

Mastère Spécialisé

Nutrition Sportive

The Chartered
Association of Sport
and Exercise Sciences



Approuvé par la NBA



tech Euromed
University





Mastère Spécialisé Nutrition Sportive

- » Modalité: en ligne
- » Durée: 12 mois
- » Diplôme: TECH Euromed University
- » Accréditation: 60 ECTS
- » Horaire: à votre rythme
- » Examens: en ligne

Accès au site web: www.techtitute.com/fr/science-du-sport/master/master-nutrition-sportive

Sommaire

01

Présentation du programme

page 4

02

Pourquoi étudier à TECH?

page 8

03

Programme d'études

page 12

04

Objectifs pédagogiques

page 18

05

Opportunités de Carrière

page 24

06

Licences de logiciels incluses

page 28

07

Méthodologie d'étude

page 32

08

Corps enseignant

page 42

09

Diplôme

page 48

01

Présentation du programme

La Nutrition Sportive est un domaine d'étude qui a fait l'objet de nombreuses recherches, démontrant l'impact de l'alimentation sur la santé et les performances physiques. Selon un rapport de l'Organisation Mondiale de la Santé, une alimentation équilibrée et adaptée aux besoins énergétiques peut réduire le risque de blessures et améliorer la récupération musculaire jusqu'à 20 %. Face à la demande croissante de spécialistes disposant de connaissances actualisées dans ce domaine, TECH propose ce programme universitaire conçu pour aborder les dernières avancées en matière de nutrition appliquée au sport. Grâce à une méthodologie 100 % en ligne et à du matériel didactique innovant, vous pourrez approfondir vos connaissances sur les besoins énergétiques et les stratégies de supplémentation.



Dinner

“

Un programme complet et 100 % en ligne, unique à TECH et avec une perspective internationale soutenue par notre affiliation à The Chartered Association of Sport and Exercise Sciences”

Dans un contexte où la science de la nutrition ne cesse de progresser, la personnalisation des stratégies alimentaires en fonction des besoins de chaque discipline et de chaque athlète est devenue un pilier essentiel pour atteindre une performance maximale.

C'est pourquoi TECH abordera avec rigueur scientifique et une approche pratique les particularités de l'alimentation dans la pratique sportive, en s'adaptant aux besoins de chaque discipline et à chaque niveau d'exigence physique. En outre, il intégrera des contenus actualisés tels que le végétarisme appliqué au sport, en analysant la planification de régimes alimentaires équilibrés qui garantissent des performances optimales sans compromettre la santé du sportif.

De même, ce programme universitaire fournira aux professionnels les outils nécessaires pour concevoir des stratégies nutritionnelles adaptées aux exigences individuelles de chaque sportif. Grâce à une approche pratique et fondée sur la recherche, les compétences nécessaires pour évaluer l'état nutritionnel, élaborer des plans alimentaires optimaux et appliquer des protocoles spécifiques qui améliorent les performances et la récupération seront renforcées.

Par la suite, TECH a développé une méthodologie innovante qui permet d'accéder à des contenus de qualité de manière flexible et sans restrictions horaires. Grâce à son système 100 % en ligne, disponible 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7, il est possible de se former depuis n'importe quel appareil connecté à Internet. De plus, la méthode Relearning facilitera une assimilation progressive des connaissances, optimisant la rétention des informations clés. Atout majeur de ce programme universitaire, un invité de renommée mondiale animera 10 *Masterclasses* exclusives.

L'adhésion à **The Chartered Association of Sport and Exercise Sciences (CASES)** permet aux étudiants d'accéder à des ressources éducatives exclusives, à des réductions sur des événements et des publications spécialisées, ainsi qu'à des avantages pratiques tels qu'une assurance professionnelle. Ils pourront également rejoindre une communauté active, participer à des comités et obtenir des accréditations qui renforcent leur développement, leur visibilité et leur projection professionnelle dans le domaine des sciences du sport et de l'exercice.

Ce **Mastère Spécialisé en Nutrition Sportive** contient le programme universitaire le plus complet et le plus actualisé du marché. Ses caractéristiques sont les suivantes:

- ♦ Le développement de cas pratiques présentés par des experts en Nutrition Sportive
- ♦ Les contenus graphiques, schématiques et éminemment pratiques de l'ouvrage fournissent des informations scientifiques et pratiques sur les disciplines essentielles à la pratique professionnelle
- ♦ Les exercices pratiques où effectuer le processus d'auto-évaluation pour améliorer l'apprentissage
- ♦ Il met l'accent sur les méthodologies innovantes
- ♦ Cours théoriques, questions à l'expert, forums de discussion sur des sujets controversés et travail de réflexion individuel
- ♦ La possibilité d'accéder aux contenus depuis n'importe quel appareil fixe ou portable doté d'une connexion internet



Vous optimiserez la planification alimentaire grâce à 10 Masterclasses exclusives, dispensées par un enseignant de renommée internationale

“

Vous perfectionnerez vos compétences en matière d'évaluation de l'état nutritionnel, en utilisant des méthodologies efficaces”

Son corps enseignant comprend des professionnels du domaine de la Nutrition Sportive, qui apportent l'expérience de leur travail à ce programme, ainsi que des spécialistes reconnus de sociétés de premier plan et d'universités prestigieuses.

Son contenu multimédia, développé avec les dernières technologies éducatives, permettra au professionnel un apprentissage situé et contextuel, c'est-à-dire un environnement simulé qui fournira un étude immersif programmé pour s'entraîner dans des situations réelles.

La conception de ce programme est axée sur l'Apprentissage par les Problèmes, grâce auquel l'étudiant doit essayer de résoudre les différentes situations de la pratique professionnelle qui se présentent tout au long du programme académique. Pour ce faire, le professionnel aura l'aide d'un système vidéo interactif innovant créé par des experts reconnus.

Vous intégrerez à votre pratique professionnelle les dernières avancées en matière d'alimentation appliquée au sport”

Vous planifierez des régimes alimentaires spécifiques adaptés aux besoins de chaque discipline sportive”



02

Pourquoi étudier à TECH?

TECH est la plus grande Université numérique du monde. Avec un catalogue impressionnant de plus de 14 000 programmes universitaires, disponibles en 11 langues, elle se positionne comme un leader en matière d'employabilité, avec un taux de placement de 99 %. En outre, elle dispose d'un vaste corps professoral composé de plus de 6 000 professeurs de renommée internationale.



“

*Étudiez dans la plus grande université
numérique du monde et assurez votre réussite
professionnelle. L'avenir commence à TECH”*

La meilleure université en ligne du monde, selon FORBES

Le prestigieux magazine Forbes, spécialisé dans les affaires et la finance, a désigné TECH comme "la meilleure université en ligne du monde". C'est ce qu'ils ont récemment déclaré dans un article de leur édition numérique dans lequel ils se font l'écho de la réussite de cette institution, "grâce à l'offre académique qu'elle propose, à la sélection de son corps enseignant et à une méthode d'apprentissage innovante visant à former les professionnels du futur".

Le meilleur personnel enseignant top international

Le corps enseignant de TECH se compose de plus de 6 000 professeurs jouissant du plus grand prestige international. Des professeurs, des chercheurs et des hauts responsables de multinationales, parmi lesquels figurent Isaiah Covington, entraîneur des Boston Celtics, Magda Romanska, chercheuse principale au Harvard MetaLAB, Ignacio Wistumba, président du département de pathologie moléculaire translationnelle au MD Anderson Cancer Center, et D.W. Pine, directeur de la création du magazine TIME, entre autres.

La plus grande université numérique du monde

TECH est la plus grande université numérique du monde. Nous sommes la plus grande institution éducative, avec le meilleur et le plus vaste catalogue éducatif numérique, cent pour cent en ligne et couvrant la grande majorité des domaines de la connaissance. Nous proposons le plus grand nombre de diplômes propres, de diplômes officiels de troisième cycle et de premier cycle au monde. Au total, plus de 14 000 diplômes universitaires, dans onze langues différentes, font de nous la plus grande institution éducative au monde.



Forbes

Meilleure université
en ligne du monde

Plan

d'études
le plus complet

Personnel enseignant
TOP
International



La méthodologie
la plus efficace

**N°1
Mondial**

La plus grande
université en ligne
du monde

Les programmes d'études les plus complets sur la scène universitaire

TECH offre les programmes d'études les plus complets sur la scène universitaire, avec des programmes qui couvrent les concepts fondamentaux et, en même temps, les principales avancées scientifiques dans leurs domaines scientifiques spécifiques. En outre, ces programmes sont continuellement mis à jour afin de garantir que les étudiants sont à la pointe du monde universitaire et qu'ils possèdent les compétences professionnelles les plus recherchées. De cette manière, les diplômes de l'université offrent à ses diplômés un avantage significatif pour propulser leur carrière vers le succès.

Une méthode d'apprentissage unique

TECH est la première université à utiliser *Relearning* dans tous ses formations. Il s'agit de la meilleure méthodologie d'apprentissage en ligne, accréditée par des certifications internationales de qualité de l'enseignement, fournies par des agences éducatives prestigieuses. En outre, ce modèle académique perturbateur est complété par la "Méthode des Cas", configurant ainsi une stratégie d'enseignement en ligne unique. Des ressources pédagogiques innovantes sont également mises en œuvre, notamment des vidéos détaillées, des infographies et des résumés interactifs.

