans la méthode des cas, une méthode d'apprentissage orientée vers l'action. Tout au long du programme, vous serez confronté à de multiples cas réels. Ils devront intégrer toutes leurs connaissances, faire des recherches, argumenter et défendre leurs idées et leurs décisions.

## Relearning Methodology

TECH combine efficacement la méthodologie des études de cas avec un système d'apprentissage 100% en ligne basé sur la répétition, qui associe 8 éléments didactiques différents dans chaque leçon.

Nous enrichissons l'Étude de Cas avec la meilleure méthode d'enseignement 100% en ligne: le Relearning.

*En 2019, nous avons obtenu les meilleurs résultats d'apprentissage de toutes les universités en ligne du monde.*

À TECH, vous apprenez avec une méthodologie de pointe conçue pour former les managers du futur. Cette méthode, à la pointe de la pédagogie mondiale, est appelée Relearning.

Notre université est la seule université hispanophone autorisée à utiliser cette méthode efficace. En 2019, nous avons réussi à améliorer les niveaux de satisfaction globale de nos étudiants (qualité de l'enseignement, qualité des supports, structure des cours, objectifs...) par rapport aux indicateurs de la meilleure université en ligne.





Dans notre programme, l'apprentissage n'est pas un processus linéaire, mais se déroule en spirale (apprendre, désapprendre, oublier et réapprendre). Par conséquent, chacun de ces éléments est combiné de manière concentrique. Cette méthodologie a permis de former plus de 650 000 diplômés universitaires avec un succès sans précédent dans des domaines aussi divers que la biochimie, la génétique, la chirurgie, le droit international, les compétences en gestion, les sciences du sport, la philosophie, le droit, l'ingénierie, le journalisme, l'histoire, les marchés financiers et les instruments. Tout cela 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 plus facilement et de manière plus productive tout en développant un esprit critique, en défendant des arguments et en contrastant des opinions : une équation directe vers le succès.*

D'après les dernières données scientifiques dans le domaine des neurosciences, non seulement nous savons comment organiser les informations, les idées, les images et les souvenirs, mais nous savons aussi que le lieu et le contexte dans lesquels nous avons appris quelque chose sont fondamentaux pour notre capacité à nous en souvenir et à le stocker dans l'hippocampe, pour le conserver dans notre mémoire à long terme.

De cette façon, et dans ce que l'on appelle Neurocognitive context-dependent e-learning les différents éléments de notre programme sont liés au contexte dans lequel le participant développe sa pratique professionnelle.

Ce programme offre le meilleur support 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 en ligne. 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.



#### 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.



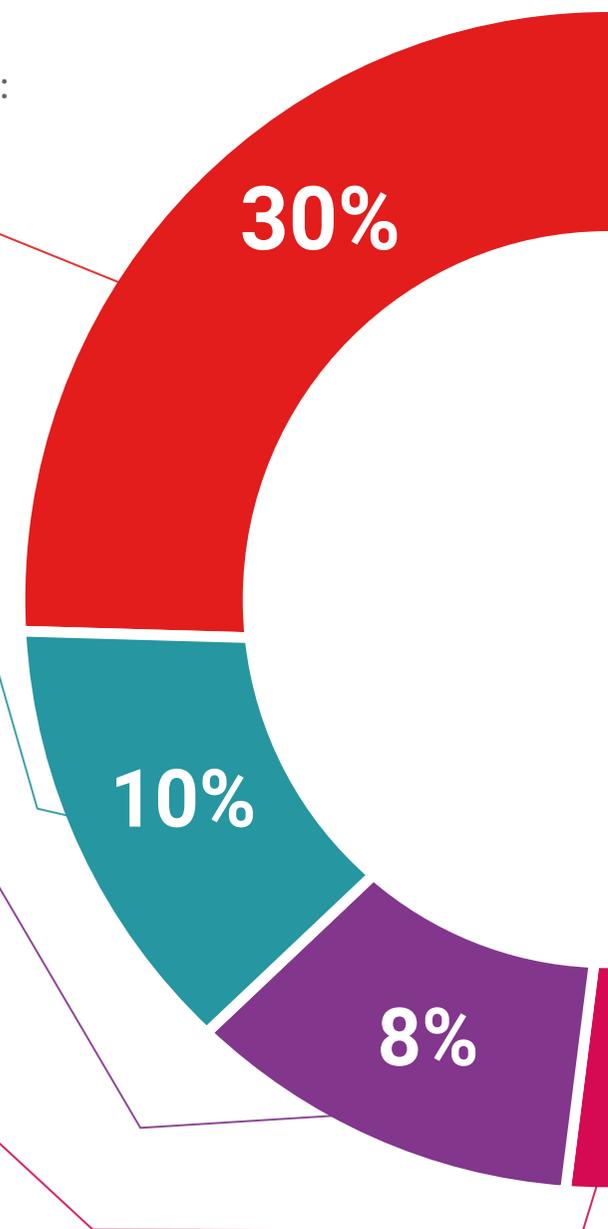
#### Pratique des aptitudes et des compétences

