

Curso Profesional Nutrición Deportiva en Condiciones Adversas





Curso Profesional Nutrición Deportiva en Condiciones Adversas

Modalidad: Online

Titulación: TECH Formación Profesional

Duración: 6 semanas

Horas: 150

Acceso web: www.tech-fp.com/actividades-fisicas-deportivas/curso-profesional/nutricion-deportiva-condiciones-adversas

Índice

01

Presentación

pág. 4

02

Requisitos de acceso

pág. 6

03

Salidas profesionales

pág. 8

04

¿Qué seré capaz de hacer al finalizar el Curso Profesional?

pág. 10

05

Dirección del curso

pág. 12

06

Plan de formación

pág. 14

07

Metodología

pág. 16

08

Titulación

pág. 20

01

Presentación

Para los deportistas, en escenarios extremos o situaciones adversas, adaptar sus capacidades se convierte en un tema de necesaria atención para lograr sus objetivos. Con una alimentación adecuada, los atletas pueden mejorar su rendimiento, prevenir lesiones y optimizar la recuperación después del ejercicio. Por eso, dotarse de los conocimientos en el área es fundamental y los profesionales con un excelso manejo de esos requerimientos son altamente valorados. Dando respuesta a esta realidad, TECH ha preparado este programa 100% online por medio del cual te capacitarás en estos aspectos. Así configurarás el bagaje específico que requieres para elevar tu carrera a un siguiente nivel.

“

A través de este programa 100% online, profundizarás en los requerimientos nutricionales de diferentes actividades deportivas y de acondicionamiento físico”





En el deporte es esencial tener en cuenta los requerimientos alimenticios, en especial si juega un papel importante el factor ambiente. Para ello, es fundamental contar con el estudio riguroso de la anatomía general de los atletas y, sobre todo, de cómo las condiciones del entorno afectan a sus cuerpos y sus sistemas. En este contexto, la guía especializada de un profesional capacitado es de relevancia, para lo cual este Curso Profesional es de gran ayuda.

Se trata de una puesta al día de las últimas evidencias científicas en el área que te permitirán aprender acerca de las limitaciones del rendimiento en temperaturas altas y bajas. Abordarás la necesidad de una hidratación y alimentación precisa en climas cálidos, así como las demandas calóricas en ambientes fríos. Todo esto será planteado en el material más completo y dinámico de mano de los docentes expertos que dirigen este espacio de capacitación.

Con clases 100% online, sin horarios prefijados, con simulaciones virtuales de los ejercicios prácticos, y con la facilidad de poder estudiar desde la comodidad de su hogar. Así es este programa exclusivo de TECH te proveerá de los principales conocimientos en 150 horas de aprendizaje.



Gracias a esta titulación académica de 6 semanas, profundizarás como varían las demandas calóricas de un deportista de un ambiente a otro"

02

Requisitos de acceso

Esta titulación no exige ningún requisito de acceso previo al alumno. Esto quiere decir que, para inscribirse y completar el programa, no es necesario haber realizado ningún estudio de forma previa, ni resulta obligatorio cumplir ninguna otra clase de criterio preliminar. Esto te permitirá matricularte y comenzar a aprender de forma inmediata, y sin los complejos trámites exigidos por otras instituciones académicas.

Gracias a este acceso inmediato conseguirás potenciar y poner al día tus conocimientos de un modo cómodo y práctico. Lo que te posicionará fácilmente en un mercado laboral altamente demandado y sin tener que dedicar cientos de horas a estudiar formación reglada previa.

Por todo ello, este programa se presenta como una gran oportunidad para mejorar tus perspectivas de crecimiento profesional de forma rápida y eficiente. Todo esto, a través de un itinerario académico 100% online y con la garantía de calidad, prestigio y empleabilidad de TECH Formación Profesional.

“

TECH te permite el acceso inmediato a esta titulación, sin requerimientos previos de ingreso ni complejos trámites para matricularte y completar el programa”





Las ventajas de cursar este programa sin necesidad de cumplir requisitos de acceso previo son:

01

Podrás matricularte inmediatamente y comenzar a estudiar cuando quieras. A tu ritmo y sin esperas

02

Tendrás acceso a un programa de alto valor curricular, donde podrás adquirir las habilidades profesionales más demandadas en la actualidad de un modo práctico

03

Mejorarás tus perspectivas laborales en tan solo unas semanas

04

Tendrás acceso a los recursos didácticos multimedia más avanzados del mercado educativo

05

Te prepararás para responder a las necesidades actuales del mercado profesional aprendiendo mediante un formato 100% online

06

Obtendrás una titulación de TECH, una institución académica de referencia a nivel internacional

03

Salidas profesionales

La nutrición para el rendimiento del deportista es fundamental. Lo es, también, tener en consideración las condiciones en las que se practican las actividades como el clima, el ambiente y los tipos de alimentos disponibles, de acuerdo a la temporada. Todo esto para aprovechar al máximo sus ventajas. Esta es tarea que podrás resolver al completar el estudio de este programa. Por eso, este Curso Profesional es una llave al éxito de quienes desean optar por opciones dinámicas y atractivas de empleo en el sector.