L'université en ligne officielle de la NBA

TECH est l'université en ligne officielle de la NBA. Grâce à un accord avec la grande ligue de basket-ball, elle offre à ses étudiants des programmes universitaires exclusifs ainsi qu'un large éventail de ressources pédagogiques axées sur les activités de la ligue et d'autres domaines de l'industrie du sport. Chaque programme est conçu de manière unique et comprend des conférenciers exceptionnels: des professionnels ayant un passé sportif distingué qui apporteront leur expertise sur les sujets les plus pertinents.

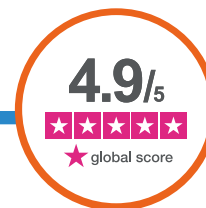
Leaders en matière d'employabilité

TECH a réussi à devenir l'université leader en matière d'employabilité. 99% de ses étudiants obtiennent un emploi dans le domaine qu'ils ont étudié dans l'année qui suit la fin de l'un des programmes de l'université. Un nombre similaire parvient à améliorer immédiatement sa carrière. Tout cela grâce à une méthodologie d'étude qui fonde son efficacité sur l'acquisition de compétences pratiques, absolument nécessaires au développement professionnel.



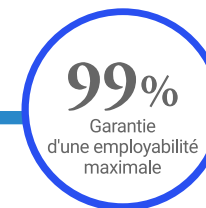
Google Partner Premier

Le géant américain de la technologie a décerné à TECH le badge Google Partner Premier. Ce prix, qui n'est décerné qu'à 3% des entreprises dans le monde, souligne l'expérience efficace, flexible et adaptée que cette université offre aux étudiants. Cette reconnaissance atteste non seulement de la rigueur, de la performance et de l'investissement maximaux dans les infrastructures numériques de TECH, mais positionne également TECH comme l'une des principales entreprises technologiques au monde.



L'université la mieux évaluée par ses étudiants

Les étudiants ont positionné TECH comme l'université la mieux évaluée du monde dans les principaux portails d'opinion, soulignant sa note la plus élevée de 4,9 sur 5, obtenue à partir de plus de 1 000 évaluations. Ces résultats consolident TECH en tant qu'institution universitaire de référence internationale, reflétant l'excellence et l'impact positif de son modèle éducatif.



03

Programme d'études

Les concepts abordés dans le programme académique de ce cursus universitaire constituent des aspects fondamentaux de la Nutrition Sportive. En effet, il approfondira la physiologie musculaire et métabolique liée à l'exercice physique. De plus, il approfondira la nutrition pour la réadaptation et la récupération fonctionnelle, en abordant les stratégies alimentaires qui favorisent la régénération musculaire et l'optimisation de l'entraînement. Grâce à une approche fondée sur des preuves, des méthodologies avancées seront analysées pour la planification de régimes alimentaires adaptés à différentes exigences sportives, garantissant aux étudiants des connaissances actualisées et applicables à la pratique professionnelle dans différents domaines de la performance physique.



“

Mettez-vous à jour grâce à ce programme d'études rigoureux et découvrez les approches les plus avancées de la Nutrition pour la récupération fonctionnelle”

Module 1. Nouveaux développements dans l'alimentation

- 1.1. Bases moléculaires de la nutrition
- 1.2. Mise à jour sur la composition des aliments
- 1.3. Tables de composition des aliments et bases de données nutritionnelles
- 1.4. Phytochimiques et composés non nutritifs
- 1.5. Nouveaux aliments
 - 1.5.1. Nutriment fonctionnels et composés bioactifs
 - 1.5.2. Probiotiques, Prébiotiques et Symbiotiques
 - 1.5.3. Qualité et design
- 1.6. Aliments biologiques
- 1.7. Aliments transgéniques
- 1.8. L'eau tant que nutriment
- 1.9. Sécurité alimentaire
 - 1.9.1. Risques physiques
 - 1.9.2. Risques chimiques
 - 1.9.3. Risques microbiologiques
- 1.10. Nouvel étiquetage des aliments et information des consommateurs
- 1.11. Phytothérapie appliquée aux pathologies nutritionnelles

Module 2. Tendances actuelles en matière de nutrition

- 2.1. Nutriginétique
- 2.2. Nutriginomique
 - 2.2.1. Principes fondamentaux
 - 2.2.2. Méthodes
- 2.3. Immunonutrition
 - 2.3.1. Interactions nutrition-immunité
 - 2.3.2. Antioxydants et la fonction immunitaire
- 2.4. Régulation physiologique de l'alimentation. Appétit et satiété
- 2.5. Psychologie et alimentation
- 2.6. Nutrition et sommeil
- 2.7. Mise à jour des objectifs nutritionnels et des apports recommandés
- 2.8. Nouvelles données sur le régime méditerranéen

Module 3. Évaluation de l'état nutritionnel et du régime alimentaire. Application dans la pratique

- 3.1. Bioénergétique et nutrition
 - 3.1.1. Besoins en énergie
 - 3.1.2. Méthodes d'évaluation de la dépense énergétique
- 3.2. Évaluation de l'état nutritionnel
 - 3.2.1. Analyses de la composition corporelle
 - 3.2.2. Diagnostic clinique. Symptômes et signes
 - 3.2.3. Méthodes biochimiques, hématologiques et immunologiques
- 3.3. Évaluation de l'apport
 - 3.3.1. Méthodes d'analyse des apports alimentaires et nutritionnels
 - 3.3.2. Méthodes directes et indirectes
- 3.4. Mise à jour des besoins nutritionnels et des apports recommandés
- 3.5. La nutrition chez l'adulte en bonne santé. Objectifs et lignes directrices. Régime méditerranéen
- 3.6. Le régime alimentaire à la ménopause
- 3.7. La nutrition chez les personnes âgées

Module 4. La nutrition dans le sport

- 4.1. Physiologie de l'exercice
- 4.2. Adaptation physiologique à différents types d'exercices
- 4.3. Adaptation métabolique à l'exercice. Réglementation et contrôle
- 4.4. Évaluation des besoins énergétiques et du statut nutritionnel de l'athlète
- 4.5. Évaluation de la capacité physique de l'athlète
- 4.6. La nutrition dans les différentes phases de la pratique sportive
 - 4.6.1. Pré-compétitif
 - 4.6.2. Pendant
 - 4.6.3. Post-compétitif
- 4.7. Hydratation
 - 4.7.1. Réglementation et besoins
 - 4.7.2. Types de boissons
- 4.8. Planification diététique adaptée aux activités sportives
- 4.9. Les aides ergogéniques
 - 4.9.1. Recommandations de l'AMA

- 4.10. La nutrition dans la récupération des blessures sportives
- 4.11. Troubles psychologiques liés à la pratique du sport
 - 4.11.1. Troubles du comportement alimentaire: vigorexie, orthorexie, anorexie
 - 4.11.2. Fatigue due au surentraînement
 - 4.11.3. La triade de l'athlète féminine
- 4.12. Le rôle de l'entraîneur dans la performance sportive

Module 5. Physiologie musculaire et métabolique liée à l'exercice

- 5.1. Physiologie musculaire et métabolique liée à l'exercice
 - 5.1.1. Augmentation du volume sanguin
 - 5.1.2. Diminution de la fréquence cardiaque
- 5.2. Adaptations ventilatoires liées à l'exercice
 - 5.2.1. Changements du volume ventilatoire
 - 5.2.2. Modification de la consommation d'oxygène
- 5.3. Adaptations hormonales liées à l'exercice
 - 5.3.1. Cortisol
 - 5.3.2. Testostérone
- 5.4. Structure musculaire et types de fibres musculaires
 - 5.4.1. La fibre musculaire
 - 5.4.2. Fibre musculaire de type I
 - 5.4.3. Fibres musculaires de type II
- 5.5. Concept de seuil de lactate
- 5.6. Métabolisme de l'ATP et du phosphore
 - 5.6.1. Voies métaboliques pour la resynthèse de l'ATP pendant l'exercice
 - 5.6.2. Métabolisme du phosphore
- 5.7. Métabolisme des glucides
 - 5.7.1. Mobilisation d'hydrates de carbone pendant l'exercice
 - 5.7.2. Types de glycolyse
- 5.8. Métabolisme des lipides
 - 5.8.1. Lipolyse
 - 5.8.2. Oxydation des graisses pendant l'exercice
 - 5.8.3. Corps cétoniques
- 5.9. Métabolisme des protéines

- 5.9.1. Métabolisme de l'ammonium
- 5.9.2. Oxydation des acides aminés
- 5.10. Bioénergétique mixte des fibres musculaires
 - 5.10.1. Sources d'énergie et leur relation avec l'exercice
 - 5.10.2. Facteurs déterminant l'utilisation de l'une ou l'autre source d'énergie pendant l'effort

