# Máster Título Propio

## Nutrición Deportiva

Avalado por la NBA



tech universidad tecnológica



tech universidad tecnológica

# Máster Título Propio
## Nutrición Deportiva

Modalidad: **Online**
Duración: **12 meses**
Titulación: **TECH Universidad Tecnológica**
Horas lectivas: **1.500 h.**
Acceso web: **www.techtitute.com/fisioterapia/master/master-nutricion-deportiva**

# Índice


01 Presentación — pág. 4

02 Objetivos — pág. 8

03 Competencias — pág. 14

04 Dirección del curso — pág. 18

05 Estructura y contenido — pág. 22

06 Metodología — pág. 30

07 Titulación — pág. 38

01

# Presentación

En los últimos años se ha observado un aumento en el número de personas que consumen productos calóricos y con pocos nutrientes. Esto propicia una malnutrición que puede desembocar en trastornos alimenticios como el marasmo y, por consiguiente, en graves problemas físicos. Por ello, el fisioterapeuta debe también tener conocimientos de nutrición, así como de las enfermedades del ser humano desde el movimiento corporal y la naturaleza, ya que busca el desarrollo adecuado de las funciones del cuerpo. De ahí, que resulte fundamental un conocimiento en profundidad del organismo y su correcto mantenimiento.





*La alimentación y el deporte deben ir de la mano, ya que es imprescindible que el deportista mantenga una dieta adecuada que le ayude a mejorar su condición física"*

Cada vez es mayor el número de personas que introducen el deporte en su día a día y que buscan la ayuda de un profesional para asesorarse en materia nutricional.

Una alimentación que aporte un buen nivel de nutrientes favorece el mantenimiento y la regeneración del organismo. Una correcta nutrición ayuda a prevenir enfermedades como osteoporosis, tendinitis, roturas de ligamentos o artrosis.

En este sentido, es imprescindible contar con fisioterapeutas actualizados con las últimas novedades en nutrición deportiva que, como complemento a su práctica profesional diaria, puedan prevenir y tratar posibles patologías físicas.

Este programa ofrece la posibilidad de profundizar y actualizar los conocimientos en nutrición deportiva, con el uso de la más actual tecnología educativa. Ofrece una visión global de la nutrición clínica y deportiva, al mismo tiempo que pone el foco en los aspectos más importantes e innovadores: entrenamiento invisible o dieta adecuada para deportistas, y alimentación antes, durante y después del ejercicio. De esta manera, este programa permite la especialización en el campo de la nutrición deportiva en áreas de especial interés como: nutrigenética, nutrigenómica, nutrición y obesidad, dietética hospitalaria, tendencias nutricionales y necesidades específicas del deportista de élite.

El equipo docente de este Máster Título Propio en Nutrición Deportiva ha realizado una cuidadosa selección de cada uno de los temas de esta capacitación para ofrecer al alumno una oportunidad de estudio lo más completa posible y ligada siempre con la actualidad.

Al tratarse de un programa online, el alumno no está condicionado por horarios fijos ni necesidad de trasladarse a otro lugar físico, sino que puede acceder a los contenidos en cualquier momento del día, equilibrando su vida laboral o personal con la académica.

Este **Máster Título Propio en Nutrición Deportiva** contiene el programa científico más completo y actualizado del mercado. Sus características más destacadas son:

- Los contenidos gráficos, esquemáticos y eminentemente prácticos con los que están concebidos, recogen la información indispensable para el ejercicio profesional
- Los ejercicios donde realizar el proceso de autoevaluación para mejorar el aprendizaje
- El sistema interactivo de aprendizaje basado en algoritmos para la toma de decisiones ante el paciente con problemas de alimentación
- Las lecciones teóricas, preguntas al experto, foros de discusión de temas controvertidos y trabajos de reflexión individual
- La disponibilidad de acceso a los contenidos desde cualquier dispositivo fijo o portátil con conexión a internet

