

Mastère Spécialisé Hybride Nutrition Sportive

Approuvé par la NBA



tech global
university





Mastère Spécialisé Hybride

Nutrition Sportive

Modalité: Hybride (en ligne + Pratique Clinique)

Durée: 12 mois

Qualification: TECH Global University

Crédits: 60 + 4 ECTS

Accès au site web : www.techtute.com/fr/science-du-sport/mastere-specialise-hybride/mastere-specialise-hybride-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

Stage Pratique

page 24

06

Centres de stages

page 30

07

Opportunités de carrière

page 34

08

Licences de logiciels incluses

page 38

09

Méthodologie d'étude

page 42

10

Corps enseignant

page 52

11

Diplôme

page 58

01

Présentation du programme

La Nutrition Sportive s'est positionnée comme un pilier stratégique pour améliorer les performances physiques, étant donné que près de 64 % des sportifs amateurs et professionnels ont modifié leur alimentation dans ce but, selon un rapport de l'Organisation Mondiale de la Santé. Dans ce contexte, ce programme universitaire de TECH répond à la nécessité de mettre à jour les compétences fondées sur des preuves scientifiques et applicables à divers contextes sportifs. Pour ce faire, il adopte une méthodologie qui commence en ligne, ce qui favorise l'accès à des contenus spécialisés de manière flexible, et se poursuit par une phase pratique axée sur le développement de compétences appliquées, permettant de transposer les connaissances acquises dans des scénarios réels où des stratégies nutritionnelles de précision sont mises en œuvre.





“

*Grâce à ce programme universitaire innovant,
vous acquerez une vision spécialisée et solide
de la Nutrition Sportive”*

En intervenant directement sur les performances physiques, l'approche nutritionnelle spécialisée s'est imposée comme un pilier dans le domaine du sport moderne. En effet, cette discipline agit sur la planification alimentaire dans le but d'améliorer la composition corporelle, de favoriser la récupération et de prévenir les blessures. Actuellement, son importance réside dans les preuves scientifiques qui démontrent qu'un programme nutritionnel personnalisé contribue au maintien de la santé des sportifs, leur offrant ainsi des avantages concurrentiels significatifs par rapport à ceux qui ne bénéficient pas d'un tel suivi. Grâce à ces contributions, les professionnels du secteur cherchent à actualiser leurs connaissances à l'aide de programmes rigoureux qui intègrent les dernières tendances du secteur.

Par conséquent, ce programme d'études développé par TECH Global University introduit des contenus liés à des thèmes clés de la spécialité tels que les tendances actuelles en matière de Nutrition, l'évaluation de l'état nutritionnel et l'alimentation appliquée à la pratique sportive. Dans cette optique, l'objectif est de consolider un critère clinique appliqué, en analysant les outils de diagnostic, les ressources technologiques et les stratégies alimentaires basées sur les caractéristiques physiologiques du sportif.

De même, ce programme universitaire garantit aux professionnels une projection basée sur des contenus scientifiques et des scénarios réels où ils pourront renforcer la prise de décision fondée sur des données et optimiser la planification alimentaire chez différents types de sportifs. De même, elle élargit les perspectives vers des domaines tels que le conseil global, le conseil spécialisé et l'intervention auprès de populations ayant des demandes spécifiques.

La méthodologie utilisée par TECH Global University se distingue par son dynamisme, en intégrant initialement une phase en ligne avec des ressources pédagogiques de haut niveau qui permettent d'explorer les contenus de manière immersive. Par la suite, une phase pratique est développée dans une institution prestigieuse, où l'apprentissage est directement transféré au domaine professionnel. Comme élément exclusif, un invité de renommée mondiale participera et donnera 10 *Masterclasses* exclusives.

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

- Développement de plus de 100 cas pratiques présentés par des professionnels de référence en Nutrition Sportive et des enseignants ayant une grande expérience dans la gestion des athlètes de haut niveau
- Son contenu graphique, schématique et éminemment pratique fournit des informations concrètes sur les disciplines indispensables à la pratique professionnelle
- Avec un accent particulier sur les preuves scientifiques et les méthodologies de recherche appliquées à la Nutrition Sportive
- Tout cela sera complété par des cours théoriques, des questions à l'expert, des forums de discussion sur des sujets controversés et un travail de réflexion individuel
- Disponibilité des contenus à partir de tout appareil fixe ou portable doté d'une connexion internet
- De plus, vous pourrez effectuer un stage dans l'une des meilleures entreprises