Module 6. Végétarisme et véganisme

- 6.1. Le végétarisme et le véganisme dans l'histoire du sport
 - 6.1.1. Les débuts du véganisme dans le sport
 - 6.1.2. Les athlètes végétariens aujourd'hui
- 6.2. Les différents types de régimes végétariens
 - 6.2.1. Sportif végétalien
 - 6.2.2. Athlète végétarien
- 6.3. Erreurs courantes chez l'athlète végétalien
 - 6.3.1. Bilan énergétique
 - 6.3.2. Apport en protéines
- 6.4. Vitamine B12
 - 6.4.1. Supplémentation en B12
 - 6.4.2. Biodisponibilité des algues spirulines
- 6.5. Sources de protéines dans les régimes végétaliens/végétariens
 - 6.5.1. Qualité des protéines
 - 6.5.2. Durabilité environnementale
- 6.6. Autres nutriments clés chez les végétaliens
 - 6.6.1. Conversion de l'ALA en EPA/DHA
 - 6.6.2. Fe, Ca, Vit-D et Zn
- 6.7. Bilan biochimique/carences nutritionnelles
 - 6.7.1. Anémie
 - 6.7.2. Sarcopénie
- 6.8. Alimentation végane vs. Alimentation omnivore
 - 6.8.1. L'alimentation évolutive
 - 6.8.2. Régime actuel

- 6.9. Aides ergogéniques
 - 6.9.1. Créatine
 - 6.9.2. Protéines végétales
- 6.10. Facteurs diminuant l'absorption des nutriments
 - 6.10.1. Consommation élevée de fibres
 - 6.10.2. Oxalates

Module 7. Différents stades ou populations spécifiques

- 7.1. La nutrition chez l'athlète féminine
 - 7.1.1. Facteurs limitatifs
 - 7.1.2. Exigences
- 7.2. Cycle menstruel
 - 7.2.1. Phase lutéale
 - 7.2.2. Phase folliculaire
- 7.3. Triade
 - 7.3.1. Aménorrhée
 - 7.3.2. Ostéoporose
- 7.4. La nutrition chez la sportive enceinte
 - 7.4.1. Besoins en énergie
 - 7.4.2. Micronutriments
- 7.5. Effets de l'exercice physique sur l'enfant athlète
 - 7.5.1. Entraînement en force
 - 7.5.2. Entraînement d'endurance
- 7.6. L'éducation nutritionnelle chez l'enfant athlète
 - 7.6.1. Sucre
 - 7.6.2. TCA
- 7.7. Besoins nutritionnels chez l'enfant athlète
 - 7.7.1. Glucides
 - 7.7.2. Protéines
- 7.8. Changements associés au vieillissement
 - 7.8.1. % de graisse corporelle
 - 7.8.2. Masse musculaire

- 7.9. Principaux problèmes chez l'athlète senior
 - 7.9.1. Articulations
 - 7.9.2. Santé cardiovasculaire
- 7.10. Supplémentation alimentaire intéressante chez l'athlète senior
 - 7.10.1. *Whey protein*
 - 7.10.2. Créatine

Module 8. Nutrition pour la réadaptation et la récupération fonctionnelle

- 8.1. La nutrition intégrale comme élément clé de la prévention et de la récupération des blessures
- 8.2. Glucides
- 8.3. Protéines
- 8.4. Graisses
 - 8.4.1. Saturées
 - 8.4.2. Insaturées
 - 8.4.2.1. Monoinsaturées
 - 8.4.2.2. Polyinsaturées
- 8.5. Vitamines
 - 8.5.1. Hydrosolubles
 - 8.5.2. Liposolubles
- 8.6. Minéraux
 - 8.6.1. Macrominéraux
 - 8.6.2. Microminéraux
- 8.7. Fibre
- 8.8. Eau
- 8.9. Phytochimiques
 - 8.9.1. Phénols
 - 8.9.2. Thiols
 - 8.9.3. Terpènes

8.10. Compléments alimentaires pour la prévention et la récupération fonctionnelle

Module 9. Alimentation, santé et prévention des maladies: problèmes actuels et recommandations pour la population générale

- 9.1. Les habitudes alimentaires de la population actuelle et les risques pour la santé
- 9.2. Régime méditerranéen et régime durable
 - 9.2.1. Modèle de régime alimentaire recommandé
- 9.3. Comparaison des modes d'alimentation ou "régimes"
- 9.4. La nutrition chez les végétariens
- 9.5. Enfance et adolescence
 - 9.5.1. Nutrition, croissance et développement
- 9.6. Adultes
 - 9.6.1. La nutrition au service de la qualité de vie
 - 9.6.2. Prévention
 - 9.6.3. Traitement de maladie
- 9.7. Recommandations pour la grossesse et l'allaitement
- 9.8. Recommandations pour la ménopause
- 9.9. Âge avancé
 - 9.9.1. La nutrition dans le vieillissement
 - 9.9.2. Changements dans la composition corporelle
 - 9.9.3. Modifications
 - 9.9.4. Malnutrition
- 9.10. La nutrition chez les athlètes

Module 10. Évaluation de l'état nutritionnel et calcul de plans nutritionnels personnalisés, recommandations et suivi

- 10.1. Antécédents médicaux et contexte
 - 10.1.1. Variables individuelles affectant la réponse au plan nutritionnel
- 10.2. Anthropométrie et composition corporelle
- 10.3. Évaluation des habitudes alimentaires
 - 10.3.1. Évaluation nutritionnelle de la consommation alimentaire
- 10.4. Équipe interdisciplinaire et circuits thérapeutiques
- 10.5. Calcul de l'apport énergétique

- 10.6. Calcul des apports recommandés en macro- et micronutriments
- 10.7. Quantités recommandées et fréquence de consommation des aliments
 - 10.7.1. Modes d'alimentation
 - 10.7.2. Planification
 - 10.7.3. Distribution des aliments quotidiens
- 10.8. Modèles de planification diététique
 - 10.8.1. Menus hebdomadaires
 - 10.8.2. Prise quotidienne
 - 10.8.3. Méthodologie par échanges alimentaires
- 10.9. Nutrition à l'hôpital
 - 10.9.1. Modes d'alimentation
 - 10.9.2. Algorithmes de décision
- 10.10. Éducation
 - 10.10.1. Aspects psychologiques
 - 10.10.2. Maintenance des habitudes alimentaires
 - 10.10.3. Recommandations de sortie



Grâce à du matériel multimédia de grande qualité, vous approfondirez vos connaissances sur les principes du régime méditerranéen et durable

04

Objectifs pédagogiques

L'objectif principal de ce programme universitaire est de fournir aux professionnels un large éventail de connaissances en Nutrition Sportive, en renforçant leurs compétences pour concevoir des stratégies alimentaires adaptées à diverses exigences physiologiques et métaboliques. Grâce à une approche fondée sur des preuves, la capacité à interpréter et à appliquer avec précision les informations nutritionnelles sera optimisée, favorisant ainsi une prise de décision éclairée. De même, le développement d'interventions innovantes intégrant les avancées scientifiques et technologiques dans le domaine nutritionnel sera encouragé. Tout cela permettra d'améliorer les performances et la récupération fonctionnelle, en consolidant un profil spécialisé dans le conseil en Nutrition Sportive.



“

Vous serez capable de concevoir des stratégies alimentaires de haut niveau, adaptées à diverses exigences physiologiques et métaboliques”



Objectifs généraux

- ♦ Fournir des connaissances actualisées sur les avancées en matière d'alimentation et leur impact sur la santé et les performances sportives
- ♦ Explorer les tendances actuelles en matière de nutrition, en analysant leur applicabilité dans différents contextes professionnels
- ♦ Développer des compétences en matière d'évaluation de l'état nutritionnel et de l'alimentation, en facilitant leur application dans la pratique clinique et sportive
- ♦ Approfondir les connaissances sur l'alimentation dans la pratique sportive, en optimisant les performances physiques grâce à des stratégies nutritionnelles fondées sur des preuves
- ♦ Examiner le végétarisme et le véganisme, en abordant leurs avantages et leurs implications dans le domaine sportif et clinique
- ♦ Adapter les stratégies nutritionnelles aux différentes étapes de la vie et à des populations spécifiques, en garantissant des interventions personnalisées
- ♦ Mettre en œuvre des plans nutritionnels pour la réadaptation et la récupération fonctionnelle, en favorisant la régénération et la prévention des blessures
- ♦ Appliquer des outils d'évaluation nutritionnelle pour concevoir des plans personnalisés, en optimisant les recommandations et le suivi nutritionnel





Objectifs spécifiques

Module 1. Nouveaux développements dans l'alimentation

- ♦ Comprendre les bases moléculaires de la nutrition et leur impact sur l'organisme
- ♦ Analyser la composition des aliments et leur application dans l'alimentation
- ♦ Évaluer les risques liés à la sécurité alimentaire dans la chaîne de consommation
- ♦ Interpréter le nouvel étiquetage alimentaire et son influence sur le consommateur

Module 2. Tendances actuelles en matière de Nutrition

- ♦ Explorer la nutriginétique et la nutriginomique pour comprendre leur impact sur l'alimentation personnalisée
- ♦ Analyser la relation entre nutrition et immunité, en soulignant le rôle des antioxydants
- ♦ Évaluer les facteurs physiologiques et psychologiques qui régulent l'appétit et la satiété
- ♦ Examiner les nouvelles preuves concernant le régime méditerranéen et ses bienfaits pour la santé

Module 3. Évaluation de l'état nutritionnel et du régime alimentaire. Application dans la pratique

- ♦ Évaluer les besoins énergétiques et les méthodes d'évaluation de la dépense énergétique dans différentes populations
- ♦ Appliquer des techniques d'évaluation de l'état nutritionnel à travers l'analyse de la composition corporelle et des méthodes biochimiques
- ♦ Analyser l'apport alimentaire et nutritionnel à l'aide de méthodes directes et indirectes, pour une évaluation précise du régime alimentaire
- ♦ Mettre à jour les besoins nutritionnels et adapter les recommandations alimentaires aux différentes étapes de la vie, y compris la ménopause et le troisième âge