*Los fisioterapeutas especializados en Nutrición Deportiva destacan en un sector de alta competencia profesional. Únete a nuestra comunidad de alumnos y añade un plus a tu currículum con esta especialización de nivel”*

*Este Máster Título Propio es la mejor inversión que puedes hacer en la selección de un programa de actualización por dos motivos: además de poner al día tus conocimientos en Nutrición Deportiva, obtendrás un título por TECH Universidad Tecnológica"*

*El programa permite ejercitarse en entornos simulados, que proporcionan un aprendizaje inmersivo programado para entrenarse ante situaciones reales.*

*Este Máster Título Propio 100% online te permitirá compaginar tus estudios con tu labor profesional a la vez que aumentas tus conocimientos en este ámbito.*

Incluye, en su cuadro docente, a profesionales pertenecientes al ámbito de la nutrición y la fisioterapia, que vierten en esta capacitación la experiencia de su trabajo, además de reconocidos especialistas de sociedades de referencia y universidades de prestigio.

Su contenido multimedia, elaborado con la última tecnología educativa, permitirá al profesional un aprendizaje situado y contextual, es decir, un entorno simulado que proporcionará una preparación inmersiva programada para entrenarse ante situaciones reales.

El diseño de este programa se centra en el Aprendizaje Basado en Problemas, mediante el cual el profesional deberá tratar de resolver las distintas situaciones de práctica profesional que se le planteen a lo largo del curso académico. Para ello, el médico contará con la ayuda de un novedoso sistema de vídeo interactivo realizado por reconocidos expertos en nutrición deportiva y con gran experiencia docente.



02

# Objetivos

El principal objetivo que persigue el programa es el desarrollo del aprendizaje teórico-práctico, de forma que el médico consiga dominar de forma práctica y rigurosa el estudio de la nutrición deportiva.





*Nuestro objetivo es alcanzar la excelencia académica y darte las claves para que logres avanzar en tu profesión"*

## Objetivos generales

- Actualizar los conocimientos a las nuevas tendencias en nutrición humana, tanto en la salud como en situaciones patológicas a través de la fisioterapia
- 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
- 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 capacitación específica
- Incentivar el estímulo profesional mediante la capacitación continuada y la investigación
- Capacitar para la investigación en pacientes con problemas nutricionales

*Aprovecha la oportunidad y da el paso para ponerte al día en las últimas novedades en Nutrición Deportiva"*





## Objetivos específicos

### Módulo 1. Nuevos avances en alimentación

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

### Módulo 2. Tendencias actuales en nutrición

- Detectar precozmente y evaluar las desviaciones por exceso o defecto, cuantitativas y cualitativas, del balance nutricional
- Describir la composición y utilidades de los nuevos alimentos

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

- Explicar las distintas técnicas y productos de soporte nutricional básico y avanzado relacionadas con la nutrición del paciente
- Definir la utilización correcta de las ayudas ergogénicas

### Modulo 4. Alimentación en la práctica deportiva

- Explicar la normativa actual antidopaje
- Identificar los trastornos psicológicos relacionados con la práctica del deporte y la nutrición

### Módulo 5. Fisiología muscular y metabólica relacionada con el ejercicio

- Conocer de manera profunda la estructura del músculo esquelético
- Comprender en profundidad el funcionamiento del músculo esquelético
- Profundizar en las adaptaciones más importantes que se producen en deportistas
- Profundizar en los mecanismos de producción de energía con base en el tipo de ejercicio realizado
- Profundizar en la integración de los diferentes sistemas energéticos que conforman el metabolismo energético del músculo

### Módulo 6. Vegetarianismo y veganismo

- Diferenciar entre los distintos tipos de deportistas vegetarianos
- Conocer de manera profunda los principales errores cometidos
- Tratar las notables carencias nutricionales que presentan los deportistas
- Manejar habilidades que permitan dotar al deportista de las mejores herramientas a la hora de combinar alimentos

