

Máster Profesional Nutrición Deportiva





Máster Profesional Nutrición Deportiva

Modalidad: Online

Titulación: TECH Formación Profesional

Duración: 12 meses

Horas: 1.500

Acceso web: www.tech-fp.com/sanidad/master-profesional/master-profesional-nutricion-deportiva

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 Máster 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

La nutrición deportiva ha adquirido una mayor relevancia en las últimas décadas. A través de esa disciplina, los atletas y sus entrenadores pueden recibir una guía detallada sobre los requerimientos alimenticios durante la actividad deportiva. Asimismo, los profesionales de este sector les orientan cómo mantener una dieta equilibrada y estilos de vida más saludables. La presente titulación realiza un recorrido en profundidad acerca de las bases moleculares de la alimentación. Igualmente, se adentra en la inclusión de productos transgénicos y ecológicos en los cronogramas alimenticios. Entre ellas resaltan la nutrigenética, la utrigenómica y la inmunonutrición. Los alumnos explorarán acerca de las objetivos y guías de alimentación en adultos sanos. Por otra parte, examinarán la ingesta de alimentos en diferentes fases de la actividad deportiva y la importancia de la hidratación. Las lecciones se impartirán en un entorno 100% online, de forma que resultará más sencillo la conciliación del proceso de aprendizaje con otros proyectos profesionales y personales, al mismo tiempo que aumentan tus posibilidades laborales en este sector.

“

Estudiar con TECH te abrirá las puertas de un escenario laboral en constante ascenso, donde podrás destacar debido a los avanzados conocimientos prácticos que adquirirás en este programa sobre nutrición deportiva”



La alimentación es uno de los diversos factores de los que depende el rendimiento atlético. En los últimos años, los investigadores han podido determinar que una adecuada ingesta de alimentos ayuda a los deportistas a mantener un buen estado de ánimo durante la actividad física y una mayor concentración.

Por eso, este Máster Profesional ha sido elaborado atendiendo a la creciente demanda de especialistas en este ámbito. Así, a través de este itinerario académico profundizarás en cuestiones como las bases moleculares de la alimentación y tablas de composición de productos para comer. El programa, asimismo, presta especial atención a la seguridad de los alimentos y las normativas que rigen su etiquetado y la información a los consumidores, entre otros muchos aspectos.

La titulación se desarrolla a través de una metodología de aprendizaje 100% online. El *Relearning* posibilita la adquisición temprana de habilidades prácticas, así como el dominio avanzado de conocimientos teóricos. De este modo, esta capacitación se complementa por una amplia variedad de recursos didácticos y materiales audiovisuales.

“ *Inscríbete en esta titulación y adquirirás la especialización imprescindible para formar parte de equipos de entrenamiento de atletas profesionales de cualquier parte del mundo*”

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

La alimentación es un tema que suscita polémicas y generalmente existen varios criterios acerca de sus diferentes aplicaciones. En el ámbito deportivo, una adecuada ingesta de productos de comida es esencial para obtener resultados relevantes en competiciones de diversa índole. Los atletas deben contar con el asesoramiento especializado de expertos que controlen sus procesos metabólicos, hidratación y potencien el rendimiento de la actividad física. La demanda de profesionales en este sector se encuentra en constante ascenso debido a que los equipos prestan mayor atención al cuidado nutricional de los competidores. Por tal motivo, la Nutrición Deportiva se ha convertido en un sector laboral en crecimiento que demanda el dominio de avanzadas habilidades prácticas.