Module 4. La nutrition dans le sport

- ♦ Approfondir les besoins énergétiques et l'état nutritionnel des sportifs afin d'optimiser leurs performances
- ♦ Planifier des stratégies alimentaires spécifiques pour les différentes phases de la pratique sportive, de la phase pré-compétitive à la phase post-compétitive
- ♦ Analyser l'hydratation sportive, y compris la régulation des besoins et la sélection des boissons appropriées
- ♦ Appliquer les connaissances sur les aides ergogéniques et la réglementation antidopage, afin de garantir des performances optimales dans le respect des réglementations sportives

Module 5. Physiologie musculaire et métabolique liée à l'exercice

- ♦ Évaluer les adaptations cardiovasculaires et ventilatoires liées à l'exercice physique, en optimisant les performances physiques
- ♦ Analyser les adaptations hormonales à l'exercice physique, en comprenant l'impact du cortisol et de la testostérone sur le métabolisme
- ♦ Explorer le métabolisme des glucides, des lipides et des protéines pendant l'exercice physique, en se concentrant sur leur mobilisation et leur utilisation énergétique
- ♦ Comprendre le concept de seuil lactique et sa relation avec la bioénergétique mixte dans les fibres musculaires, en améliorant l'efficacité métabolique pendant l'exercice

Module 6. Végétarisme et véganisme

- ♦ Analyser l'impact du végétarisme et du végétalisme sur le sport, en soulignant leur évolution et leur adoption par les athlètes
- ♦ Différencier les types de régimes à base de plantes, en mettant l'accent sur leurs avantages pour les athlètes végétaliens et végétariens
- ♦ Identifier les erreurs courantes dans le régime végétalien pour les athlètes, telles que l'équilibre énergétique et la consommation adéquate de protéines
- ♦ Évaluer les nutriments clés dans les régimes à base de plantes, notamment la vitamine B12, le fer, le calcium, la vitamine D et le zinc
- ♦ Comparer les effets du régime végétalien et du régime omnivore, en tenant compte de la durabilité et des performances sportives
- ♦ Explorer les aides ergogéniques, telles que la créatine et les protéines végétales, pour optimiser les performances dans les régimes végétaliens

Module 7. Différents stades ou populations spécifiques

- ♦ Évaluer les besoins nutritionnels spécifiques des femmes sportives, en tenant compte des facteurs limitants et des besoins énergétiques
- ♦ Analyser l'impact du cycle menstruel sur les performances sportives, en mettant l'accent sur les phases lutéale et folliculaire
- ♦ Approfondir la triade de la femme athlète, en abordant des conditions telles que l'aménorrhée et l'ostéoporose dans le contexte sportif
- ♦ Explorer la nutrition adéquate pour les femmes sportives enceintes, en soulignant l'importance des micronutriments et des besoins énergétiques

Module 8. Nutrition pour la réadaptation et la récupération fonctionnelle

- ♦ Évaluer l'impact d'une alimentation complète sur la prévention et la récupération des blessures
- ♦ Déterminer l'effet des glucides, des protéines et des graisses sur la réadaptation fonctionnelle
- ♦ Analyser le rôle des vitamines et des minéraux dans l'optimisation de la récupération après une blessure
- ♦ Étudier le rôle des phytochimiques dans la régénération musculaire après une blessure

Module 9. Alimentation, santé et prévention des maladies: problèmes actuels et recommandations pour la population générale

- ♦ Évaluer les habitudes alimentaires actuelles et leur lien avec les risques pour la santé
- ♦ Comparer les modèles alimentaires et leur impact sur la prévention des maladies
- ♦ Analyser les recommandations nutritionnelles pour les différentes étapes de la vie: enfance, adolescence, âge adulte et vieillissement
- ♦ Examiner le régime méditerranéen comme modèle durable et ses bienfaits pour la santé

Module 10. Évaluation de l'état nutritionnel et calcul de plans nutritionnels personnalisés, recommandations et suivi

- ♦ Rechercher les variables individuelles dans les antécédents médicaux qui ont un impact sur le plan nutritionnel
- ♦ Calculer l'apport énergétique et les recommandations en macronutriments et micronutriments
- ♦ Planifier et répartir les prises quotidiennes, en ajustant les quantités et la fréquence en fonction des besoins individuels

- ♦ Développer des modèles de planification des régimes alimentaires, tels que des menus hebdomadaires et des méthodologies d'échange d'aliments
- ♦ Appliquer des algorithmes de décision en nutrition hospitalière pour adapter les régimes alimentaires aux besoins du patient
- ♦ Mettre en œuvre des stratégies éducatives pour le maintien d'habitudes alimentaires saines et un soutien psychologique à la sortie de l'hôpital



Vous traiterez les besoins nutritionnels spécifiques des femmes sportives, en optimisant leur santé grâce à une nutrition adéquate”

05

Opportunités de Carrière

Ce Mastère Spécialisé élargira les perspectives professionnelles des professionnels, leur permettant d'accéder à de nouvelles opportunités dans les secteurs de la performance physique, tant dans les équipes sportives que dans les organisations de haut niveau. Face à cela et grâce aux compétences acquises, le professionnel pourra exercer avec succès des fonctions telles que nutritionniste sportif, conseiller en haute performance ou consultant spécialisé. En conséquence, ces opportunités vous permettront d'influencer l'amélioration continue des athlètes, en optimisant leurs performances et en apportant des approches stratégiques basées sur la nutrition.





“

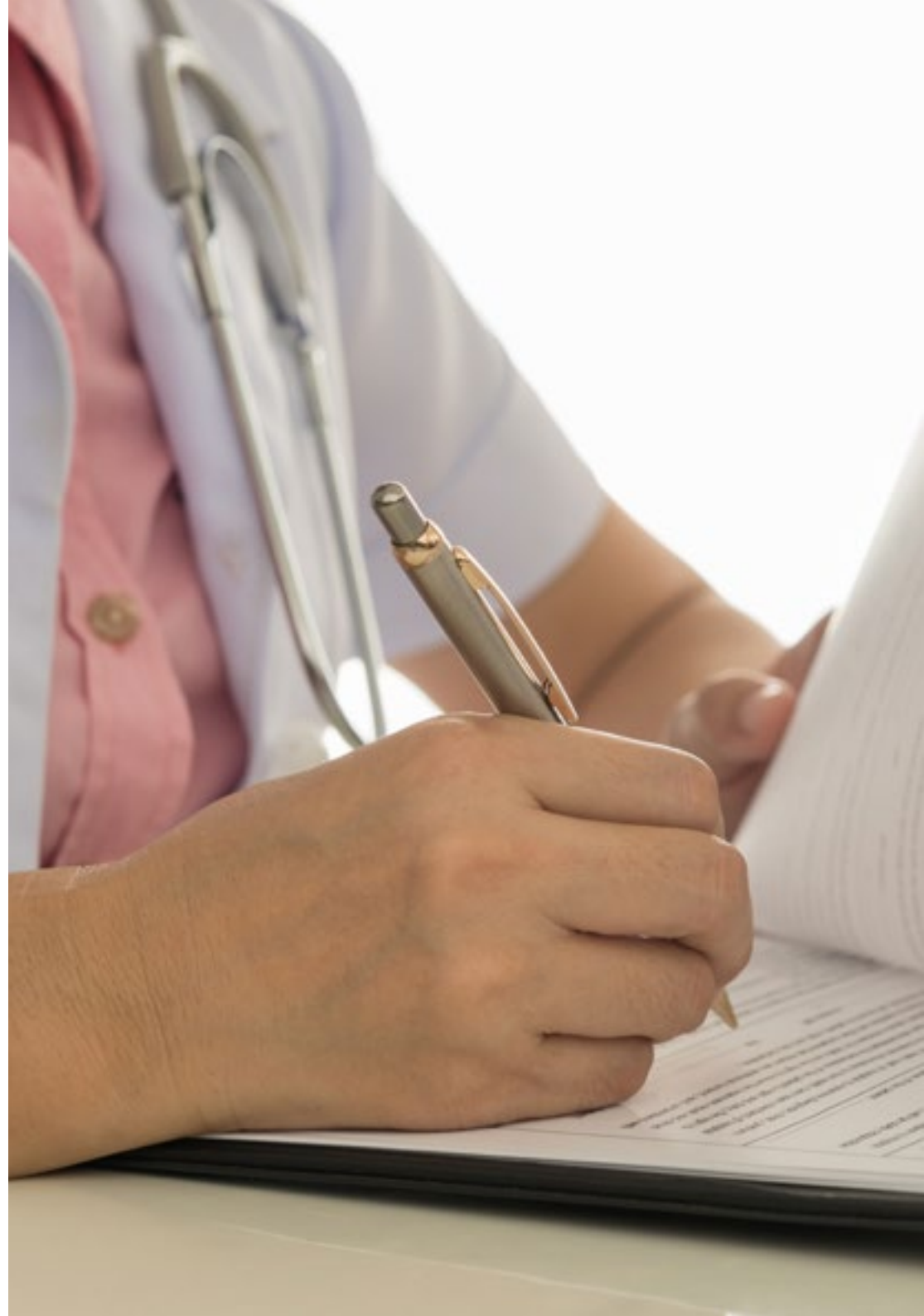
*Vous serez en mesure de rassembler
des ressources innovantes pour fournir
des conseils nutritionnels spécialisés et
actualisés”*

Profil des diplômés

Le diplômé de ce programme universitaire développera une compréhension approfondie des besoins nutritionnels dans le contexte sportif et sera capable de concevoir des plans alimentaires personnalisés et adaptés à chaque discipline. En outre, il acquerra les compétences nécessaires pour travailler efficacement avec des équipes multidisciplinaires, en gérant la nutrition comme un facteur clé de l'amélioration des performances. À l'avenir, il pourra diriger des projets intégrant la nutrition et le bien-être physique, contribuant ainsi à la préparation et à la récupération des athlètes de haut niveau. Il sera ainsi en mesure de fournir des conseils dans le domaine de la performance, en relevant les défis posés par les progrès de la science nutritionnelle.