### Módulo 7. Diferentes etapas o poblaciones específicas

- Explicar características particulares a nivel fisiológico a tener en cuenta en el abordaje nutricional de los diferentes colectivos
- Comprender en profundidad los factores externos e internos que influyen en el abordaje nutricional de estos colectivos







### Módulo 8. Nutrición para la readaptación y recuperación funcional

- Abordar el concepto de alimentación integral como elemento clave en el proceso de readaptación y recuperación funcional
- Distinguir las diferentes estructuras y propiedades tanto de macronutrientes como de micronutrientes
- Priorizar la importancia tanto de la ingesta de agua como de la hidratación en los procesos de recuperación
- Analizar los diferentes tipos de fitoquímicos y su papel esencial en la mejora del estado de salud y la regeneración del organismo

### Módulo 9. Alimentación, salud y prevención de enfermedad: problemática actual y recomendaciones para la población general

- Analizar hábitos de alimentación del paciente, así como su problemática y motivación
- Actualizar las recomendaciones nutricionales basadas en la evidencia científica para su aplicación en la práctica clínica
- Capacitar para el diseño de estrategias de educación nutricional y atención al paciente

### Módulo 10. Valoración del estado nutricional y cálculo de planes nutricionales personalizados, recomendaciones y seguimiento

- Adecuar valoración del caso clínico, interpretación de causas y riesgos
- Calcular de forma personalizada los planes nutricionales teniendo en cuenta todas las variables individuales
- Planificar planes nutricionales y modelos para la una recomendación completa y práctica

03

# Competencias

Después de superar las evaluaciones del Máster Título Propio en Nutrición Deportiva, el profesional habrá adquirido las competencias necesarias para una praxis de calidad y actualizada con base en la metodología didáctica más innovadora.





*Nuestro objetivo es buscar la excelencia académica y ayudarte a que logres crecer y destacar en tu profesión”*

## Competencias generales

- Aplicar las nuevas tendencias en nutrición deportiva
- Aplicar las nuevas corrientes de la nutrición según las patologías del adulto
- Investigar los problemas nutricionales de las personas a las que tratan

*Una vía de capacitación y crecimiento profesional que te impulsará hacia una mayor competitividad en el mercado laboral"*





## Competencias específicas

- Valorar el estado nutricional de una persona
- Identificar problemas nutricionales de las personas y aplicar los tratamientos y dietas más precisos en cada caso
- Conocer las composiciones de los alimentos, identificar sus utilidades y añadirlas a las dietas que las necesitan
- Conocer las normas antidopaje
- Buscar ayuda para las personas con trastornos psicológicos derivados de la práctica del deporte y la nutrición
- Estar al día en seguridad alimentaria y conocer los posibles peligros de los alimentos
- Identificar los beneficios de la dieta mediterránea
- Identificar las necesidades energéticas de los deportistas y realizarles dietas adecuadas

04

# Dirección del curso

El equipo docente, experto en Nutrición Deportiva, cuenta con un amplio prestigio en la profesión y son profesionales con años de experiencia docente que se han unido para ayudar a dar un impulso a su profesión. Para ello, han elaborado este Máster Título Propio con actualizaciones recientes en la materia que le permitirá al profesional capacitarse y aumentar sus habilidades en este sector.





*Aprende de los mejores profesionales y conviértete tú mismo en un profesional de éxito"*

## Dirección



### Dr. Pérez de Ayala, Enrique

- Jefe del Servicio de Medicina Deportiva en Policlínica Gipuzkoa
- Licenciado en Medicina por la Universidad Autónoma de Barcelona
- Especialista en Medicina de la E. Física y el Deporte
- Miembro de honor de la AEMEF
- Ha sido jefe de la Sección de Medicina Deportiva de la Real Sociedad de Fútbol

## Profesores

### Dña. Aldalur Mancisidor, Ane

- Experto en TCA y Nutrición Deportiva
- Forma parte del gabinete de dietética y del Servicio Vasco de la Salud
- Grado en Enfermería
- Grado Superior en Dietética

### Dña. Urbeltz, Uxue

- Dietista en Policlínica Gipuzkoa
- Monitora en BPX, Patronato de Deportes de San Sebastián
- Grado Superior en Dietética y Nutrición



05

# Estructura y contenido

La estructura de los contenidos ha sido diseñada por un equipo de profesionales conocedor de las implicaciones de la especialización en la praxis diaria, conscientes de la relevancia en la actualidad de la capacitación en nutrición deportiva; y comprometidos con la enseñanza de calidad mediante las nuevas tecnologías educativas.