Vous aurez l'occasion de consolider votre mise à jour professionnelle grâce à des stages cliniques dans un centre prestigieux de votre choix

“

Un Directeur Invité International renommé vous proposera 10 Masterclasses intensives axées sur les dernières innovations dans le domaine de la Nutrition Sportive”

Dans cette proposition de Mastère Spécialisé Hybride, de nature professionnalisante et de modalité d'apprentissage hybride, le programme vise à mettre à jour les professionnels exerçant dans le domaine de la Nutrition Sportive, qui requiert un haut niveau de qualification technique et scientifique. Les contenus sont basés sur les dernières données scientifiques et orientés de manière didactique afin d'intégrer les connaissances théoriques dans la pratique professionnelle. Les éléments théoriques et pratiques faciliteront la mise à jour des connaissances et soutiendront la prise de décision dans la gestion des sportifs.

Grâce à son contenu multimédia élaboré à l'aide des dernières technologies éducatives, il permettra aux professionnels du sport un apprentissage situé et contextualisé, c'est-à-dire un environnement simulé qui offrira un apprentissage immersif programmé pour s'entraîner à faire face à des situations réelles. La conception de ce programme est basée sur l'Apprentissage par les Problèmes, grâce auquel le médecin devra essayer de résoudre les différentes situations de pratique professionnelle qui se présentent tout au long du programme. Pour ce faire, l'étudiant sera assisté d'un innovant système de vidéos interactives, créé par des experts reconnus.

Vous souhaitez diriger des interventions en Nutrition Sportive ? Ce programme universitaire vous permettra d'approfondir vos connaissances sur les principes à suivre pour agir efficacement au sein d'équipes spécialisées.

Vous développerez vos compétences pour orienter les sportifs vers une alimentation précise et efficace pendant leur pratique.



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.



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.

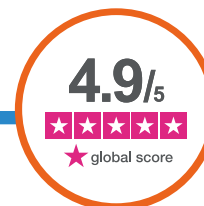
Leaders en matière d'employabilité

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.



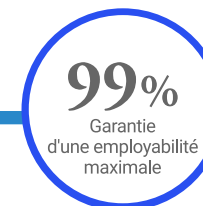
Google Partner Premier

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

Ce programme universitaire propose un plan d'études conçu par des spécialistes du secteur. Les professionnels pourront ainsi approfondir leurs connaissances en Nutrition Sportive. En effet, le parcours abordera des thèmes clés tels que la physiologie musculaire et métabolique liée à l'exercice, indispensable pour interpréter les processus bioénergétiques qui affectent les performances physiques. Il approfondira également le végétalisme dans l'histoire du sport, en fournissant des outils pour une planification alimentaire basée sur les protéines d'origine végétale. En outre, il intégrera des contenus spécifiques sur la Nutrition chez les femmes sportives, permettant de développer des interventions adaptées à leurs particularités endocriniennes et physiologiques.



“

Cette formation universitaire représente la proposition académique la plus actuelle sur le marché et vous garantira une mise à jour immédiate et rigoureuse”

Module 1. Nouvelles Avancées en 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. Nutriments 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 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 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. Analyse 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-compétition
- 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 d'attaque
 - 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 phosphagène
- 5.7. Métabolisme des glucides
 - 5.7.1. Mobilisation des glucides 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. Les 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. Nouvelles tendances du végétarisme
 - 6.2.1.1. Végétalisme et santé
 - 6.2.2. Types d'athlètes végétariens
 - 6.2.2.1. Crudivégétaliens
 - 6.2.2.2. Pourquoi devenir végétalien, pour des raisons de santé ?
- 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 végétane 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. Pourcentage 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



TECH Global University vous proposera une méthodologie différenciée qui favorisera le développement de compétences clés dans un domaine caractérisé par son évolution constante

04

Objectifs pédagogiques

Ce programme universitaire de TECH Global University a pour objectif de fournir aux professionnels des compétences avancées pour comprendre les modèles alimentaires actuels et leur influence directe sur les performances sportives. Il vise également à encourager l'analyse critique des habitudes alimentaires dominantes afin d'anticiper les risques pour la santé et de concevoir des stratégies préventives efficaces. D'un point de vue scientifique, il offre des outils pour interpréter les indicateurs nutritionnels, évaluer rigoureusement les comportements alimentaires et élaborer des plans alimentaires personnalisés en fonction de la discipline sportive. Dans l'ensemble, il encourage une action précise capable d'optimiser les performances physiques grâce à des décisions nutritionnelles fondées.