“

Serás capaz de determinar los mejores planes alimenticios de acuerdo al clima donde el deportista desarrolle su actividad física”



Esta titulación, en definitiva, te convertirá en un gran especialista preparado para trabajar en alguno de los siguientes puestos:

- ◆ Técnico en Dietética y Nutrición para deportistas
- ◆ Consultor de alimentación para clubes deportivos
- ◆ Dietista
- ◆ Entrenador de acondicionamiento físico en las salas polivalentes, gimnasios o polideportivos
- ◆ Animador físico-deportivo y recreativo
- ◆ Monitor de aeróbic, de *step*, de ciclo *indoor*, de *fitness* acuático y actividades afines



04

¿Qué seré capaz de hacer al finalizar el Curso Profesional?

Al culminar este Curso Profesional habrás alcanzado nuevas habilidades y competencias que te permitirán trabajar con éxito y eficazmente en el área de nutrición deportiva en condiciones adversas. Tanto así que podrás determinar planes específicos de alimentación y dieta dependiendo del clima donde el atleta desarrolle la actividad física.

01

Evaluar y planificar la alimentación en condiciones ambientales extremas

02

Adaptar los planes nutricionales según la altitud y la exposición a grandes cambios de temperatura

03

Diseñar estrategias de hidratación eficaces en condiciones de humedad o sequedad ambiental

04

Recomendar pautas nutricionales para deportistas que compiten en condiciones de calor intenso





05

Brindar asesoramiento sobre nutrición en situaciones de alta altitud y baja presión de oxígeno

06

Identificar los desafíos nutricionales en condiciones de frío extremo y diseñar planes alimentarios acordes

07

Adecuar las necesidades energéticas y de nutrientes en condiciones de competencias prolongadas o ultramaratones

08

Proporcionar pautas nutricionales para deportes acuáticos y condiciones adversas relacionadas con el agua

05

Dirección del curso

Con la intención de entregar una alta calidad en educación, acercándote a los más profundos conocimientos teóricos, TECH ha elegido al mejor equipo docente. Ellos te ayudarán a desarrollar las habilidades para desenvolverte en tu ambiente laboral, con la destreza que requiere un contexto de adversidad para los deportistas extremos. De manera que serán como una guía que te permitirá tener una enseñanza-aprendizaje que te llevará a la excelencia profesional.



De la mano de los mejores profesionales ahondarás en la Nutrición Deportiva en Condiciones Adversas para los atletas”



Dirección del curso

Marhuenda Hernández, Javier

- ♦ Nutricionista en Clubes de Fútbol Profesional
- ♦ Responsable del Área de Nutrición Deportiva. Club Albacete Balompié SAD
- ♦ Responsable del Área de Nutrición Deportiva. Universidad Católica de Murcia, UCAM Murcia Club de Fútbol
- ♦ Asesor Científico. Nutrium
- ♦ Asesor Nutricional. Centro Impulso
- ♦ Docente y Coordinador de Estudios Posuniversitarios
- ♦ Doctor en Nutrición y Seguridad Alimentaria. Universidad Católica San Antonio de Murcia
- ♦ Graduado en Nutrición Humana y Dietética. Universidad Católica San Antonio de Murcia
- ♦ Máster en Nutrición Clínica. Universidad Católica San Antonio de Murcia
- ♦ Académico. Academia Española de Nutrición y Dietética (AEND)

Cuadro docente

Arcusa Saura, Raúl

- ♦ Nutricionista. Club Deportivo Castellón
- ♦ Nutricionista en varios clubes semiprofesionales de Castellón
- ♦ Investigador. Universidad Católica San Antonio de Murcia
- ♦ Docente de Pregrado y Posgrado
- ♦ Graduado en Nutrición Humana y Dietética
- ♦ Máster Oficial en Nutrición en la Actividad Física y el Deporte



Este cuadro docente te transmitirá las últimas novedades en esta disciplina para que te conviertas en un profesional altamente solicitado en este sector”

06

Plan de formación

El contenido de este temario ha sido estructurado con la intención de construir un espacio de profundización exhaustiva y rigurosa. Esto, en combinación con el ambiente ágil y práctico que el sistema *Relearning* y el equipo docente disponen en este programa. De esta forma te darán a conocer todo lo referente a las Condiciones Adversas que impiden un desarrollo normal del funcionamiento corporal y la nutrición e hidratación necesaria en cada caso.