*Contamos con el programa científico más completo y actualizado del mercado. Un completísimo temario que te ayudará a lograr el éxito profesional"*

## **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
  1.5.1. Nutrientes funcionales y compuestos bioactivos
  1.5.2. Probióticos, prebióticos y simbióticos
  1.5.3. Calidad y diseño
1.6. Alimentos ecológicos
1.7. Alimentos transgénicos
1.8. El agua como nutriente
1.9. Seguridad alimentaria
  1.9.1. Peligros físicos
  1.9.2. Peligros químicos
  1.9.3. Peligros microbiológicos
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
  2.2.1. Fundamentos
  2.2.2. Métodos
2.3. Inmunonutrición
  2.3.1. Interacciones nutrición-inmunidad
  2.3.2. Antioxidantes y función inmune
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
- 3.1.1. Necesidades energéticas
- 3.1.2. Métodos de valoración del gasto energético

3.2. Valoración del estado nutricional
- 3.2.1. Análisis de la composición corporal
- 3.2.2. Diagnóstico clínico. Síntomas y signos
- 3.2.3. Métodos bioquímicos, hematológicos e inmunológicos

3.3. Valoración de la ingesta
- 3.3.1. Métodos de análisis de la ingesta de alimentos y nutrientes
- 3.3.2. Métodos directos e indirectos

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
- 4.6.1. Pre-competitiva
- 4.6.2. Durante
- 4.6.3. Post-competición

4.7. Hidratación
- 4.7.1. Regulación y necesidades
- 4.7.2. Tipos de bebidas

4.8. Planificación dietética adaptada a las modalidades deportivas

4.9. Ayudas ergogénicas y normativa actual antidopaje
- 4.9.1. Recomendaciones AMA y AEPSAD

4.10. La nutrición en la recuperación de las lesiones deportivas

4.11. Trastornos psicológicos relacionados con la práctica del deporte
- 4.11.1. Trastornos alimentarios: vigorexia, ortorexia, anorexia
- 4.11.2. Fatiga por sobreentrenamiento
- 4.11.3. La triada de la atleta femenina

4.12. El papel del coach en el rendimiento deportivo

## **Módulo 5.** Fisiología muscular y metabólica relacionada con el ejercicio

5.1. Adaptaciones cardiovasculares relativas al ejercicio
- 5.1.1. Aumento del volumen sistólico
- 5.1.2. Disminución de la frecuencia cardiaca

5.2. Adaptaciones ventilatorias relativas al ejercicio
- 5.2.1. Cambios en el volumen ventilatorio
- 5.2.2. Cambios en el consumo de oxígeno

5.3. Adaptaciones hormonales relativas al ejercicio
- 5.3.1. Cortisol
- 5.3.2. Testosterona

5.4. Estructura del músculo y tipos de fibras musculares
- 5.4.1. La fibra muscular
- 5.4.2. Fibra muscular tipo I
- 5.4.3. Fibras musculares tipo II

5.5. Concepto de umbral láctico

5.6. ATP y metabolismo de los fosfágenos
- 5.6.1. Rutas metabólicas para la resíntesis de ATP durante el ejercicio
- 5.6.2. Metabolismo de los fosfágenos

5.7. Metabolismo de los hidratos de carbono
- 5.7.1. Movilización de los hidratos de carbono durante el ejercicio
- 5.7.2. Tipos de glucólisis