“

Vous pourrez actualiser vos connaissances dans un environnement moderne et polyvalent, où vous explorerez les dernières recommandations alimentaires pour optimiser la récupération après une blessure sportive”



Objectif général

- L'objectif principal de ce Mastère Spécialisé Hybride en Nutrition Sportive est de fournir aux étudiants les outils nécessaires pour mettre en œuvre des interventions nutritionnelles efficaces chez les sportifs seniors, en intégrant des stratégies de supplémentation adaptées aux changements physiologiques liés au vieillissement. De même, il favorise le développement de compétences visant à optimiser la récupération après des blessures sportives grâce à des recommandations alimentaires destinées à accélérer la régénération tissulaire et à contrôler les processus inflammatoires. Grâce à une approche fondée sur des preuves, il développe des compétences qui permettent de concevoir des propositions personnalisées, d'améliorer la fonctionnalité musculo-squelettique et de maintenir les performances dans le temps

“

Ce programme d'études innovant vous fournira les bases scientifiques et appliquées nécessaires pour concevoir des plans nutritionnels personnalisés avec rigueur et efficacité”





Objectifs spécifiques

Module 1. Nouvelles Avancées en Alimentation

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

Module 2. Tendances Actuelles en 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, afin de garantir 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 chaque phase sportive, de la préparation à la récupération post-compétition
- ♦ Analyser l'hydratation sportive, en régulant les besoins et en sélectionnant les boissons appropriées
- ♦ Appliquer les connaissances sur les aides ergogéniques et la réglementation antidopage, en garantissant des performances optimales dans le cadre réglementaire

Module 5. Physiologie Musculaire et Métabolique Liée à l'Exercice

- ♦ Évaluer les adaptations cardiovasculaires et ventilatoires liées à l'exercice, 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

Module 6. Végétarisme et Véganisme

- ♦ Analyser l'impact du végétarisme et du véganisme dans le sport, en tenant compte de leur évolution et de leur adoption par les athlètes
- ♦ Différencier les types de régimes à base de plantes, en soulignant 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 alimentaire, tels que des menus hebdomadaires et des tableaux d'équivalences
- ♦ 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

05

Stage Pratique

Après avoir terminé la phase en ligne, les professionnels accéderont à une phase pratique dans un établissement de référence, conçue pour enrichir et consolider les connaissances acquises. Au cours de cette période, ils bénéficieront des conseils d'un tuteur spécialisé qui les guidera dans l'application des concepts théoriques à des situations réelles, favorisant ainsi l'intégration de compétences avancées et la prise de décisions fondées sur des preuves.



“

Grâce à cette formation universitaire, vous pourrez vivre une expérience pratique immersive dans un centre qui se distingue par son approche multidisciplinaire et par sa technologie de pointe”

La période de formation pratique de ce programme universitaire en Nutrition Sportive comprend un stage intensif dans un établissement de référence, toujours accompagné d'un tuteur spécialisé. Cette expérience permettra au diplômé d'appliquer les connaissances acquises dans un environnement réel, en interagissant avec des professionnels renommés dans le domaine et en consolidant la mise en œuvre de stratégies nutritionnelles fondées sur des preuves.

Dans cette proposition de formation, chaque activité est conçue pour renforcer et perfectionner les compétences clés requises pour exercer dans ce domaine spécialisé. Cela permettra d'optimiser le profil professionnel, en favorisant des performances solides, efficaces et hautement compétitives.

Ainsi, le programme universitaire constitue une occasion unique d'approfondir la pratique de la Nutrition Sportive dans un environnement moderne et technologiquement avancé. De plus, il permettra d'intégrer des procédures nutritionnelles dans des scénarios professionnels réels, favorisant l'optimisation des compétences dans des contextes dynamiques et pratiques.

L'enseignement pratique sera dispensé avec la participation active de l'étudiant, qui réalisera les activités et les procédures de chaque domaine de compétence (apprendre à apprendre et à faire), avec l'accompagnement et les conseils des enseignants et d'autres collègues formateurs qui facilitent le travail en équipe et l'intégration multidisciplinaire en tant que compétences transversales pour la pratique de la Nutrition Sportive (apprendre à être et apprendre à être en relation).