Los egresados de este programa podrán brindar ayuda psicológica a pacientes derivados de la práctica del deporte y la nutrición”



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

- ◆ Entrenador personal
- ◆ Monitor de gimnasio
- ◆ Coach deportivo
- ◆ Animador físico-deportivo y recreativo
- ◆ Asistente de equipos de investigación biomédica
- ◆ Técnico de evaluación y control de calidad de la prestación sanitaria
- ◆ Técnico asistente de análisis en biología molecular



04

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

Al completar este Máster Profesional en Nutrición Deportiva, permitirá a los estudiantes aplicar las tendencias más recientes en materia de adecuada alimentación en sus pacientes. Aprenderán cómo hacer valoraciones adecuadas de los atletas y detectar posibles patologías y otros problemas nutricionales en adultos aparentemente sanos.

01

Actualizar los conocimientos del nutriólogo en las nuevas tendencias en nutrición humana, tanto en la salud como en situaciones patológicas a través de la medicina basada en la evidencia

02

Promover estrategias de trabajo basadas en el conocimiento práctico de las nuevas corrientes en nutrición y su aplicación a las patologías del adulto, donde esta juega un papel primordial en la terapéutica de las mismas

03

Favorecer la adquisición de habilidades y destrezas técnicas, mediante un sistema audiovisual potente, y posibilidad de desarrollo a través de talleres online de simulación y/o formación específica

04

Incentivar el estímulo profesional mediante la formación continuada y la investigación





05

Capacitar para la investigación en pacientes con problemas nutricionales

06

Analizar los distintos métodos de valoración del estado nutricional

07

Interpretar e integrar los datos antropométricos, clínicos, bioquímicos, hematológicos, inmunológicos y farmacológicos en la valoración nutricional del enfermo y en su tratamiento dietético-nutricional

08

Detectar precozmente y evaluar las desviaciones por exceso o defecto, cuantitativas y cualitativas, del balance nutricional

05

Dirección del curso

Los docentes de esta titulación han sido seleccionados por TECH debido a sus extensos currículos y dilatada experiencia en el sector de la Nutrición Deportiva. A lo largo de sus carreras, estos profesionales han formado parte de equipos investigativos con importantes resultados teóricos y prácticos. Estos últimos han ayudado a perfeccionar métodos de alimentación de atletas de todo el mundo. Sus aplicaciones se han visto reflejadas en los resultados de esos individuos en competiciones internacionales. Por otro lado, los profesores de este Máster Profesional se han involucrado directamente con la elaboración de diversos materiales didácticos y audiovisuales.

“

El claustro de este programa intercambiará sus habilidades contigo, así como resolverá tus dudas, a través de canales comunitarios y directos de comunicación”



Dirección del curso

Dña. Aldalur Mancisidor, Ane

- ♦ Dietista especializada en alimentación basada en plantas
- ♦ Grado en Enfermería
- ♦ Grado Superior Técnico en Dietética y Nutrición por Cebanc
- ♦ Experto en TCA y Nutrición Deportiva
- ♦ Miembro de Gabinete de dietética y del Servicio Vasco de la Salud

Dña. Urbeltz, Uxue

- ♦ Monitora en BPX, Patronato de Deportes de San Sebastián
- ♦ Dietista en Policlínica Gipuzkoa
- ♦ Grado Superior en Dietética y Nutrición
- ♦ Grado en Ingeniería Innovación en procesos y Productos Alimentarios por la Universidad Pública de Navarra
- ♦ Postgrado Online en Microbiota por Regenera
- ♦ Certificado en Antropometría ISAK Nivel 1 por The International Society for the Advancement of Kinanthropometry (ISAK)

Dr. Pérez de Ayala, Enrique

- ♦ Jefe del Servicio de Medicina Deportiva en Policlínica Gipuzkoa
- ♦ Licenciado en Medicina por la Universidad Autónoma de Barcelona
- ♦ Máster en Valoración Daño Corporal
- ♦ Experto en Biología y Medicina del Deporte por la Universidad Pierre et Marie Curie
- ♦ Exjefe de la Sección de Medicina Deportiva de la Real Sociedad de Fútbol
- ♦ Miembro de:
 - ♦ Asociación Española de Médicos de Equipos de Fútbol
 - ♦ Federación Española de Medicina Deportiva
 - ♦ Sociedad Española de Medicina Aeroespacial