5.8. Metabolismo de los lípidos
- 5.8.1. Lipólisis
- 5.8.2. Oxidación de grasa durante el ejercicio
- 5.8.3. Cuerpos cetónicos

5.9. Metabolismo de las proteínas
- 5.9.1. Metabolismo del amonio
- 5.9.2. Oxidación de aminoácidos

5.10. Bioenergética mixta de las fibras musculares
- 5.10.1. Fuentes energéticas y su relación con el ejercicio
- 5.10.2. Factores que determinan el uso de una u otra fuente de energía durante el ejercicio

## **Módulo 6.** Vegetarianismo y veganismo

6.1. Vegetarianismo y veganismo en la historia del deporte
- 6.1.1. Comienzos del veganismo en el deporte
- 6.1.2. Deportistas vegetarianos en la actualidad

6.2. Diferentes tipos de alimentación vegetariana
- 6.2.1. Deportista vegano
- 6.2.2. Deportista vegetariano

6.3. Errores frecuentes en el deportista vegano
- 6.3.1. Balance energético
- 6.3.2. Consumo de proteína

6.4. Vitamina B12
- 6.4.1. Suplementación de B12
- 6.4.2. Biodisponibilidad de alga espirulina

6.5. Fuentes proteicas en la alimentación vegana/vegetariana
- 6.5.1. Calidad proteica
- 6.5.2. Sostenibilidad ambiental

6.6. Otros nutrientes clave en veganos
- 6.6.1. Conversión ALA en EPA/DHA
- 6.6.2. Fe, Ca, Vit-D y Zn

6.7. Valoración bioquímica/carencias nutricionales
- 6.7.1. Anemia
- 6.7.2. Sarcopenia

6.8. Alimentación vegana vs. Alimentación omnívora
- 6.8.1. Alimentación evolutiva
- 6.8.2. Alimentación actual

6.9. Ayudas ergogénicas
- 6.9.1. Creatina
- 6.9.2. Proteína vegetal

6.10. Factores que disminuyen la absorción de nutrientes
- 6.10.1. Alto consumo de fibra
- 6.10.2. Oxalatos

## **Módulo 7.** Diferentes etapas o poblaciones específicas

7.1. Nutrición en la mujer deportista
- 7.1.1. Factores limitantes
- 7.1.2. Requerimientos

7.2. Ciclo menstrual
- 7.2.1. Fase lútea
- 7.2.2. Fase folicular

7.3. Triada
- 7.3.1. Amenorrea
- 7.3.2. Osteoporosis

7.4. Nutrición en la mujer deportista embarazada
- 7.4.1. Requerimientos energéticos
- 7.4.2. Micronutrientes

7.5. Efectos del ejercicio físico en el niño deportista
- 7.5.1. Entrenamiento de fuerza
- 7.5.2. Entrenamiento de resistencia

7.6. Educación nutricional en el niño deportista
- 7.6.1. Azúcar
- 7.6.2. TCA

7.7. Requerimientos nutricionales en el niño deportista
- 7.7.1. Hidratos de carbono
- 7.7.2. Proteínas

7.8. Cambios asociados al envejecimiento
- 7.8.1. % Grasa corporal
- 7.8.2. Masa muscular





7.9. Principales problemas en el deportista senior
- 7.9.1. Articulaciones
- 7.9.2. Salud cardiovascular

7.10. Suplementación interesante en el deportista senior
- 7.10.1. Whey protein
- 7.10.2. Creatina

## **Módulo 8.** Nutrición para la readaptación y recuperación funcional

8.1. Alimentación integral como elemento clave en la prevención y recuperación de lesiones
8.2. Carbohidratos
8.3. Proteínas
8.4. Grasas
- 8.4.1. Saturadas
- 8.4.2. Insaturadas
  - 8.4.2.1. Monoinsaturadas
  - 8.4.2.2. Poliinsaturadas