“

Con el contenido de este temario profundizarás en las principales características ambientales que impiden un desarrollo normal del entrenamiento deportivo”





Módulo 1. Condiciones Adversas

- 1.1. Historia del deporte en condiciones extremas
 - 1.1.1. Competiciones de invierno en la historia
 - 1.1.2. Competiciones en ambientes calurosos en la actualidad
- 1.2. Limitaciones del rendimiento en climas calurosos
 - 1.2.1. Deshidratación
 - 1.2.2. Fatiga
- 1.3. Características básicas en climas calurosos
 - 1.3.1. Alta temperatura y humedad
 - 1.3.2. Aclimatación
- 1.4. Nutrición e hidratación en Climas Calurosos
 - 1.4.1. Hidratación y electrolitos
 - 1.4.2. Hidratos de carbono
- 1.5. Limitantes de rendimiento en Climas Fríos
 - 1.5.1. Fatiga
 - 1.5.2. Ropa aparatosa
- 1.6. Características básicas en Climas Fríos
 - 1.6.1. Frio extremo
 - 1.6.2. VOmax reducido
- 1.7. Nutrición e hidratación en Climas Fríos
 - 1.7.1. Hidratación
 - 1.7.2. Hidratos de Carbono



Disfrutarás de una metodología dinámica y vanguardista que te agilizará el proceso de estudio. ¡Matricúlate ahora!

07

Metodología

Nuestra institución es la primera en el mundo que combina la metodología de los *case studies* con un sistema de aprendizaje 100% online basado en la reiteración, que combina elementos didácticos diferentes en cada lección.

Potenciamos los case studies con el mejor método de enseñanza 100% online: el *Relearning*.

TECH pone a tu disposición un método de aprendizaje que ha revolucionado la Formación Profesional y con el que mejorarás tus perspectivas de futuro de forma inmediata.

En TECH aprenderás con una metodología vanguardista concebida para capacitar a los profesionales del futuro. Este método, a la vanguardia pedagógica mundial, se denomina *Relearning*.

Nuestra institución es la única en habla hispana licenciada para emplear este exitoso método. En 2019 conseguimos mejorar los niveles de satisfacción global de nuestros alumnos (calidad docente, calidad de los materiales, estructura del curso, objetivos...) con respecto a los indicadores del mejor centro educativo online en español.



Esta titulación de TECH es un programa intensivo que te prepara para afrontar todos los retos en esta área, tanto en el ámbito nacional como internacional. Tenemos el compromiso de favorecer tu crecimiento personal y profesional, la mejor forma de caminar hacia el éxito, por eso en TECH utilizarás los *case studies*, la metodología de enseñanza más avanzada y eficaz del mercado educativo.

“ *Nuestro programa te proporciona las mejores habilidades profesionales, preparándote para afrontar todos los retos actuales y futuros en esta área*”

El método del caso ha sido el sistema de aprendizaje más utilizado por las mejores escuelas de negocios del mundo desde que éstas existen. Desarrollado en 1912 para que los estudiantes de Derecho no solo aprendiesen las leyes a base de contenidos teóricos, el método del caso consistió en presentarles situaciones complejas reales para que tomaran decisiones y emitieran juicios de valor fundamentados sobre cómo resolverlas.

Ante una determinada situación, ¿qué harías tú? Esta es la pregunta a la que te enfrentamos en el método del caso, un método de aprendizaje orientado a la acción. A lo largo del curso, te enfrentarás a múltiples casos reales. Deberás integrar todos tus conocimientos, investigar, argumentar y defender tus ideas y decisiones.



En este programa tendrás acceso a los mejores materiales educativos, preparados a conciencia para ti:



Material de estudio

Todos los contenidos didácticos son creados por los especialistas que van a impartir el curso, específicamente para él, de manera que el desarrollo didáctico sea realmente específico y concreto.

Estos contenidos son aplicados después al formato audiovisual que creará nuestra manera de trabajo online, con las técnicas más novedosas que nos permiten ofrecerte una gran calidad, en cada una de las piezas que pondremos a tu servicio.



Clases magistrales

Existe evidencia científica sobre la utilidad de la observación de terceros expertos.

El denominado *Learning from an expert* afianza el conocimiento y el recuerdo, y genera seguridad en nuestras futuras decisiones difíciles.



Prácticas de habilidades y competencias

Realizarás actividades de desarrollo de competencias y habilidades específicas en cada área temática. Prácticas y dinámicas para adquirir y desarrollar las destrezas y habilidades que un especialista precisa desarrollar en el marco de la globalización que vivimos.



Lecturas complementarias

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





Case Studies

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



Resúmenes interactivos

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

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



Testing & Retesting

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



08

Titulación

El Curso Profesional en Nutrición Deportiva en Condiciones Adversas garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Curso Profesional expedido por TECH.

Tras la superación de las evaluaciones, el alumno recibirá por correo postal con acuse de recibo su correspondiente Título de Curso Profesional emitido por TECH.

El título expedido por TECH expresará la calificación que haya obtenido en el Curso Profesional, y reunirá los requisitos comúnmente exigidos por las bolsas de trabajo, oposiciones y comités evaluadores carreras profesionales.

Título: **Curso Profesional en Nutrición Deportiva en Condiciones Adversas**

Modalidad: **Online**

Horas: **150**



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

tech formación
profesional

Curso Profesional Nutrición Deportiva en Condiciones Adversas

Modalidad: Online

Titulación: TECH Formación Profesional

Duración: 6 semanas

Horas: 150

Curso Profesional Nutrición Deportiva en Condiciones Adversas