Vous concevrez des plans alimentaires personnalisés, en appliquant des stratégies nutritionnelles précises et adaptées aux besoins individuels.

- ♦ **Communication efficace:** transmettre de manière claire et précise des recommandations nutritionnelles, tant dans un cadre individuel que collectif, en facilitant la compréhension et l'application des stratégies proposées
- ♦ **Esprit critique:** analyser et évaluer les informations nutritionnelles, en les adaptant aux besoins spécifiques de chaque sportif et à chaque situation
- ♦ **Travail en équipe multidisciplinaire:** collaborer efficacement avec d'autres professionnels, tels que des entraîneurs, des médecins et des kinésithérapeutes, afin d'offrir une prise en charge complète au sportif
- ♦ **Gestion du temps:** s'organiser efficacement pour respecter les exigences et les délais dans l'élaboration de plans nutritionnels personnalisés et le suivi



À l'issue de ce programme, vous serez en mesure d'utiliser vos connaissances et vos compétences dans les postes suivants:

1. **Nutritionniste sportif:** chargé de concevoir et de superviser des programmes nutritionnels adaptés aux besoins des athlètes, afin d'optimiser leurs performances et leur récupération. Son travail consiste à évaluer l'apport alimentaire et à donner des conseils sur les habitudes alimentaires saines afin de maintenir une bonne condition physique.
2. **Conseiller en haute performance:** chargé de guider les athlètes et les équipes sportives dans l'élaboration de stratégies visant à maximiser leurs capacités physiques et mentales. Il fournit des recommandations pour améliorer les performances grâce à l'entraînement, la nutrition et la psychologie sportive.
3. **Consultant en Nutrition Sportive:** il se consacre à fournir des conseils d'expert sur l'alimentation et la supplémentation afin d'optimiser les performances des athlètes. Il travaille en collaboration avec des entraîneurs et d'autres spécialistes pour concevoir des programmes complets de santé et de performance.
4. **Coordinateur de programmes de Nutrition Sportive:** responsable de la coordination et de la supervision de tous les aspects liés à la Nutrition Sportive au sein d'une organisation ou d'une équipe, en développant des stratégies pour la mise en œuvre de plans nutritionnels et la formation des athlètes et des entraîneurs.
5. **Chercheur en sciences de la Nutrition Sportive:** dédié à l'analyse de l'impact de la nutrition sur la performance physique, menant des recherches pour mieux comprendre comment les nutriments affectent le corps humain dans des situations sportives et améliorant les pratiques basées sur des preuves scientifiques.
6. **Responsable santé et bien-être sportif:** gestionnaire des programmes de bien-être et de santé au sein des organisations sportives, veillant à ce que les athlètes suivent des programmes nutritionnels et d'entraînement qui optimisent leurs performances et minimisent les risques de blessures.
7. **Technicien en nutrition et compléments alimentaires pour sportifs:** chargé de conseiller et de gérer l'utilisation appropriée des compléments alimentaires afin d'améliorer les performances des athlètes. Évalue les besoins de chaque athlète et recommande les produits les plus adaptés à leurs objectifs sportifs.
8. **Superviseur nutritionnel dans les centres de haute performance:** chargé de superviser et de gérer les services nutritionnels dans les centres sportifs d'élite, en veillant à ce que les athlètes reçoivent les soins adaptés à leurs besoins alimentaires spécifiques.

06

Licences de logiciels incluses

TECH est une référence dans le monde universitaire pour associer les dernières technologies aux méthodologies d'enseignement afin d'améliorer le processus d'enseignement-apprentissage. À cette fin, elle a établi un réseau d'alliances qui lui permet d'avoir accès aux outils logiciels les plus avancés du monde professionnel.



“

Lorsque vous vous inscrirez, vous recevrez, tout à fait gratuitement, les références pour l'utilisation académique des applications logicielles professionnelles suivantes"

TECH a établi un réseau d'alliances professionnelles avec les principaux fournisseurs de logiciels appliqués à différents domaines professionnels. Ces alliances permettent à TECH d'avoir accès à l'utilisation de certaines d'applications informatiques et de licences de software afin de les rapprocher de ses étudiants.

Les licences de logiciels pour un universitaire permettront aux étudiants d'utiliser les applications informatiques les plus avancées dans leur domaine professionnel, afin qu'ils puissent les connaître et apprendre à les maîtriser sans avoir à engager de frais. TECH se chargera de la procédure contractuelle afin que les étudiants puissent les utiliser de manière illimitée pendant la durée de leurs études dans le cadre du programme de Mastère Spécialisé en Nutrition Sportive, et ce de manière totalement gratuite.

TECH vous donnera un accès gratuit à l'utilisation des applications logicielles suivantes:

DIETOPRO.COM
software de gestión dietético-nutricional

i-Diet

The logo for Nutrium, featuring a stylized white icon of a person or a shield-like shape on the left, followed by the word "nutrium" in a lowercase, white, sans-serif font.

DietoPro

Dans le cadre de notre engagement pour une formation complète et appliquée, tous les étudiants inscrits à ce programme bénéficieront d'un **accès gratuit** à la licence **DietoPro** spécialisée en nutrition, d'une valeur d'environ **30 euros**. Cette plateforme sera disponible pendant toute la durée du cours. Son utilisation enrichit le processus d'apprentissage, en facilitant la mise en œuvre immédiate des connaissances acquises.

Il s'agit d'une solution avancée qui permet de créer des plans personnalisés, d'enregistrer et d'analyser les apports quotidiens et de recevoir des recommandations en fonction de chaque utilisateur. Son interface intuitive et sa base technologique consolident une expérience pratique, alignée sur les normes actuelles du bien-être et de la santé numérique.

Principales Fonctionnalités:

- ♦ **Planification Nutritionnelle Personnalisée:** concevoir des plans alimentaires adaptés à des objectifs, des préférences et des besoins spécifiques
- ♦ **Enregistrement et Suivi des Régimes:** facilite le suivi nutritionnel grâce à des rapports dynamiques et une analyse détaillée des nutriments
- ♦ **Suggestions Intelligentes:** utilise l'intelligence artificielle pour proposer des ajustements et des recommandations personnalisées
- ♦ **Intégration d'Appareils de Santé:** compatible avec les *wearables* et les applications de fitness pour une vision holistique de la condition physique
- ♦ **Ressources Éducatives:** accès à du contenu, des guides et des conseils d'experts pour renforcer les habitudes saines et promouvoir l'apprentissage tout au long de la vie

Cette **Licence gratuite** offre une occasion unique d'explorer les outils professionnels, de consolider les connaissances théoriques et de profiter d'une expérience pratique de grande valeur.

i-Diet

Un autre avantage exclusif de ce programme universitaire est l'**accès gratuit** à **i-Diet**, un outil d'évaluation nutritionnelle d'une valeur de **180 euros**. Cette plateforme flexible permet de modifier les bases de données alimentaires et les recettes, ainsi que d'ajouter de nouveaux éléments de manière intuitive.

i-Diet est conçu pour s'adapter aux différents besoins professionnels et permet de personnaliser les plans nutritionnels dès le premier jour de cours. L'outil intègre l'intelligence artificielle dans ses calculs, développés avec le soutien du Département de Modélisation Mathématique de l'ETSIMO, ce qui garantit la précision et la solidité scientifique de chaque évaluation.

Fonctions principales:

- ♦ **Base de données éditale:** accès aux aliments et aux recettes entièrement personnalisable
- ♦ **Calculs IA:** algorithmes optimisés pour une évaluation précise et efficace
- ♦ **Plus de 1 000 recettes supervisées:** contenu développé par la diététicienne-nutritionniste Cristina Rodriguez Bernardo
- ♦ **Mesures corporelles multiples:** prise en charge de la BIA, des ultrasons, de l'infrarouge, de la plicométrie et des périmètres
- ♦ **Interface intuitive:** facile à utiliser en cabinet et pour le suivi clinique

L'**accès gratuit** à **i-Diet** pendant le cours offre une opportunité inestimable d'appliquer les connaissances théoriques, d'améliorer la prise de décision nutritionnelle et de renforcer les compétences techniques des professionnels.

Nutrium

Accéder à **Nutrium**, une plateforme professionnelle d'une valeur de **200 euros**, est une occasion unique d'optimiser la prise en charge des patients. Ce système avancé permet d'enregistrer les dossiers, de planifier les rendez-vous, d'envoyer des rappels et d'effectuer des consultations en ligne, en facilitant la communication grâce à son application mobile.

