

Curso Profesional

Nutrición para la Readaptación y Recuperación Funcional





Curso Profesional Nutrición para la Readaptación y Recuperación Funcional

Modalidad: Online

Titulación: TECH Formación Profesional

Duración: 6 semanas

Horas: 150

Acceso web: www.tech-fp.com/actividades-fisicas-deportivas/curso-profesional/nutricion-readaptacion-recuperacion-funcional

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. 20

07

Metodología

pág. 22

08

Titulación

pág. 26

01

Presentación

Una correcta alimentación es uno de los pilares para tener un estilo de vida saludable. Cada vez está más demostrado que una dieta variada, conformada por los grandes grupos de alimentos, evitando el consumo de ultraprocesados, mejora notablemente el bienestar general. En esta capacitación comprenderás la importancia de una práctica deportiva habitual para asentar las bases de un estado físico favorable e integral. A su vez, aprenderás las mejores tácticas y estrategias nutricionales para guiar a tus clientes y usuarios en la readaptación y recuperación funcional, estudiando los diferentes tipos de nutrientes. Todo ello en un formato 100% online que garantizará que puedas conciliar los estudios con otras responsabilidades profesionales y personales.

“

Gracias a este Curso Profesional, profundizarás en los diferentes tipos de nutrientes y su papel en la readaptación y recuperación funcional del organismo de tus clientes”





Una correcta y apropiada dieta es un factor fundamental en la rutina de un deportista, que puede llegar a tener incluso el mismo peso que el resto de sus hábitos. Por ello, este Curso Profesional ha sido diseñado para convertirte en un experto solicitado en estrategia nutricional para tus clientes y público potencial. Cada vez es más demandado este perfil específico de coach de salud, que domine distintos ámbitos como entrenamiento personalizado, readaptación y prevención de lesiones.

Con un actualizado plan de estudio, ahondarás en la alimentación integral como elemento clave en la recuperación de daños físicos. Aprenderás sobre los grandes grupos de macronutrientes: carbohidratos, proteínas y grasas. Y los micronutrientes: vitaminas, minerales y fibra. También conocerás la importancia del agua en el organismo y de los fitoquímicos, así como profundizarás en un completo apartado dedicado a los complementos alimenticios.

Este programa 100% online se adaptará perfectamente a tus responsabilidades profesionales y personales, poniendo a tu disposición el contenido en la plataforma virtual para su descarga cuando lo quieras y lo necesites. Además, contarás con un cuadro docente conformado por auténticos expertos del sector, que te guiarán a lo largo del programa, resolviendo todas tus dudas.



Esta titulación resolverá todas las dudas que tengas frente al uso de los suplementos alimenticios en el proceso de readaptación”

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

Gracias a este Curso Profesional en Nutrición para la Readaptación y Recuperación Funcional enfocarás nuevas posibilidades laborales en tu futuro profesional. De este modo, ejercerás tu trabajo como coach de alimentación, capaz de establecer técnicas y estrategias para la dieta de los clientes. En especial, para aquellos que se encuentran en proceso de sanación de daños físicos a causa de accidentes deportivos.

“

¿Quieres ampliar tu carta de servicios? Especialízate, a través de esta capacitación, en asesoramiento nutricional para la readaptación y recuperación funcional”



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

- ◆ Preparador físico en clubes deportivos
- ◆ Entrenador personal
- ◆ Técnico auxiliar en nutrición para la readaptación
- ◆ Entrenador de acondicionamiento físico en las salas de entrenamiento polivalente de gimnasios o polideportivos y en instalaciones acuáticas
- ◆ Entrenador de acondicionamiento físico para grupos



04

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

A través de este Curso Profesional podrás llevar a cabo diversos métodos relacionados con la nutrición para la recuperación funcional y rehabilitación avanzada. Asimismo, serás capaz de lograr la adaptación de estrategias para conseguir el adecuado mantenimiento del estado de salud de tus clientes.

