

# Curso Profesional

## Nutrición en Condiciones Adversas



**tech** formación  
profesional

## Curso Profesional Nutrición en Condiciones Adversas

Modalidad: Online

Titulación: TECH Formación Profesional

Duración: 6 semanas

Horas: 150

Acceso web: [www.tech-fp.com/sanidad/curso-profesional/nutricion-condiciones-adversas](http://www.tech-fp.com/sanidad/curso-profesional/nutricion-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

Las condiciones adversas están presentes en la mayoría de deportes extremos, teniendo lugar en escenarios de altas o bajas temperaturas. Así, una de los aspectos más importantes en el rendimiento del deportista extremo es la ingesta de calorías y la buena hidratación. Por tanto, este programa diseñado por TECH busca proporcionar al alumnado los conocimientos más rigurosos e imprescindibles que brinden bienestar al deportista. Así, a lo largo de 6 semanas se ahondará en aspectos como las condiciones extremas, climas calurosos, climas fríos, la importancia de la ingesta calórica y la hidratación. Todo esto será presentado a través de recursos audiovisuales, lecturas complementarias y ejercicios basados en casos reales y de simulación, otorgando una experiencia más inmersiva.

“

*Esta capacitación te permitirá  
incorporarte casi que de manera  
inmediata una vez te titules”*



La preparación de un deportista para un deporte extremo requiere de ciertos aspectos como el estado físico, el manejo de los escenarios y la nutrición. Este último es uno de los más importantes de cara a los retos que presenta actualmente el campo, motivo por el que el rol del nutricionista es fundamental. De esta manera, son varios los cuerpos técnicos, clubes, empresas deportivas que buscan contratar a profesionales con estos conocimientos.

Este Curso Profesional se centra en todos los aspectos que rodean a un deporte extremo, pero más aún en las condiciones adversas que se presentan y la influencia que ejercen los planes nutricionales. De esta manera el alumno ahondará en un temario altamente informativo, donde se expondrá la influencia del clima, la importancia de mantener un superávit calórico en espacios de frío extremo y la repercusión de la hidratación en climas calurosos.

Todo este conglomerado de conocimientos será presentado a través de materiales audiovisuales, lecturas complementarias y ejercicios basados en casos reales y de simulación. Además, el formato de este programa es 100% online, por lo que podrás desarrollarlo desde cualquier dispositivo con conexión a internet.

A hand holding a white bowl filled with cereal, raspberries, and blueberries. The background is a soft-focus white wall.

*Realiza planes de hidratación para deportistas en escenarios de extrema calor”*

# 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 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

El aumento de deportes extremos en los últimos años ha llevado a que varios sectores más se integren al desarrollo de esta práctica. Uno de los de mayor repercusión actual es el campo nutricional, ya que interviene de manera directa en escenarios como los juegos de invierno o en países tropicales con demasiada humedad y calor.

“

*Una titulación que te permite acomodar sus horarios a tu disponibilidad, compaginando tu rutina diaria con la adquisición de nuevos conocimientos”*



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

- ♦ Animador socio-deportivo y recreativo de poblaciones especiales
- ♦ Coordinador de actividades físico-deportivas en campamentos juveniles
- ♦ Asistente personal para personas con discapacidad
- ♦ Divulgador de alimentación saludable en centros de rehabilitación
- ♦ Auxiliar de ayuda a domicilio para poblaciones especiales con carencias nutricionales



# 04

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

Cuando hayas completado este Curso Profesional serás capaz de realizar planes nutricionales enfocados en las condiciones adversas de los escenarios deportivos. Definirás las ingestas calóricas de los deportistas en escenarios de mínima temperatura y la influencia de la hidratación en países de alta temperatura.

01

Diferenciar las principales limitantes del rendimiento causadas por el clima

02

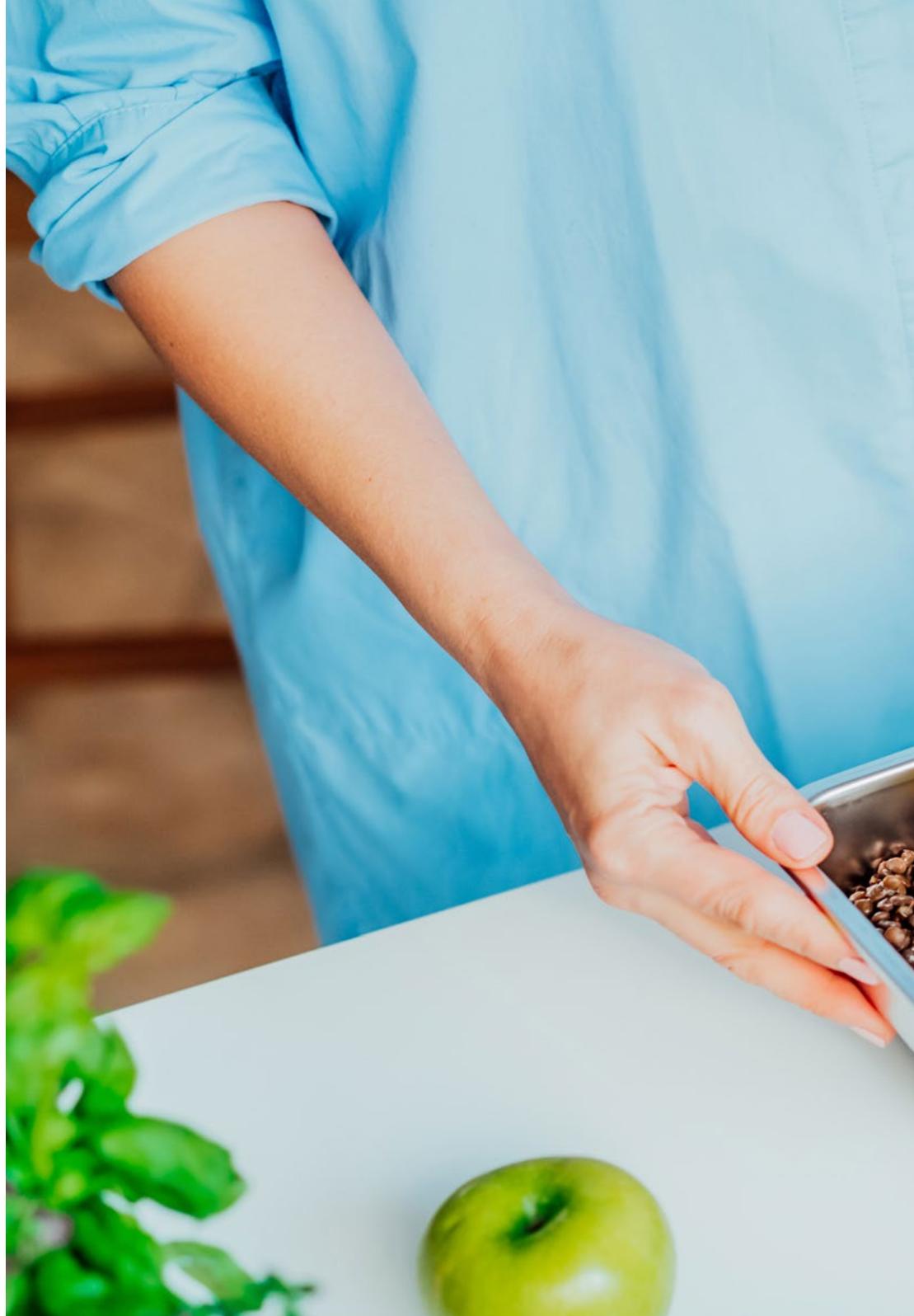
Elaborar un plan de aclimatación acorde a la situación dada