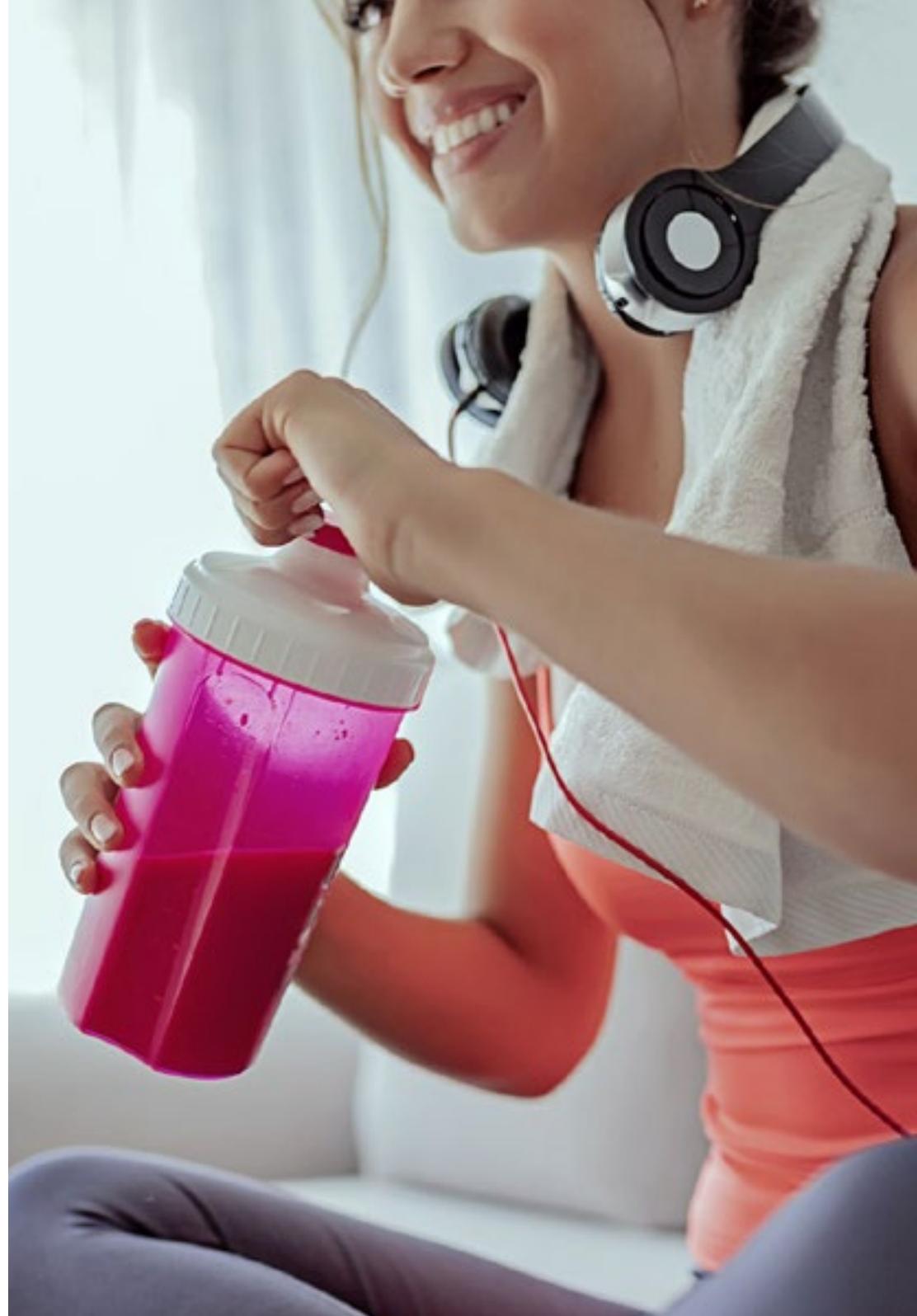
06

Plan de formación

El temario de esta titulación está compuesto por cuatro módulos. A su vez, ellos se encuentran divididos en numerosos temas de interés donde se profundiza, entre otras aristas, sobre los avances más novedosos en materia de alimentación. Mediante este programa, los alumnos podrán analizar alimentos transgénicos, ecológicos o fitoquímicos. Al mismo tiempo, serán capaces de examinar a cabalidad tablas de composición y bases de datos nutricionales. Por otra parte, se analizan tendencias alimenticias de gran vigencia como la nutrigenética y la nutrigenómica. También se adentrarán en las últimas actualizaciones sobre requerimientos nutricionales e ingestas recomendadas. Finalmente, estudiarán la fisiología del ejercicio deportivo y su relación con la comida.

“

La presente capacitación se apoya en clases magistrales, recursos didácticos y materiales audiovisuales que reforzarán tus conocimientos teóricos y prácticos sobre esta materia”



Módulo 1. Nuevos avances en alimentación

- 1.1. Bases moleculares de la nutrición
- 1.2. Actualización en la composición de alimentos
- 1.3. Tablas de composición de alimentos y bases de datos nutricionales
- 1.4. Fitoquímicos y compuestos no nutritivos
- 1.5. Nuevos alimentos
- 1.6. Alimentos ecológicos
- 1.7. Alimentos transgénicos
- 1.8. El agua como nutriente
- 1.9. Seguridad alimentaria
- 1.10. Nuevo etiquetado alimentario e información al consumidor
- 1.11. Fitoterapia aplicada a patologías nutricionales

Módulo 2. Tendencias actuales en nutrición

- 2.1. Nutrigenética
- 2.2. Nutrigenómica
- 2.3. Inmunonutrición
- 2.4. Regulación fisiológica de la alimentación. Apetito y saciedad
- 2.5. Psicología y alimentación
- 2.6. Nutrición y sueño