01

Abordar el concepto de alimentación integral como elemento clave en el proceso de readaptación y rehabilitación funcional

02

Distinguir las diferentes estructuras y propiedades tanto de macronutrientes como de micronutrientes

03

Priorizar la importancia tanto de la ingesta de agua como de la hidratación en los procesos de recuperación

04

Analizar los diferentes tipos de fitoquímicos y su papel esencial en la mejora del estado de salud y la regeneración del organismo



05

Diseñar tanto trabajo específico de readaptación y recuperación como integral individualizada

06

Adquirir una especialización en las patologías del aparato locomotor con mayor incidencia en el conjunto de la población

07

Evaluar y controlar el proceso evolutivo de la recuperación y/o rehabilitación de una lesión de un deportista o usuario

08

Mejorar la condición física del deportista lesionado como parte del trabajo integral con el objetivo de conseguir una mayor y eficaz recuperación tras la lesión

05

Dirección del curso

Siguiendo los estándares de calidad de TECH, el cuadro directivo y docente de esta capacitación está conformado por auténticos profesionales. El claustro de este programa ha dedicado gran parte de su trayectoria profesional a la investigación y educación en el ámbito académico de la nutrición y el cuidado integral del estado de salud. Ellos te guiarán en el transcurso de este Curso Profesional y lograrán transferirte no sólo nociones teórico-prácticas, sino además su propia experiencia personal.





“

Siguiendo el perfil de calidad que impulsa TECH, el cuerpo docente de esta capacitación está conformado por auténticos profesionales del ámbito”

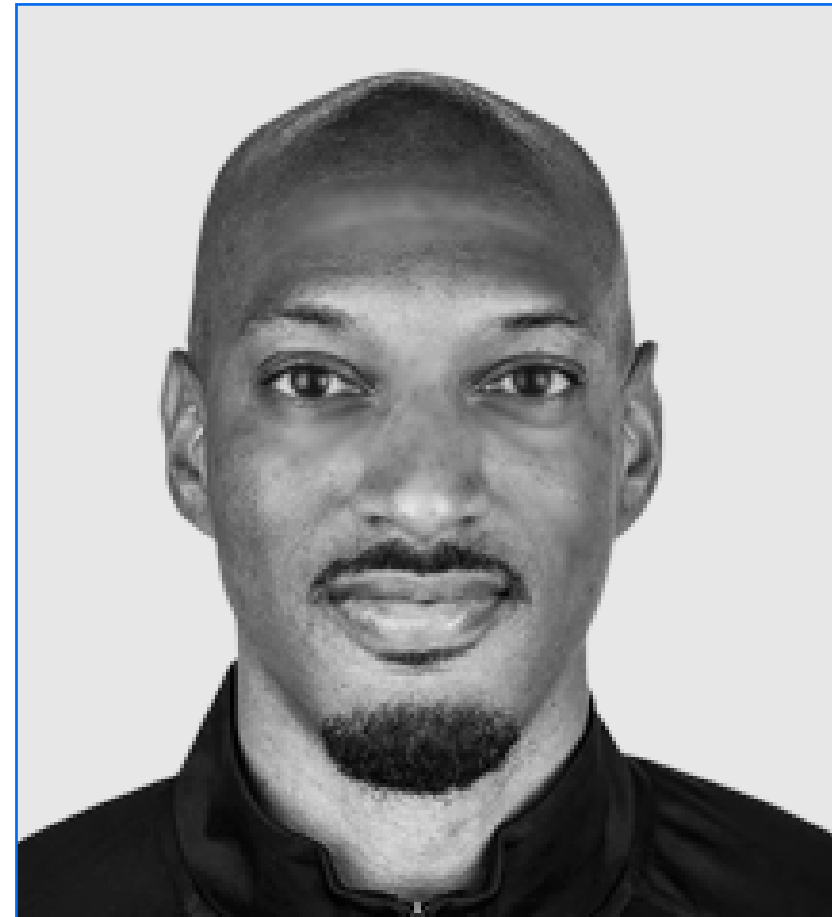
Director Invitado Internacional

El Doctor Charles Loftis es un reconocido especialista que se desempeña como terapeuta de rendimiento deportivo para los Portland Trail Blazers en la NBA. Su impacto en la liga de baloncesto más importante del mundo ha sido significativo, aportando una experiencia distinguida en la creación de programas de fuerza y acondicionamiento.