03

Profundizar en las adaptaciones fisiológicas debidas a la altura

04

Establecer unas correctas pautas individuales de hidratación en función del clima





05

Identificar las variables de las competiciones de invierno a lo largo de la historia

06

Determinar las limitaciones del rendimiento en climas calurosos

07

Desarrollar planes de nutrición e hidratación en climas calurosos y climas fríos

08

Determinar las limitantes de rendimiento en climas fríos

# 05

## Dirección del curso

TECH se caracteriza por ofrecer en cada uno sus programas conocimientos rigurosos y actualizados, presentados a su vez por expertos y especialistas del campo. Es por ello que, para esta titulación no ha sido diferente y ha seleccionado un cuadro docente capacitado y con años de experiencia. Ellos han depositado en el plan de estudios todos sus conocimientos sobre la nutrición en condiciones adversas, de modo que accederás a un material exclusivo.

“

*Los mejores nutricionistas del campo deportivo te proporcionarán todas las claves para realizar planes nutricionales en situaciones adversas”*



## Dirección del curso

### Dr. Marhuenda Hernández, Javier

- ♦ Nutricionista en clubes de fútbol profesionales
- ♦ Responsable del área de nutrición deportiva del Albacete Balompié
- ♦ Responsable del área de nutrición deportiva del UCAM Murcia de Fútbol
- ♦ Asesor científico en Nutrium
- ♦ Asesor nutricional en Centro Impulso
- ♦ Docente y coordinador de estudios posuniversitarios
- ♦ Doctor en Nutrición y Seguridad Alimentaria por la UCAM
- ♦ Graduado en Nutrición Humana y Dietética por la UCAM
- ♦ Máster en Nutrición Clínica por la UCAM
- ♦ Académico de número de la Academia Española de Nutrición y Dietética

## Cuadro docente

### D. Arcusa Saura, Raúl

- ♦ Nutricionista en el Club Deportivo Castellón, club de fútbol profesional
- ♦ Nutricionista en varios clubes semiprofesionales de Castellón
- ♦ Investigador en la Universidad Católica de Murcia
- ♦ Docente en estudios de grado y posgrado universitario
- ♦ Graduado en Nutrición Humana y Dietética
- ♦ Máster Oficial en Nutrición en la Actividad Física y el Deporte



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

# 06

## Plan de formación

TECH ha diseñado el temario de este programa en función de los requerimientos actuales del campo deportivo laboral. Dentro, el alumno hallará información sobre las situaciones adversas a las que se han de enfrentar los deportistas de la élite y la influencia alimenticia para la superación de estas pruebas. A lo largo de 6 semanas el alumno se adentrará en un plan de estudios riguroso y vanguardista, colmado además de recursos audiovisuales y ejercicios prácticos.

“

*Los contenidos más novedosos y completos te esperan para que te conviertas en un especialista de la nutrición deportiva en condiciones climáticas”*





## Módulo 1. Condiciones adversas

- 1.1. Historia del deporte en condiciones extremas
- 1.2. Limitaciones del rendimiento en climas calurosos
- 1.3. Características básicas en climas calurosos
- 1.4. Nutrición e hidratación en climas calurosos
- 1.5. Limitantes de rendimiento en climas fríos
- 1.6. Características básicas en Climas Fríos
- 1.7. Nutrición e hidratación en climas fríos

“

*Los conocimientos que aquí adquirirás tienen una rápida aplicabilidad en el campo laboral. Matricúlate ya y da un valor agregado a tu CV”*

# 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 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 de carreras profesionales.

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

Modalidad: **Online**

Horas: **150**





**Curso Profesional**  
Nutrición en Condiciones  
Adversas

Modalidad: Online

Titulación: TECH Formación Profesional

Duración: 6 semanas

Horas: 150

# Curso Profesional

## Nutrición en Condiciones Adversas