Les procédures décrites ci-dessous constitueront la base de la partie pratique de la formation et leur mise en œuvre sera fonction de la disponibilité et de la charge de travail du centre, les activités proposées étant les suivantes :





Module	Activité pratique
Abordage des innovations récentes en matière de Nutrition	Comprendre les bases moléculaires de la Nutrition
	Actualiser ses connaissances sur la composition des aliments
	Évaluer les dangers physiques, chimiques et microbiologiques liés à la sécurité alimentaire
	Interpréter le nouvel étiquetage alimentaire et les informations destinées aux consommateurs
Analyse de l'état nutritionnel et conception de régimes alimentaires appliqués	Calculer les besoins énergétiques et appliquer des méthodes d'évaluation de la dépense énergétique
	Analyser la composition corporelle et établir un diagnostic clinique à partir des signes et symptômes
	Évaluer l'apport alimentaire et nutritionnel à l'aide de méthodes directes et indirectes
	Mettre à jour les besoins nutritionnels et les apports recommandés pour les différentes étapes de la vie
Stratégies nutritionnelles appliquées à la performance sportive	Analyser l'adaptation physiologique et métabolique à l'exercice dans différentes disciplines sportives
	Évaluer les besoins énergétiques, l'état nutritionnel et la capacité physique du sportif
	Planifier l'alimentation et l'hydratation avant, pendant et après la compétition
	Appliquer des stratégies de récupération nutritionnelle et de gestion des troubles alimentaires et psychologiques liés à la pratique sportive
Techniques de nutrition pour des groupes d'âge et des collectifs particuliers	Analyser les besoins nutritionnels et les facteurs limitants chez les femmes sportives et enceintes
	Évaluer les effets de l'exercice physique chez les enfants sportifs, notamment la force et l'endurance
	Surveiller les changements corporels liés au vieillissement et leur impact sur la composition musculaire et graisseuse
	Concevoir des stratégies de supplémentation adaptées aux besoins des sportifs seniors

Assurance responsabilité civile

La principale préoccupation de l'université est de garantir la sécurité des stagiaires et des autres collaborateurs nécessaires aux processus de formation pratique dans l'entreprise. Parmi les mesures destinées à atteindre cet objectif figure la réponse à tout incident pouvant survenir au cours de la formation d'apprentissage.

À cette fin, l'université s'engage à souscrire une assurance responsabilité civile pour couvrir toute éventualité pouvant survenir pendant le séjour au centre de stage.

Cette police d'assurance couvrant la Responsabilité Civile des stagiaires doit être complète et doit être souscrite avant le début de la période de Formation Pratique. Ainsi, le professionnel n'a pas à se préoccuper des imprévus et bénéficiera d'une couverture jusqu'à la fin du stage pratique dans le centre.



Conditions générales pour la formation pratique

Les conditions générales de la convention de stage pour le programme sont les suivantes :

1.TUTEUR : Pendant le Mastère Spécialisé Hybride, l'étudiant se verra attribuer deux tuteurs qui l'accompagneront tout au long du processus, en résolvant tous les doutes et toutes les questions qui peuvent se poser. D'une part, il y aura un tuteur professionnel appartenant au centre de placement qui aura pour mission de guider et de soutenir l'étudiant à tout moment. D'autre part, un tuteur académique sera également assigné à l'étudiant, et aura pour mission de coordonner et d'aider l'étudiant tout au long du processus, en résolvant ses doutes et en lui facilitant tout ce dont il peut avoir besoin. De cette manière, le professionnel sera accompagné à tout moment et pourra consulter les doutes qui pourraient surgir, tant sur le plan pratique que sur le plan académique.

2.DURÉE: Le programme de formation pratique se déroulera sur trois semaines continues, réparties en journées de 8 heures, cinq jours par semaine. Les jours de présence et l'emploi du temps relèvent de la responsabilité du centre, qui en informe dûment et préalablement le professionnel, et suffisamment à l'avance pour faciliter son organisation.

3.ABSENCE: En cas de non présentation à la date de début du Mastère Spécialisé Hybride, l'étudiant perdra le droit au stage sans possibilité de remboursement ou de changement de dates. Une absence de plus de deux jours au stage, sans raison médicale justifiée, entraînera l'annulation du stage et, par conséquent, la résiliation automatique du contrat. Tout problème survenant au cours du séjour doit être signalé d'urgence au tuteur académique.

4.CERTIFICATION: Les étudiants qui achèvent avec succès le Mastère Spécialisé Hybride recevront un certificat accréditant le séjour pratique dans le centre en question.

5.RELATION DE TRAVAIL: Le Mastère Spécialisé Hybride ne constituera en aucun cas une relation de travail de quelque nature que ce soit.

6.PRÉREQUIS : Certains centres peuvent être amenés à exiger des références académiques pour suivre le Mastère Spécialisé Hybride. Dans ce cas, il sera nécessaire de le présenter au département de formations de TECH afin de confirmer l'affectation du centre choisi.