De plus, cette licence exclusive et libre d'accès offre des outils de suivi des objectifs nutritionnels, permettant aux clients de mettre à jour leurs progrès en temps réel, ce qui favorise l'adhésion aux traitements et améliore l'efficacité des recommandations diététiques.

Principales caractéristiques de Nutrium:

- ♦ **Gestion complète du client:** inscription détaillée, prise de rendez-vous et rappels automatiques
- ♦ **Communication continue:** accès aux consultations en ligne et à l'application mobile pour les patients
- ♦ **Suivi des objectifs nutritionnels:** outils permettant de définir et de suivre des objectifs spécifiques
- ♦ **Mises à jour en temps réel:** les patients peuvent directement mettre à jour leurs progrès
- ♦ **Efficacité du traitement:** amélioration de l'adhésion et des résultats des plans diététiques.

Cette plateforme, accessible **gratuitement** pendant le programme, permettra une application pratique des connaissances acquises, facilitant une approche globale et efficace de la nutrition.

07

Méthodologie d'étude

TECH Euromed University est la première au monde à combiner la méthodologie des **case studies** avec **Relearning**, un système d'apprentissage 100% en ligne basé sur la répétition guidée.

Cette stratégie d'enseignement innovante est conçue pour offrir aux professionnels la possibilité d'actualiser leurs connaissances et de développer leurs compétences de manière intensive et rigoureuse. Un modèle d'apprentissage qui place l'étudiant au centre du processus académique et lui donne le rôle principal, en s'adaptant à ses besoins et en laissant de côté les méthodologies plus conventionnelles.



“

*TECH Euromed University vous prépare
à relever de nouveaux défis dans des
environnements incertains et à réussir
votre carrière”*

L'étudiant: la priorité de tous les programmes de TECH Euromed University

Dans la méthodologie d'étude de TECH Euromed University, l'étudiant est le protagoniste absolu.

Les outils pédagogiques de chaque programme ont été sélectionnés en tenant compte des exigences de temps, de disponibilité et de rigueur académique que demandent les étudiants d'aujourd'hui et les emplois les plus compétitifs du marché.

Avec le modèle éducatif asynchrone de TECH Euromed University, c'est l'étudiant qui choisit le temps qu'il consacre à l'étude, la manière dont il décide d'établir ses routines et tout cela dans le confort de l'appareil électronique de son choix. L'étudiant n'a pas besoin d'assister à des cours en direct, auxquels il ne peut souvent pas assister. Les activités d'apprentissage se dérouleront à votre convenance. Vous pouvez toujours décider quand et où étudier.

“

À TECH Euromed University, vous n'aurez PAS de cours en direct (auxquelles vous ne pourrez jamais assister)”



Les programmes d'études les plus complets au niveau international

TECH Euromed University se caractérise par l'offre des itinéraires académiques les plus complets dans l'environnement universitaire. Cette exhaustivité est obtenue grâce à la création de programmes d'études qui couvrent non seulement les connaissances essentielles, mais aussi les dernières innovations dans chaque domaine.

Grâce à une mise à jour constante, ces programmes permettent aux étudiants de suivre les évolutions du marché et d'acquérir les compétences les plus appréciées par les employeurs. Ainsi, les diplômés de TECH Euromed University reçoivent une préparation complète qui leur donne un avantage concurrentiel significatif pour progresser dans leur carrière.

De plus, ils peuvent le faire à partir de n'importe quel appareil, PC, tablette ou smartphone.

“

Le modèle de TECH Euromed University est asynchrone, de sorte que vous pouvez étudier sur votre PC, votre tablette ou votre smartphone où vous voulez, quand vous voulez et aussi longtemps que vous le voulez”

Case studies ou Méthode des cas

La méthode des cas est le système d'apprentissage le plus utilisé par les meilleures écoles de commerce du monde. Développée en 1912 pour que les étudiants en Droit n'apprennent pas seulement le droit sur la base d'un contenu théorique, sa fonction était également de leur présenter des situations réelles et complexes. De cette manière, ils pouvaient prendre des décisions en connaissance de cause et porter des jugements de valeur sur la manière de les résoudre. Elle a été établie comme méthode d'enseignement standard à Harvard en 1924.

Avec ce modèle d'enseignement, ce sont les étudiants eux-mêmes qui construisent leurs compétences professionnelles grâce à des stratégies telles que *Learning by doing* ou le *Design Thinking*, utilisées par d'autres institutions renommées telles que Yale ou Stanford.

Cette méthode orientée vers l'action sera appliquée tout au long du parcours académique de l'étudiant avec TECH Euromed University. Vous serez ainsi confronté à de multiples situations de la vie réelle et devrez intégrer des connaissances, faire des recherches, argumenter et défendre vos idées et vos décisions. Il s'agissait de répondre à la question de savoir comment ils agiraient lorsqu'ils seraient confrontés à des événements spécifiques complexes dans le cadre de leur travail quotidien.



Méthode Relearning

À TECH Euromed University, les *case studies* sont complétées par la meilleure méthode d'enseignement 100% en ligne: le *Relearning*.

Cette méthode s'écarte des techniques d'enseignement traditionnelles pour placer l'apprenant au centre de l'équation, en lui fournissant le meilleur contenu sous différents formats. De cette façon, il est en mesure de revoir et de répéter les concepts clés de chaque matière et d'apprendre à les appliquer dans un environnement réel.

Dans le même ordre d'idées, et selon de multiples recherches scientifiques, la répétition est le meilleur moyen d'apprendre. C'est pourquoi TECH Euromed University propose entre 8 et 16 répétitions de chaque concept clé au sein d'une même leçon, présentées d'une manière différente, afin de garantir que les connaissances sont pleinement intégrées au cours du processus d'étude.

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.



Un Campus Virtuel 100% en ligne avec les meilleures ressources didactiques

Pour appliquer efficacement sa méthodologie, TECH Euromed University se concentre à fournir aux diplômés du matériel pédagogique sous différents formats: textes, vidéos interactives, illustrations et cartes de connaissances, entre autres. Tous ces supports sont conçus par des enseignants qualifiés qui axent leur travail sur la combinaison de cas réels avec la résolution de situations complexes par la simulation, l'étude de contextes appliqués à chaque carrière professionnelle et l'apprentissage basé sur la répétition, par le biais d'audios, de présentations, d'animations, d'images, etc.

Les dernières données scientifiques dans le domaine des Neurosciences soulignent l'importance de prendre en compte le lieu et le contexte d'accès au contenu avant d'entamer un nouveau processus d'apprentissage. La possibilité d'ajuster ces variables de manière personnalisée aide les gens à se souvenir et à stocker les connaissances dans l'hippocampe pour une rétention à long terme. Il s'agit d'un modèle intitulé *Neurocognitive context-dependent e-learning* qui est sciemment appliqué dans le cadre de ce diplôme d'université.

D'autre part, toujours dans le but de favoriser au maximum les contacts entre mentors et mentorés, un large éventail de possibilités de communication est offert, en temps réel et en différé (messagerie interne, forums de discussion, service téléphonique, contact par courrier électronique avec le secrétariat technique, chat et vidéoconférence).

De même, ce Campus Virtuel très complet permettra aux étudiants TECH Euromed University d'organiser leurs horaires d'études en fonction de leurs disponibilités personnelles ou de leurs obligations professionnelles. De cette manière, ils auront un contrôle global des contenus académiques et de leurs outils didactiques, mis en fonction de leur mise à jour professionnelle accélérée.



Le mode d'étude en ligne de ce programme vous permettra d'organiser votre temps et votre rythme d'apprentissage, en l'adaptant à votre emploi du temps"

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

1. Les étudiants qui suivent cette méthode parviennent non seulement à assimiler les concepts, mais aussi à développer leur capacité mentale au moyen d'exercices pour évaluer des situations réelles et appliquer leurs connaissances.
2. L'apprentissage est solidement traduit en compétences pratiques ce qui permet à l'étudiant de mieux s'intégrer dans le monde réel.
3. L'assimilation des idées et des concepts est rendue plus facile et plus efficace, grâce à l'utilisation de situations issues de la réalité.
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.

La méthodologie universitaire la mieux évaluée par ses étudiants

Les résultats de ce modèle académique innovant sont visibles dans les niveaux de satisfaction générale des diplômés de TECH Euromed University.

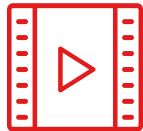
L'évaluation par les étudiants de la qualité de l'enseignement, de la qualité du matériel, de la structure du cours et des objectifs est excellente. Il n'est pas surprenant que l'institution soit devenue l'université la mieux évaluée par ses étudiants selon l'indice global score, obtenant une note de 4,9 sur 5.

Accédez aux contenus de l'étude depuis n'importe quel appareil disposant d'une connexion Internet (ordinateur, tablette, smartphone) grâce au fait que TECH Euromed University est à la pointe de la technologie et de l'enseignement.

Vous pourrez apprendre grâce aux avantages offerts par les environnements d'apprentissage simulés et à l'approche de l'apprentissage par observation: le Learning from an expert.



Ainsi, le meilleur matériel pédagogique, minutieusement préparé, sera disponible dans le cadre de ce programme:



Matériel didactique

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

Ces contenus sont ensuite appliqués au format audiovisuel afin de mettre en place notre mode de travail en ligne, avec les dernières techniques qui nous permettent de vous offrir une grande qualité dans chacune des pièces que nous mettrons à votre service.