- 2.7. Actualización en objetivos nutricionales e ingestas recomendadas
- 2.8. Nuevas evidencias en dieta mediterránea

Módulo 3. Valoración del estado nutricional y de la dieta. Aplicación en la práctica

- 3.1. Bioenergética y nutrición
- 3.2. Valoración del estado nutricional
- 3.3. Valoración de la ingesta
- 3.4. Actualización en requerimientos nutricionales e ingestas recomendadas
- 3.5. Alimentación en el adulto sano. Objetivos y guías. Dieta Mediterránea
- 3.6. Alimentación en la menopausia
- 3.7. Nutrición en las personas de edad avanzada

Módulo 4. Alimentación en la práctica deportiva

- 4.1. Fisiología del ejercicio
- 4.2. Adaptación fisiológica a los distintos tipos de ejercicio
- 4.3. Adaptación metabólica al ejercicio. Regulación y control
- 4.4. Valoración de las necesidades energéticas y del estado nutricional del deportista
- 4.5. Valoración de la capacidad física del deportista
- 4.6. Alimentación en las distintas fases de la práctica deportiva
- 4.7. Hidratación
- 4.8. Planificación dietética adaptada a las modalidades deportivas
- 4.9. Ayudas ergogénicas y normativa actual antidopaje
- 4.10. La nutrición en la recuperación de las lesiones deportivas
- 4.11. Trastornos psicológicos relacionados con la práctica del deporte
- 4.12. El papel del coach en el rendimiento deportivo

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

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

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

Título: **Máster Profesional en Nutrición Deportiva**

Modalidad: **Online**

Horas: **1.500**



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

tech formación profesional

Máster Profesional Nutrición Deportiva

Modalidad: Online

Titulación: TECH Formación Profesional

Duración: 12 meses

Horas: 1.500

Máster Profesional Nutrición Deportiva