7.NON INCLUS: Le Mastère Spécialisé Hybride n'inclus aucun autre élément non mentionné dans les présentes conditions. Par conséquent, il ne comprend pas l'hébergement, le transport vers la ville où le stage a lieu, les visas ou tout autre avantage non décrit.

Toutefois, les étudiants peuvent consulter leur tuteur académique en cas de doutes ou de recommandations à cet égard. Ce dernier lui fournira toutes les informations nécessaires pour faciliter les démarches.

06

Centres de stages

TECH Global University offrira aux étudiants la possibilité d'appliquer leurs connaissances en Nutrition Sportive au sein d'un centre prestigieux, où ils pourront développer leurs compétences dans des situations réelles et supervisées. En outre, ils auront la possibilité d'effectuer des stages dans diverses institutions à travers le pays, ce qui leur permettra de confronter et d'adapter les contenus théoriques à différents contextes professionnels. TECH Global University garantit ainsi une expérience complète qui combine un apprentissage avancé, une exposition à de multiples environnements et une application pratique des stratégies nutritionnelles, renforçant ainsi la capacité à intervenir efficacement dans la planification, le suivi et l'optimisation des performances sportives.



“

Seule TECH Global University vous offre un espace exclusif pour développer votre croissance professionnelle et mettre en pratique vos connaissances dans une entité qui répond à vos attentes”



Les étudiants peuvent suivre la partie pratique de ce Mastère Spécialisé Hybride dans les centres suivants :



Sciences du sport

Centro Sano San Pedro

Pays	Ville
Espagne	Burgos

Adresse : San Pedro y San Felices
n°15-n°17. 09001. Burgos

Conseiller en gestion d'entreprise à Madrid

Formations pratiques connexes :

- Entraînement Personnel Thérapeutique
- Nutrition Sportive





Sciences du sport

Centro Sano López Bravo

Pays
Espagne

Ville
Burgos

Adresse : C/ López Bravo 1, Puerta 4, módulo 4.
09001. Villalonguejar

Conseiller en gestion d'entreprise à Madrid

Formations pratiques connexes :

- Entraînement Personnel Thérapeutique
- Nutrition Sportive



Sciences du sport

Centro Sano Paseo de la Isla

Pays
Espagne

Ville
Burgos

Adresse : Paseo la Isla, 7. 09003. Burgos

Conseiller en gestion d'entreprise à Madrid

Formations pratiques connexes :

- Entraînement Personnel Thérapeutique
- Nutrition Sportive



Sciences du sport

Olympus Center

Pays
Espagne

Ville
Madrid

Adresse : Calle de Palos de la Frontera,
16, 28012 Madrid

Olympus Center est spécialisé dans la réalisation des
objectifs de chacun, en tenant compte de sa condition
physique

Formations pratiques connexes :

- Haute Performance Sportive
- Moniteur de Gymnastique

07

Opportunités de carrière

Les personnes qui se spécialisent dans ce programme universitaire en Nutrition Sportive auront accès à un large éventail d'opportunités professionnelles, car les connaissances acquises leur permettront d'intervenir efficacement dans la planification alimentaire des athlètes de différentes disciplines. De même, elles seront formées pour concevoir des stratégies de performance et de récupération adaptées à des besoins spécifiques. D'autre part, l'expérience acquise dans des environnements pratiques et la compréhension des dernières tendances en matière de compléments alimentaires et d'habitudes saines facilitent leur intégration dans des clubs sportifs, des centres de haute performance et des cabinets de conseil spécialisés, consolidant ainsi une carrière professionnelle solide et compétitive dans le domaine du sport.



“

*Vous découvrirez par vous-même les défis
et la dynamique du secteur sportif au sein
d'une institution prestigieuse”*

Profil des diplômés

Le diplômé de cette formation universitaire en Nutrition Sportive acquiert la capacité d'évaluer et de concevoir des plans nutritionnels personnalisés, en intégrant les aspects physiologiques, métaboliques et biochimiques propres à chaque sportif. Il développe également des compétences pour analyser les tendances alimentaires actuelles, en tenant compte des facteurs sociaux et culturels qui influencent les habitudes nutritionnelles. De même, vous serez prêt à mettre en œuvre des stratégies de prévention et de récupération des blessures grâce à des interventions diététiques fondées sur des preuves. Vous serez ainsi en mesure de conseiller des programmes de haute performance, d'optimiser la composition corporelle et d'encourager des habitudes saines, vous imposant comme un professionnel capable d'avoir un impact tangible dans le domaine sportif.