Antes de unirse a los Trail Blazers, fue el entrenador jefe de fuerza y acondicionamiento de los Iowa Wolves, implementando y supervisando el desarrollo de un programa integral para los jugadores. De hecho, su experiencia en el campo del rendimiento deportivo comenzó con el establecimiento de XCEL Performance and Fitness, del que fue fundador y entrenador jefe. Allí, el Doctor Charles Loftis trabajó con una amplia gama de atletas para desarrollar programas de fuerza y acondicionamiento, además de trabajar la prevención y readaptación de lesiones deportivas.

Su trayectoria académica en el campo de la química y biología le proporciona una perspectiva única sobre la ciencia detrás del rendimiento deportivo y la terapia física. Así, posee designaciones CSCS y RSCC de la Asociación Nacional de Fuerza y Acondicionamiento (NSCA), que reconocen sus conocimientos y habilidades en el campo. También está certificado en PES (Especialista en Mejoramiento de Rendimiento), CES (Especialista en Ejercicios Correctivos) y punción seca.

Con todo ello, el Doctor Charles Loftis es un miembro vital de la comunidad de la NBA, trabajando directamente tanto la fuerza y rendimiento de deportistas de élite como la necesaria prevención y readaptación frente a lesiones deportivas de diversa índole.



Dr. Loftis, Charles

- Entrenador jefe de fuerza y acondicionamiento de los Iowa Wolves
- Fundador y entrenador jefe en XCEL Performance and Fitness
- Entrenador jefe de rendimiento en el equipo masculino de baloncesto de la Universidad Cristiana de Oklahoma
- Terapeuta físico en Mercy
- Doctor en Terapia Física por la Universidad de Langston
- Licenciado en Química y Biología por la Universidad de Langston

“

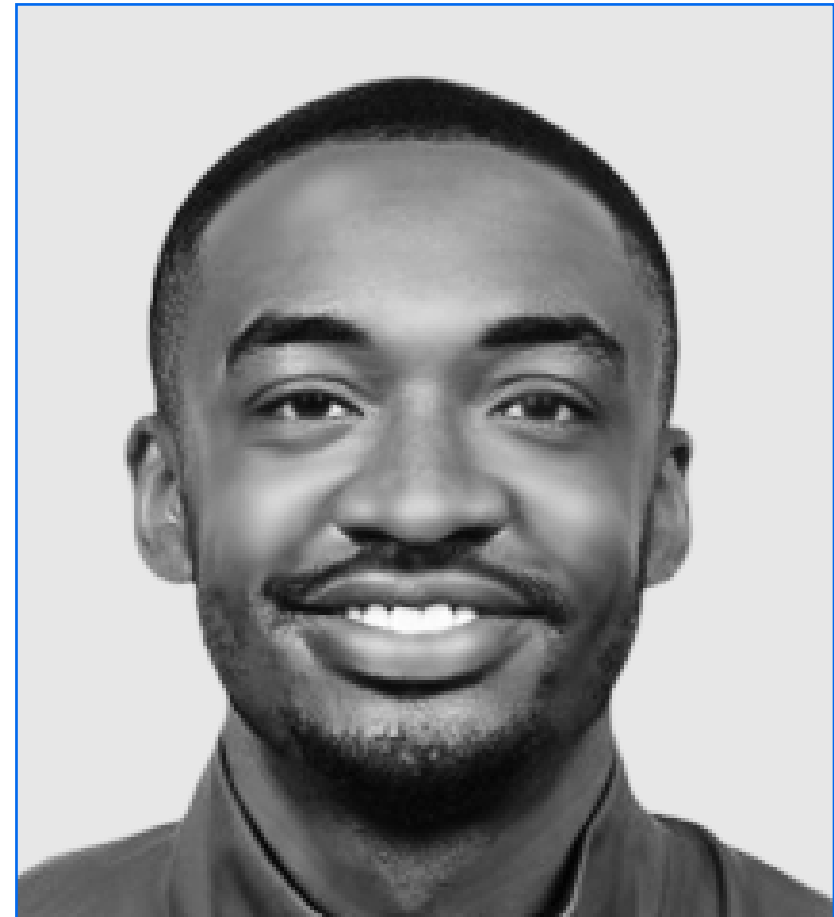
Este cuadro docente te transmitirá las últimas novedades en esta disciplina para que te conviertas en un profesional altamente solicitado en este sector”