8.5. Vitaminas
- 8.5.1. Hidrosolubles
- 8.5.2. Liposolubles

8.6. Minerales
- 8.6.9. Macrominerales
- 8.6.2. Microminerales

8.7. Fibra
8.8. Agua
8.9. Fitoquímicos
- 8.9.1. Fenoles
- 8.9.2. Tioles
- 8.9.3. Terpenos

8.10. Complementos alimenticios para la prevención y recuperación funcional

## **Módulo 9.** Alimentación, salud y prevención de enfermedad: problemática actual y recomendaciones para la población general

9.1. Hábitos de alimentación en la población actual y riesgos en salud
9.2. Dieta mediterránea y sostenible
  9.2.1. Modelo de alimentación recomendado
9.3. Comparación de modelos de alimentación o "dietas"
9.4. Nutrición en vegetarianos
9.5. Infancia y adolescencia
  9.5.1. Nutrición, crecimiento y desarrollo
9.6. Adultos
  9.6.1. Nutrición para la mejora de calidad de vida
  9.6.2. Prevención
  9.6.3. Tratamiento de enfermedad
9.7. Recomendaciones en embarazo y lactancia
9.8. Recomendaciones en menopausia
9.9. Edad avanzada
  9.9.1. Nutrición en envejecimiento
  9.9.2. Cambios en composición corporal
  9.9.3. Alteraciones
  9.9.4. Malnutrición
9.10. Nutrición en deportistas

## **Módulo 10.** Valoración del estado nutricional y cálculo de planes nutricionales personalizados, recomendaciones y seguimiento

10.1. Historia clínica y antecedentes
  10.1.1. Variables individuales que afectan a la respuesta del plan nutricional
10.2. Antropometría y composición corporal
10.3. Valoración de hábitos de alimentación
  10.3.1. Valoración nutricional del consumo de alimentos
10.4. Equipo interdisciplinar y circuitos terapéuticos





10.5. Cálculo del aporte energético
10.6. Cálculo de la recomendación de consumo de macro y micronutrientes
10.7. Recomendación de cantidades y frecuencia de consumo de alimentos
  10.7.1. Modelos de alimentación
  10.7.2. Planificación
  10.7.3. Distribución de tomas diarias
10.8. Modelos de planificación de dietas
  10.8.1. Menús semanales
  10.8.2. Toma diaria
  10.8.3. Metodología por intercambios de alimentos
10.9. Nutrición hospitalaria
  10.9.1. Modelos de dietas
  10.9.2. Algoritmos de decisiones
10.10. Educación
  10.10.1. Aspectos psicológicos
  10.10.2. Mantenimiento de hábitos de alimentación
  10.10.3. Recomendaciones al alta

*Una experiencia de capacitación única, clave y decisiva para impulsar tu desarrollo profesional"*

06

# Metodología

Este programa de capacitación ofrece una forma diferente de aprender. Nuestra metodología se desarrolla a través de un modo de aprendizaje de forma cíclica: ***el Relearning***.

Este sistema de enseñanza es utilizado, por ejemplo, en las facultades de medicina más prestigiosas del mundo y se ha considerado uno de los más eficaces por publicaciones de gran relevancia como el ***New England Journal of Medicine.***





*Descubre el Relearning, un sistema que abandona el aprendizaje lineal convencional para llevarte a través de sistemas cíclicos de enseñanza: una forma de aprender que ha demostrado su enorme eficacia, especialmente en las materias que requieren memorización"*

## En TECH empleamos el Método del Caso

Ante una determinada situación, ¿qué debería hacer un profesional? A lo largo del programa, los estudiantes se enfrentarán a múltiples casos clínicos simulados, basados en pacientes reales en los que deberán investigar, establecer hipótesis y, finalmente, resolver la situación. Existe abundante evidencia científica sobre la eficacia del método. Los fisioterapeutas/kinesiólogos aprenden mejor, más rápido y de manera más sostenible en el tiempo.