Vous garantirez la bonne application de plans nutritionnels personnalisés, en intégrant les aspects physiologiques, métaboliques et biochimiques propres à chaque athlète.

- ♦ **Pensée critique** : Capacité à évaluer des informations scientifiques, à interpréter des données sur la composition corporelle et la diététique, et à prendre des décisions éclairées pour concevoir des plans nutritionnels personnalisés
- ♦ **Communication efficace** : Responsabilité de transmettre clairement les recommandations nutritionnelles aux athlètes, aux entraîneurs et aux équipes multidisciplinaires, en s'assurant de la compréhension et du respect des stratégies alimentaires
- ♦ **Travail d'équipe** : Capacité à collaborer avec des professionnels de différents domaines, tels que la médecine sportive ou la kinésithérapie, afin d'intégrer des plans Nutritionnels dans des programmes d'entraînement et de récupération
- ♦ **Gestion du temps et planification** : Responsabilité d'organiser les évaluations, les suivis et les ajustements alimentaires, en garantissant l'efficacité et la réalisation des objectifs nutritionnels dans les délais fixés



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

- 1. Nutritionniste sportif** : supervise les programmes alimentaires personnalisés des athlètes, optimise leurs performances, leur récupération et leur composition corporelle en fonction de leur discipline et de leurs besoins individuels.
- 2. Conseiller en compléments alimentaires pour sportifs** : chargé d'évaluer et de recommander l'utilisation sûre et efficace des compléments alimentaires, en s'assurant qu'ils sont adaptés aux objectifs et aux besoins du sportif.
- 3. Coordinateur des programmes de performance** : superviseur des stratégies nutritionnelles intégrées aux entraînements et aux plans de haute performance, en collaboration avec les entraîneurs et les professionnels de la santé.
- 4. Consultant en alimentation fonctionnelle** : chargé du développement de programmes de Nutrition préventive visant à améliorer la santé générale des athlètes, en intégrant des aliments fonctionnels et des stratégies de prévention des blessures.
- 5. Chercheur en Nutrition appliquée au sport** : dédié à la réalisation d'études sur le métabolisme, la supplémentation et les habitudes alimentaires des sportifs, fournissant des données pour l'amélioration des pratiques professionnelles.
- 6. Responsable des programmes de Nutrition Sportive** : chargé de la gestion des projets nutritionnels dans les clubs ou centres sportifs, garantissant la mise en œuvre de stratégies fondées sur des preuves.
- 7. Analyste de performance et de Nutrition** : chargé de surveiller les indicateurs nutritionnels et la composition corporelle, d'évaluer l'efficacité des plans alimentaires et de proposer des ajustements pour optimiser les résultats.



En obtenant votre diplôme dans la plus grande université numérique au monde, vous aurez accès à de multiples opportunités professionnelles qui stimuleront la croissance de votre carrière”

08

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 Global University 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 logicielles à usage académique 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 Global University 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 Hybride en Nutrition Sportive, et ce de manière totalement gratuite.

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

DIETOPRO.COM
software de gestión dietético-nutricional

i-Diet

 **nutrium**

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.

Fonctions principales :

- ♦ **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 éditables** : 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.

Fonctions principales :

- ♦ **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.

09

Méthodologie d'étude

TECH est la première université 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 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

Dans la méthodologie d'étude de TECH, 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, 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, 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 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 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 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. 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

Chez TECH, 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 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 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 universitaire.

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 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.

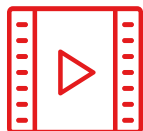
L'évaluation par les étudiants de la qualité de l'enseignement, de la qualité du matériel, de la structure du cours et des objectifs est excellente. Il n'est pas surprenant que l'institution soit devenue l'université la mieux évaluée par ses étudiants selon l'indice global score, obtenant une note de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