Pratique des aptitudes et des compétences

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



Résumés interactifs

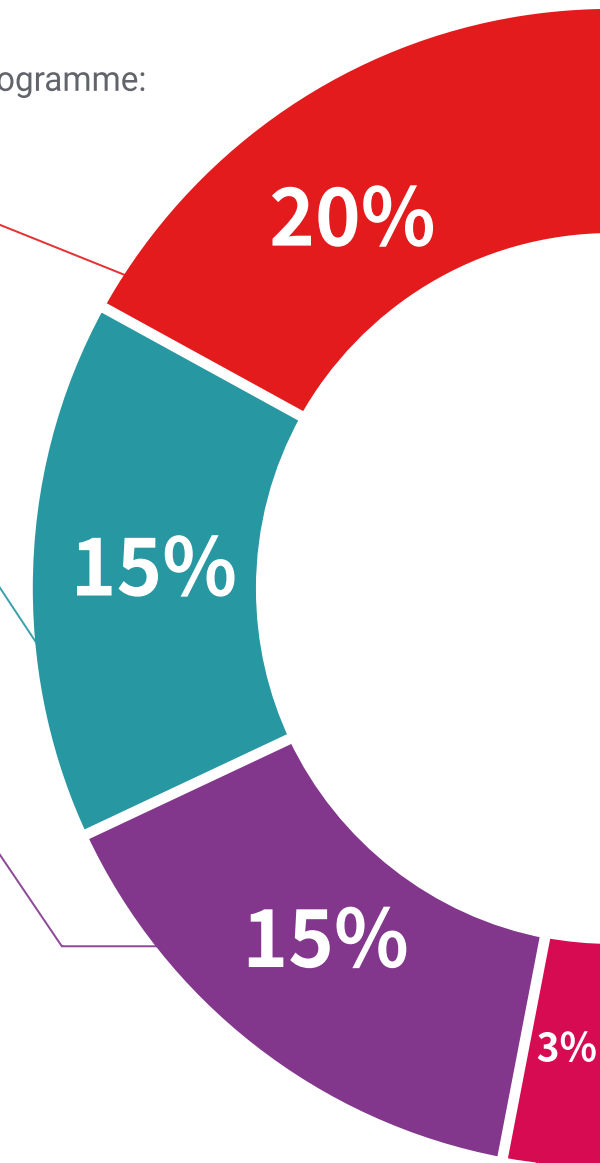
Nous présentons les contenus de manière attrayante et dynamique dans des dossiers multimédias qui incluent de l'audio, des vidéos, des images, des diagrammes et des cartes conceptuelles afin de consolider les connaissances.

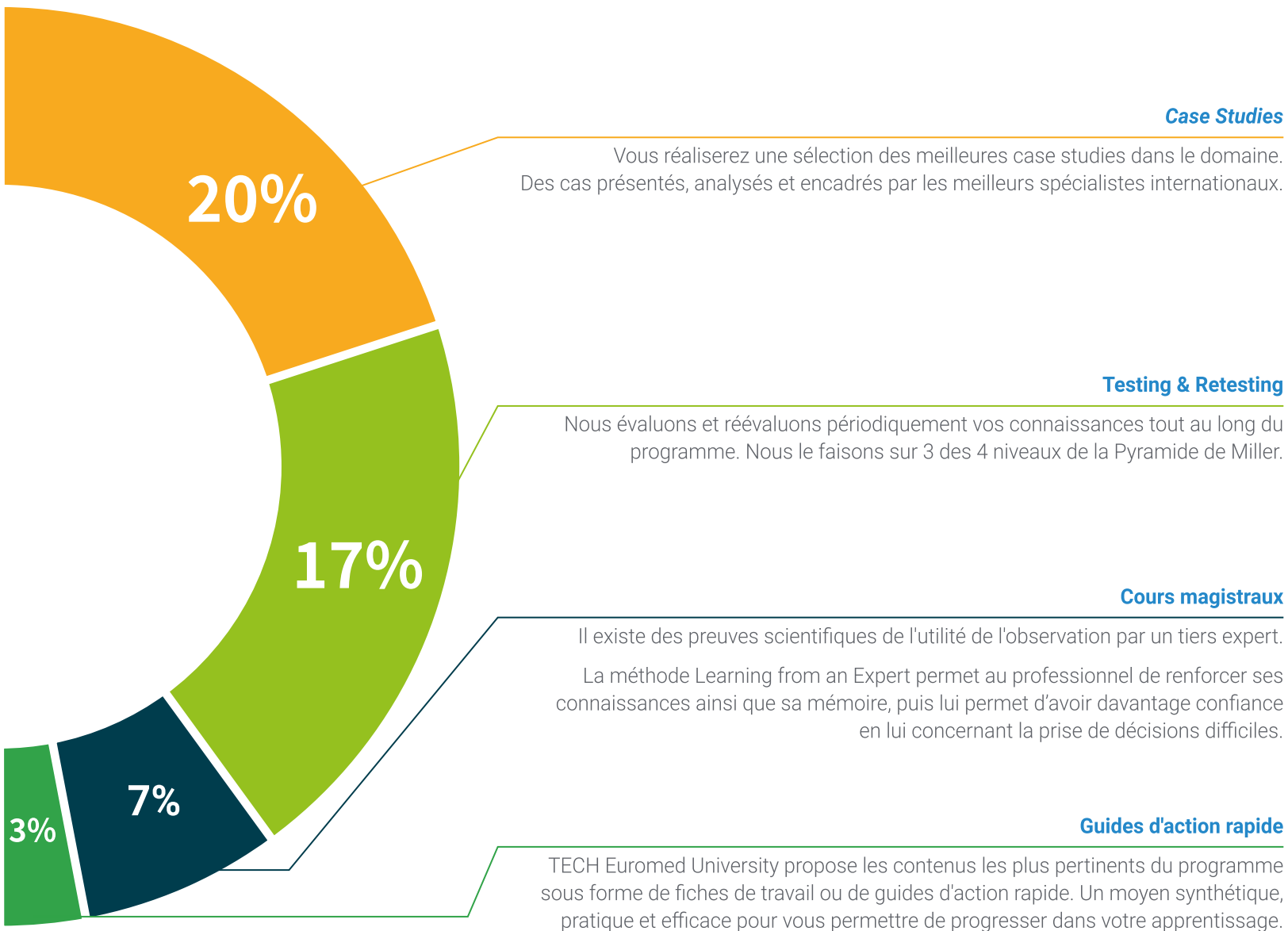
Ce système éducatif unique de présentation de contenu multimédia a été récompensé par Microsoft en tant que «European Success Story».



Lectures complémentaires

Articles récents, documents de consensus, guides internationaux, etc... Dans notre bibliothèque virtuelle, vous aurez accès à tout ce dont vous avez besoin pour compléter votre formation.





Case Studies

Vous réaliserez une sélection des meilleures case studies dans le domaine. Des cas présentés, analysés et encadrés par les meilleurs spécialistes internationaux.



Testing & Retesting

Nous évaluons et réévaluons périodiquement vos connaissances tout au long du programme. Nous le faisons sur 3 des 4 niveaux de la Pyramide de Miller.



Cours magistraux

Il existe des preuves scientifiques de l'utilité de l'observation par un tiers expert. La méthode Learning from an Expert permet au professionnel de renforcer ses connaissances ainsi que sa mémoire, puis lui permet d'avoir davantage confiance en lui concernant la prise de décisions difficiles.



Guides d'action rapide

TECH Euromed University propose les contenus les plus pertinents du programme sous forme de fiches de travail ou de guides d'action rapide. Un moyen synthétique, pratique et efficace pour vous permettre de progresser dans votre apprentissage.



08

Corps enseignant

L'équipe enseignante, composée d'experts renommés en Nutrition Sportive, apportera ses nombreuses années d'expérience pratique et académique. De même, son grand prestige dans le secteur garantira que, grâce à ses connaissances actualisées et spécialisées, les étudiants pourront accéder à des stratégies innovantes et des approches de pointe. En effet, ce programme universitaire a été conçu pour renforcer les compétences des professionnels, en leur fournissant des ressources qui leur permettront de se démarquer dans le domaine professionnel. Grâce à l'expérience et à la vision des enseignants, vous aurez l'occasion d'approfondir les aspects les plus importants de la Nutrition Sportive.