Director Invitado Internacional

Isaiah Covington es un entrenador de rendimiento altamente capacitado, con una gran experiencia en el tratamiento y abordaje de diferentes lesiones en deportistas de élite. De hecho, su trayectoria profesional se ha dirigido a la NBA, una de las ligas deportivas más importantes de todo el mundo. Es el entrenador de rendimiento de los Bolton Celtics, uno de los equipos más importantes de la Conferencia Este y con mayor proyección en todo Estados Unidos.

Su trabajo en una liga tan exigente le ha hecho especializarse en maximizar el potencial físico y mental de los jugadores. Para ello, ha sido clave su experiencia pasada en otros equipos, como los Golden State Warriors y los Santa Cruz Warriors. Esto le ha permitido trabajar también en el plano de las lesiones deportivas, profundizando en la prevención y readaptación de las más frecuentes en los deportistas de élite.

En el ámbito académico, su interés se ha centrado en el campo de la kinesiología, las ciencias del ejercicio y el deporte de alto rendimiento. Todo ello le ha llevado a destacar de forma prolífica en la NBA, trabajando día a día con algunos de los jugadores de baloncesto y cuerpo técnico más importantes de todo el mundo.



D. Covington, Isaiah

- Entrenador de rendimiento de los Golden State Warriors
- Entrenador jefe de rendimiento de los Santa Cruz Warriors
- Entrenador de rendimiento en Pacers Sports & Entertainment
- Licenciado en Kinesiología y Ciencias del Ejercicio por la Universidad de Delaware
- Especialización en Gestión del Entrenamiento
- Máster en Kinesiología y Ciencias del Ejercicio por la Universidad de Long Island
- Máster en Deporte de Alto Rendimiento por la Universidad Católica de Australia

“

TECH ha seleccionado cuidadosamente al equipo docente de este programa para que puedas aprender de los mejores especialistas de la actualidad”

Dirección del curso

Dr. González Matarín, Pedro José

- ♦ Investigador y catedrático de Ciencias de la Salud
- ♦ Investigador técnico de la Educación para la Salud en Murcia
- ♦ Docente e investigador de la Universidad de Almería
- ♦ Técnico del Programa Activa del Departamento de Salud de Murcia
- ♦ Entrenador de Alto Rendimiento
- ♦ Doctor en Ciencias de la Salud
- ♦ Graduado en Educación Física
- ♦ Máster en Recuperación Funcional en la Actividad Física y el Deporte
- ♦ Máster en Medicina Regenerativa
- ♦ Máster en Actividad Física y Salud
- ♦ Máster en Dietética y Dietoterapia
- ♦ Miembro de SEEDO, AEEM





“

Además de sus contenidos actualizados y de su metodología flexible y 100% online, esta titulación está impartida por expertos de gran prestigio en esta área profesional”

06

Plan de formación

El contenido de este Curso Profesional está diseñado para que se pueda ahondar en el temario de manera autónoma y progresiva. Lo anterior, a través de la profundización de cada apartado y la aplicación de planes nutricionales apropiados a las necesidades de readaptación y recuperación de cada cliente. Ahondarás a tu propia velocidad y ritmo en el material académico, consiguiendo asentar las bases de tu conocimiento y garantizando un aprendizaje sólido.