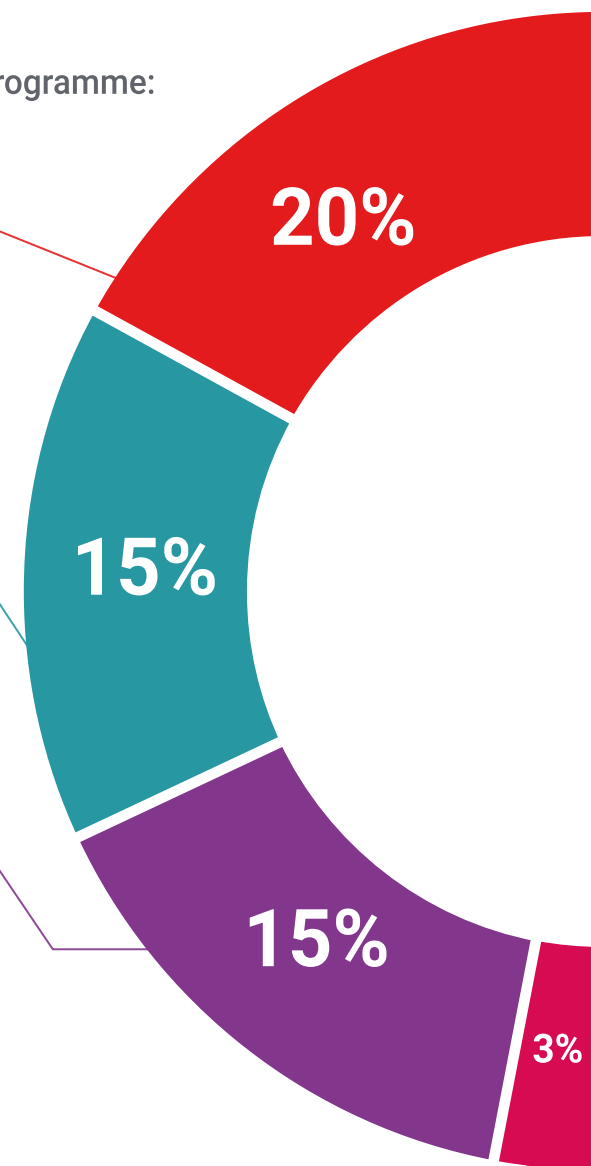
Nous présentons les contenus de manière attrayante et dynamique dans des dossiers multimédias qui incluent de l'audio, des vidéos, des images, des diagrammes et des cartes conceptuelles afin de consolider les connaissances.

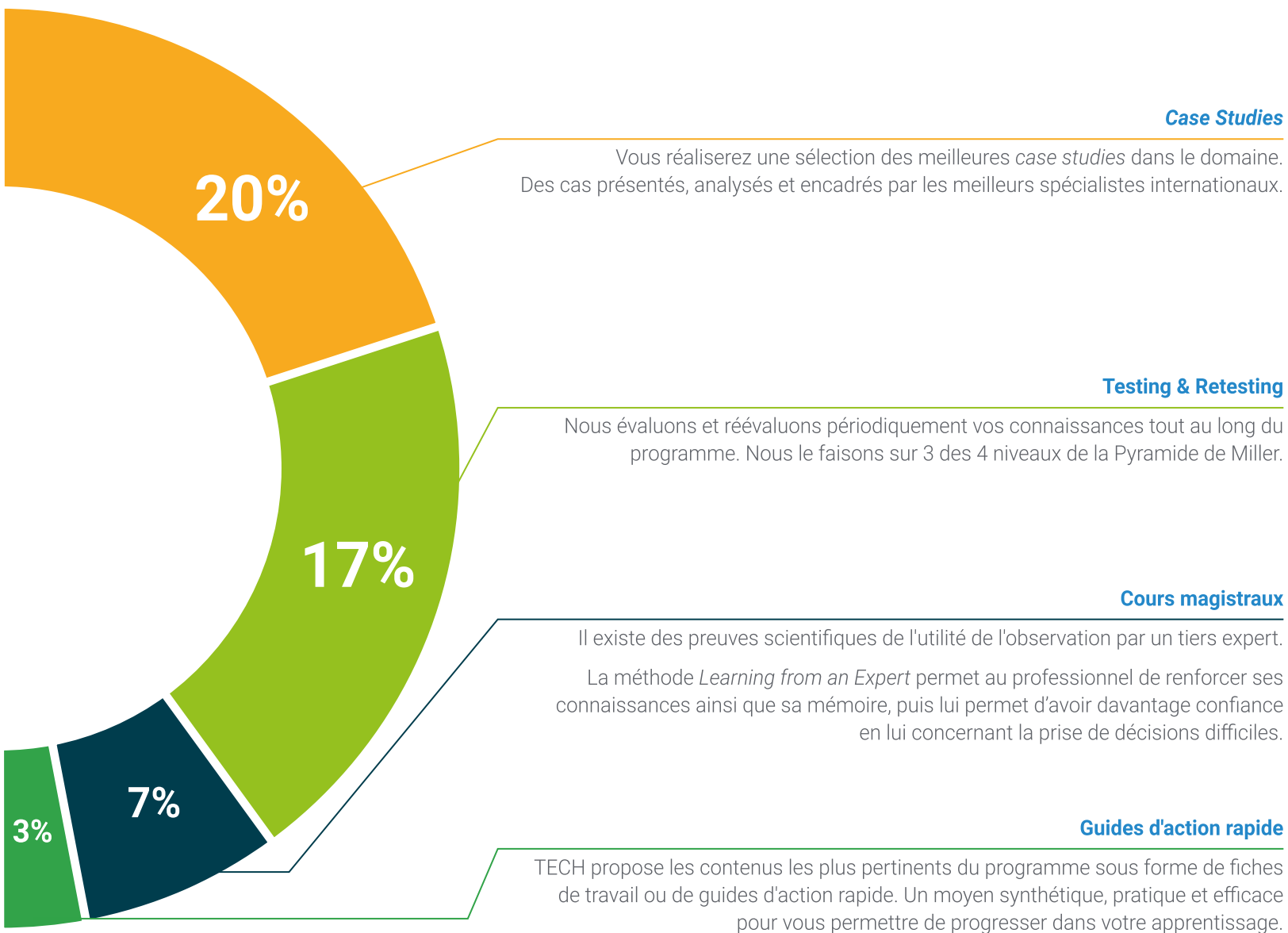
Ce système éducatif unique de présentation de contenu multimédia a été récompensé par Microsoft en tant que «European Success Story».