*Con TECH podrás experimentar una forma de aprender que está moviendo los cimientos de las universidades tradicionales de todo el mundo.*




Según el Dr. Gérvas, el caso clínico es la presentación comentada de un paciente, o grupo de pacientes, que se convierte en «caso», en un ejemplo o modelo que ilustra algún componente clínico peculiar, bien por su poder docente, bien por su singularidad o rareza. Es esencial que el caso se apoye en la vida profesional actual, intentando recrear los condicionantes reales en la práctica profesional de la fisioterapia.

*¿Sabías que este método fue desarrollado en 1912, en Harvard, para los estudiantes de Derecho? El método del caso consistía en presentarles situaciones complejas reales para que tomasen decisiones y justificasen cómo resolverlas. En 1924 se estableció como método estándar de enseñanza en Harvard"*

**La eficacia del método se justifica con cuatro logros fundamentales:**

1. Los fisioterapeutas/kinesiólogos que siguen este método no solo consiguen la asimilación de conceptos, sino un desarrollo de su capacidad mental, mediante ejercicios de evaluación de situaciones reales y aplicación de conocimientos.
2. El aprendizaje se concreta de una manera sólida en capacidades prácticas que permiten al fisioterapeuta/kinesiólogo una mejor integración en el mundo real.
3. Se consigue una asimilación más sencilla y eficiente de las ideas y conceptos, gracias al planteamiento de situaciones que han surgido de la realidad.
4. La sensación de eficiencia del esfuerzo invertido se convierte en un estímulo muy importante para el alumnado, que se traduce en un interés mayor en los aprendizajes y un incremento del tiempo dedicado a trabajar en el curso.