¡No lo pienses más! Especializa tu CV y ábrete a las nuevas posibilidades laborales que deseas”





Módulo 1. Nutrición para la readaptación y recuperación funcional

- 1.1. Alimentación integral como elemento clave en la prevención y recuperación de lesiones
- 1.2. Carbohidratos
- 1.3. Proteínas
- 1.4. Grasas
 - 1.4.1. Saturadas
 - 1.4.2. Insaturadas
 - 1.4.2.1. Monoinsaturadas
 - 1.4.2.2. Poliinsaturadas
- 1.5. Vitaminas
 - 1.5.1. Hidrosolubles
 - 1.5.2. Liposolubles
- 1.6. Minerales
 - 1.6.1. Macrominerales
 - 1.6.2. Microminerales
- 1.7. Fibra
- 1.8. Agua
- 1.9. Fitoquímicos
 - 1.9.1. Fenoles
 - 1.9.2. Tioles
 - 1.9.3. Terpenos
- 1.10. Complementos Alimenticios para la prevención y recuperación funcional

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 emitiesen 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

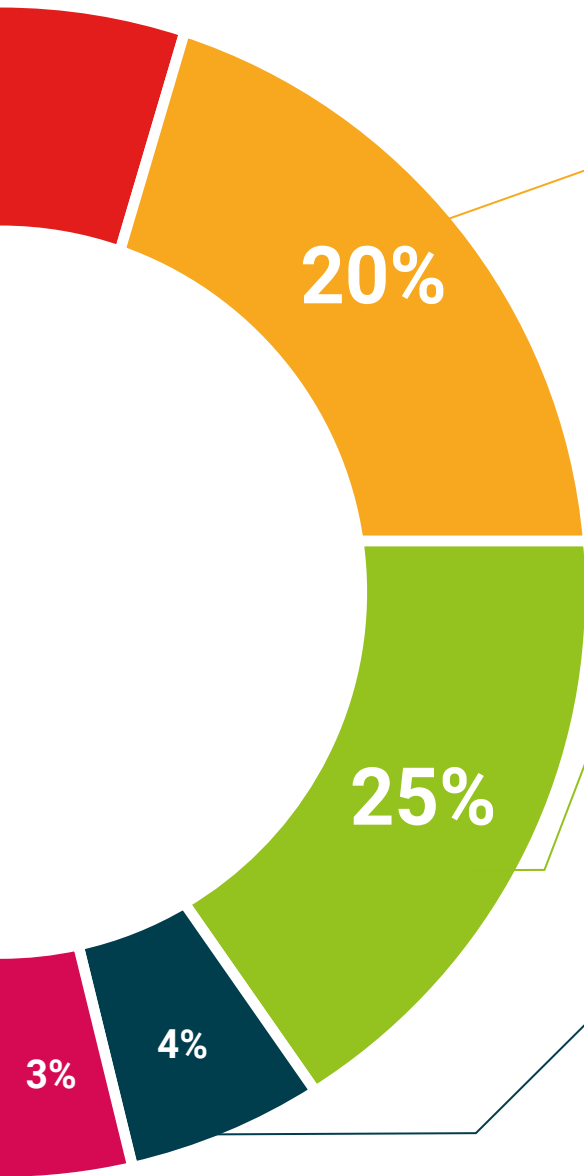
Realizarás actividades de desarrollo de competencias y habilidades específicas en cada área temática. Prácticas y dinámicas para adquirir y desarrollar las destrezas y habilidades que un especialista precisa desarrollar en el marco de la globalización que vivimos.



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 para la Readaptación y Recuperación Funcional 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 para la Readaptación y Recuperación Funcional**

Modalidad: **Online**

Horas: **150**





Curso Profesional

Nutrición para la Readaptación y Recuperación Funcional

Modalidad: Online

Titulación: TECH Formación Profesional

Duración: 6 semanas

Horas: 150

Curso Profesional

Nutrición para la Readaptación y Recuperación Funcional