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



Testing & Retesting



Cours magistraux



Guides d'action rapide



10 Corps enseignant

Les professionnels sélectionnés par TECH Global University pour ce programme universitaire allient une solide formation académique à une vaste expérience pratique en Nutrition Sportive. Ces experts ont travaillé à la mise en œuvre de stratégies nutritionnelles avancées visant à optimiser les performances et la récupération des athlètes, en intégrant des outils fondés sur des données probantes. En effet, non seulement ils maîtrisent les méthodologies les plus récentes en matière de planification alimentaire et de supplémentation sportive, mais ils ont également participé à des projets de recherche et à des programmes de haute performance dans des centres sportifs de référence. Ils garantissent ainsi que les diplômés acquièrent des connaissances actualisées et des compétences applicables à des contextes réels dans le domaine du sport.



“

L'équipe enseignante, spécialisée en Nutrition Sportive, a conçu des heures de contenu supplémentaire pour vous permettre d'approfondir chaque partie du programme 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 Policlinique 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 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

Mme Urbeltz, Uxue

- Instructrice au BPX, Conseil des Sports de Saint-Sébastien
- Diététicienne à la Policlinique 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)



“

Boostez votre carrière professionnelle grâce à un enseignement holistique, qui vous permet de progresser à la fois sur le plan théorique et pratique”

11 Diplôme

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



“

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

Ce programme vous permettra d'obtenir votre diplôme propre de **Mastère Spécialisé Hybride en Nutrition Sportive** approuvé par **TECH Global University**, la plus grande Université numérique du monde.

TECH Global University est une Université Européenne Officielle reconnue publiquement par le Gouvernement d'Andorre ([journal officiel](#)). L'Andorre fait partie de l'Espace Européen de l'Enseignement Supérieur (EEES) depuis 2003. L'EEES est une initiative promue par l'Union européenne qui vise à organiser le cadre international de formation et à harmoniser les systèmes d'enseignement supérieur des pays membres de cet espace. Le projet promeut des valeurs communes, la mise en œuvre d'outils communs et le renforcement de ses mécanismes d'assurance qualité afin d'améliorer la collaboration et la mobilité des étudiants, des chercheurs et des universitaires.



Ce diplôme propre de **TECH Global University** est un programme européen de formation continue et d'actualisation professionnelle qui garantit l'acquisition de compétences dans son domaine de connaissances, conférant une grande valeur curriculaire à l'étudiant qui réussit le programme.

Diplôme: **Mastère Spécialisé Hybride en Nutrition Sportive**

Modalité: **Hybride (en ligne + Pratique Clinique)**

Durée: **12 mois**

Crédits: **60 + 4 ECTS**



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 langue

tech global
university

**Mastère Spécialisé
Hybride**

Nutrition Sportive

Modalité: Hybride (en ligne + Pratique Clinique)

Durée: 12 mois

Qualification: TECH Global University

Crédits: 60 + 4 ECTS

Mastère Spécialisé Hybride Nutrition Sportive

Approuvé par la NBA