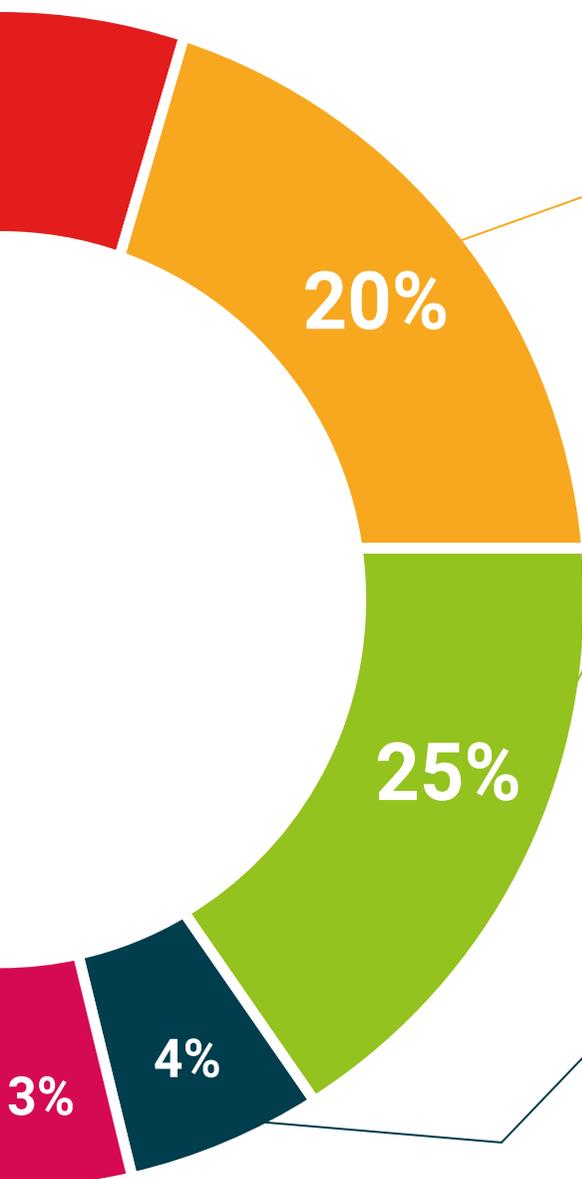
Ils réaliseront des activités visant à développer des compétences et des aptitudes spécifiques dans chaque domaine. Pratiques et dynamiques pour acquérir et développer les compétences et les capacités qu'un spécialiste doit développer dans le cadre de la mondialisation dans laquelle nous vivons.



#### 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.





#### Case Studies

Ils réaliseront une sélection des meilleures études de cas choisies spécifiquement pour ce diplôme. Des cas présentés, analysés et tutorés par les meilleurs spécialistes de la scène internationale.



#### 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 éducatif unique pour la présentation de contenu multimédia a été récompensé par Microsoft en tant que "European Success Story".



#### 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.



# 06 Diplôme

Le Certificat Avancé en Exercice Physique en cas d'Obésité, de Syndrome Métabolique et de Diabète vous garantit, en plus de la formation la plus rigoureuse et la plus actuelle, l'accès à un diplôme universitaire de Certificat Avancé 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 Avancé en Exercice Physique en cas d'Obésité, de Syndrome Métabolique et de Diabète** contient le programme le plus complet et le plus à jour du marché.

Après avoir réussi l'évaluation, l'étudiant recevra par courrier postal\* avec accusé de réception son correspondant diplôme de **Certificat Avancé** délivré par **TECH Université Technologique**.

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

Diplôme: **Certificat Avancé en Exercices Physiques en cas d'Obésité, de Syndrome Métabolique et de Diabète**

N.º d'Heures Officielles: **450 h.**

Approuvé par la NBA



\*Si l'étudiant souhaite que son diplôme version papier possède l'Apostille de La Haye, TECH EDUCATION fera les démarches nécessaires pour son obtention moyennant un coût supplémentaire.

future

santé confiance personnes

éducation information tuteurs

garantie accréditation enseignement

institutions technologie apprentissage

communauté engagement

**tech** université  
technologique

## Certificat Avancé

Exercice Physique en cas  
d'Obésité, de Syndrome  
Métabolique et de Diabète

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

# Certificat Avancé

## Exercice Physique en cas d'Obésité, de Syndrome Métabolique et de Diabète

Approuvé par la NBA