“

L'équipe enseignante, spécialisée en Nutrition Sportive, a conçu du matériel exclusif et du contenu supplémentaire pour que vous puissiez approfondir chaque sujet de manière personnalisée”

Directrice Invitée Internationale

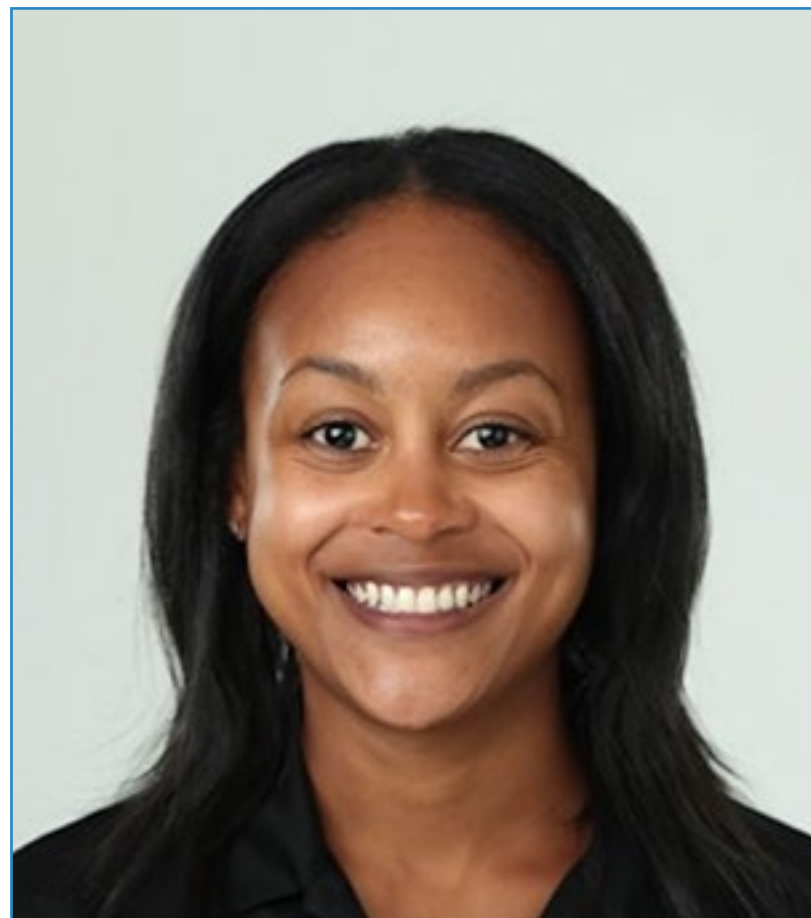
Shelby Johnson mène une brillante carrière en tant que **Nutritionniste Sportive**, spécialisée dans les **sports universitaires** aux États-Unis. En effet, son expérience et ses connaissances spécifiques dans ce domaine ont joué un rôle clé dans son objectif de contribuer à l'amélioration des performances des **athlètes de haut niveau**.

En tant que **Directrice de la Nutrition Sportive** à l'Université de Duke, elle a fourni une assistance dans le domaine de la **nutrition** et de la **santé** aux **étudiants athlètes**. Elle a également fait partie du **groupe de nutritionnistes** de l'Université du Missouri et des équipes de **football**, de **lacrosse** et de **basket-ball féminin** de l'Université de Floride.

De même, son engagement à offrir aux **jeunes athlètes** les meilleurs **conseils nutritionnels** pendant leurs entraînements et leurs compétitions l'a amenée à accomplir un travail remarquable dans ce domaine professionnel. Ainsi, afin de garantir la meilleure **prise en charge possible des athlètes**, elle s'est chargée d'effectuer des **analyses de la composition corporelle** et d'**élaborer des programmes personnalisés**, en fonction des objectifs de chacun. Elle a également conseillé les **athlètes** sur les **régimes alimentaires** les mieux adaptés à leurs efforts physiques, afin de contribuer à leur pleine performance et d'éviter les problèmes de **santé**.

Au cours de sa carrière professionnelle, Shelby Johnson a exercé une activité complète dans le domaine de la **nutrition sportive**, et sa capacité à s'adapter à différentes disciplines lui a permis d'élargir ses domaines d'activité et d'offrir une attention beaucoup plus précise.

Ainsi, grâce à sa formation et à son expérience, elle a créé une **Politique de Sensibilisation Alimentaire pour la Santé Sportive**, cherchant à mettre en valeur l'importance d'une bonne **nutrition pour la santé**. Son objectif a donc toujours été de diffuser toutes les informations susceptibles d'aider les **athlètes** à prendre conscience des meilleurs **nutriments**, **vitamines** et **aliments** pour atteindre leurs objectifs.



Mme Johnson, Shelby

- Directrice de la Nutrition Sportive à l'Université Duke, Durham, États-Unis
- Conseillère Nutritionniste
- Nutritionniste des équipes féminines de football, de lacrosse et de basket-ball de l'Université de Floride
- Spécialiste en Nutrition Sportive
- Master en Physiologie Appliquée et Kinésiologie de l'Université de Floride
- Diplôme en Diététique de l'Université de Lipscomb



Grâce à TECH, vous pourrez apprendre avec les meilleurs professionnels du monde"

Direction



Dr Pérez de Ayala, Enrique

- ♦ Chef du Service de Médecine Sportive de la Polyclinique de Guipúzcoa
- ♦ Licence en Médecine de l'Université Autonome de Barcelone
- ♦ Master en Évaluation des Dommages Corporels
- ♦ Certificat Avancé en Biologie et Médecine du Sport de l'Université Pierre et Marie Curie.
- ♦ Ancien chef de la section de médecine sportive de la Société royale espagnole de football.
- ♦ Membre de: Association Espagnole des Médecins des Équipes de Football, Fédération Espagnole de Médecine Sportive et Société Espagnole de Médecine Aérospatiale

Professeurs

Mme Urbeltz, Uxue

- ♦ Instructrice au BPX, Conseil des Sports de Saint-Sébastien
- ♦ Diététicienne à la Polyclinique du Gipuzkoa
- ♦ Diplôme Supérieur en Diététique et Nutrition
- ♦ Diplôme en Ingénierie de l'Innovation dans les Processus et Produits Alimentaires de l'Université Publique de Navarre
- ♦ Diplôme universitaire en ligne en Microbiote de Regenera
- ♦ Certificat en Anthropométrie ISAK Niveau 1 de The International Society for the Advancement of Kinanthropometry (ISAK)

Mme Aldalur Mancisidor, Ane

- ♦ Diététicienne Spécialisée dans l'Alimentation à Base de Plantes
- ♦ Diplôme en Soins Infirmiers
- ♦ Diplôme Supérieur de Diététique et Technicien en Nutrition de Cebanc
- ♦ Experte en TCA et en Nutrition Sportive
- ♦ Membre du Cabinet de Diététique et du Service de Santé Basque



09 Diplôme

Le Mastère Spécialisé en Nutrition Sportive garantit, outre la formation la plus rigoureuse et la plus actualisée, l'accès à un diplôme de Mastère Spécialisé délivré par TECH Global University, et un autre par Euromed University of Fes.



“

*Terminez ce programme avec succès
et recevez votre diplôme sans avoir à
vous soucier des déplacements ou des
formalités administratives”*

Le programme du **Mastère Spécialisé en Nutrition Sportive** est le programme le plus complet sur la scène académique actuelle. Après avoir obtenu leur diplôme, les étudiants recevront un diplôme d'université délivré par TECH Global University et un autre par Université Euromed de Fès.

Ces diplômes de formation continue et d'actualisation professionnelle de TECH Global University et d'Université Euromed de Fès garantissent l'acquisition de compétences dans le domaine de la connaissance, en accordant une grande valeur curriculaire à l'étudiant qui réussit les évaluations et accrédite le programme après l'avoir suivi dans son intégralité.

Ce double certificat, de la part de deux institutions universitaires de premier plan, représente une double récompense pour une formation complète et de qualité, assurant à l'étudiant l'obtention d'une certification reconnue au niveau national et international. Ce mérite académique vous positionnera comme un professionnel hautement qualifié, prêt à relever les défis et à répondre aux exigences de votre secteur professionnel.

TECH est membre de la prestigieuse organisation professionnelle **The Chartered Association of Sport and Exercise Sciences (CASES)**. Ce lien réaffirme son engagement en faveur de l'excellence en matière de gestion et de formation spécialisée dans le domaine du sport.

TECH est membre de:



Approuvé par la NBA

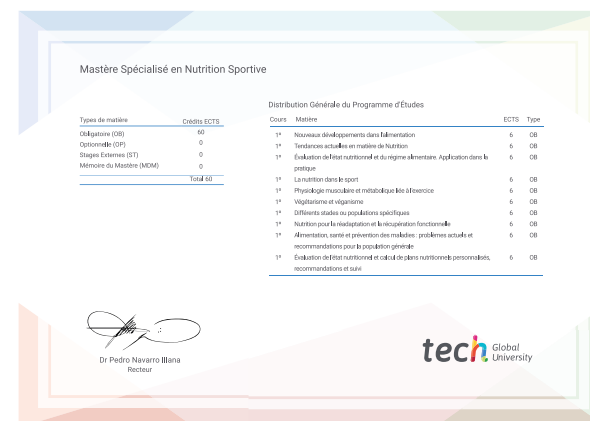


Diplôme: **Mastère Spécialisé en Nutrition Sportive**

Modalité: **en ligne**

Durée: **12 mois**

Accréditation: **60 ECTS**



*Si l'étudiant souhaite que son diplôme version papier possède l'Apostille de La Haye, TECH Euromed University 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

service personnalisé innovation

connaissance présent qualité

en ligne formation

développement institutions

classe virtuelle langues

tech Euromed
University

Mastère Spécialisé Nutrition Sportive

- » Modalité: en ligne
- » Durée: 12 mois
- » Diplôme: TECH Euromed University
- » Accréditation: 60 ECTS
- » Horaire: à votre rythme
- » Examens: en ligne

Mastère Spécialisé

Nutrition Sportive

The Chartered
Association of Sport
and Exercise Sciences



Approuvé par la NBA



tech Euromed
University