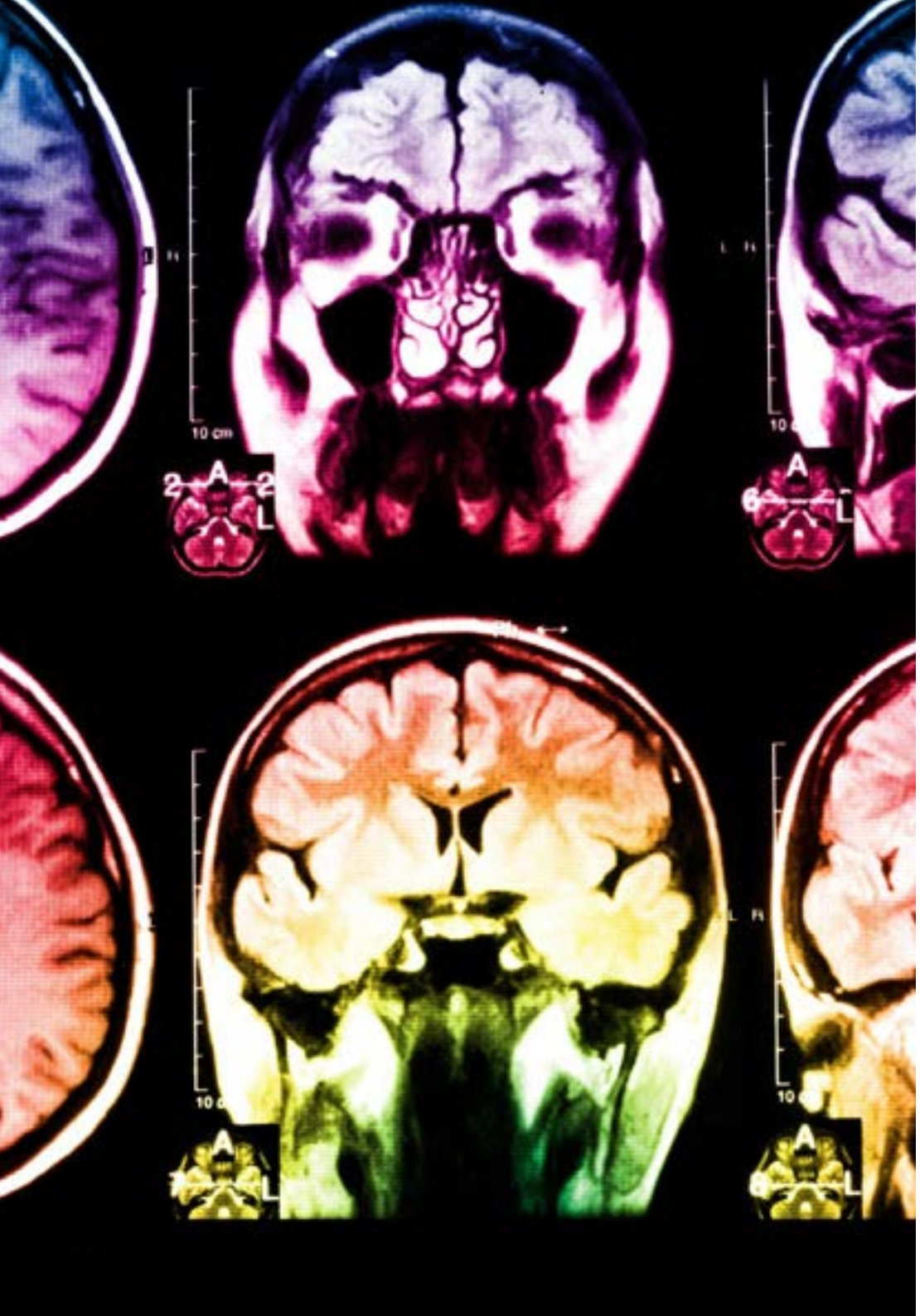
## Relearning Methodology

TECH aúna de forma eficaz la metodología del Estudio de Caso con un sistema de aprendizaje 100% online basado en la reiteración, que combina 8 elementos didácticos diferentes en cada lección.

Potenciamos el Estudio de Caso con el mejor método de enseñanza 100% online: el Relearning.

*El fisioterapeuta/kinesiólogo aprenderá mediante casos reales y resolución de situaciones complejas en entornos simulados de aprendizaje. Estos simulacros están desarrollados a partir de software de última generación que permiten facilitar el aprendizaje inmersivo.*





Situado a la vanguardia pedagógica mundial, el método Relearning ha conseguido mejorar los niveles de satisfacción global de los profesionales que finalizan sus estudios, con respecto a los indicadores de calidad de la mejor universidad online en habla hispana (Universidad de Columbia).

Con esta metodología se han capacitado más de 65.000 fisioterapeutas/kinesiólogos con un éxito sin precedentes en todas las especialidades clínicas con independencia de la carga manual/práctica. Nuestra metodología pedagógica está desarrollada en un entorno de máxima exigencia, con un alumnado universitario de un perfil socioeconómico alto y una media de edad de 43,5 años.

*El Relearning te permitirá aprender con menos esfuerzo y más rendimiento, implicándote más en tu capacitación, desarrollando el espíritu crítico, la defensa de argumentos y el contraste de opiniones: una ecuación directa al éxito.*

En nuestro programa, el aprendizaje no es un proceso lineal, sino que sucede en espiral (aprender, desaprender, olvidar y reaprender). Por eso, se combinan cada uno de estos elementos de forma concéntrica.

La puntuación global que obtiene nuestro sistema de aprendizaje es de 8.01, con arreglo a los más altos estándares internacionales.

**Este programa ofrece los mejores materiales educativos, preparados a conciencia para los profesionales:**

### Material de estudio

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

Estos contenidos son aplicados después al formato audiovisual, para crear el método de trabajo online de TECH. Todo ello, con las técnicas más novedosas que ofrecen piezas de gran calidad en todos y cada uno los materiales que se ponen a disposición del alumno.

### Técnicas y procedimientos de fisioterapia en vídeo

TECH acerca al alumno las técnicas más novedosas y los últimos avances educativos, al primer plano de la actualidad en técnicas y procedimientos de fisioterapia/kinesiología. Todo esto, en primera persona, con el máximo rigor, explicado y detallado para contribuir a la asimilación y comprensión del estudiante. Y lo mejor, puedes verlos las veces que quieras.

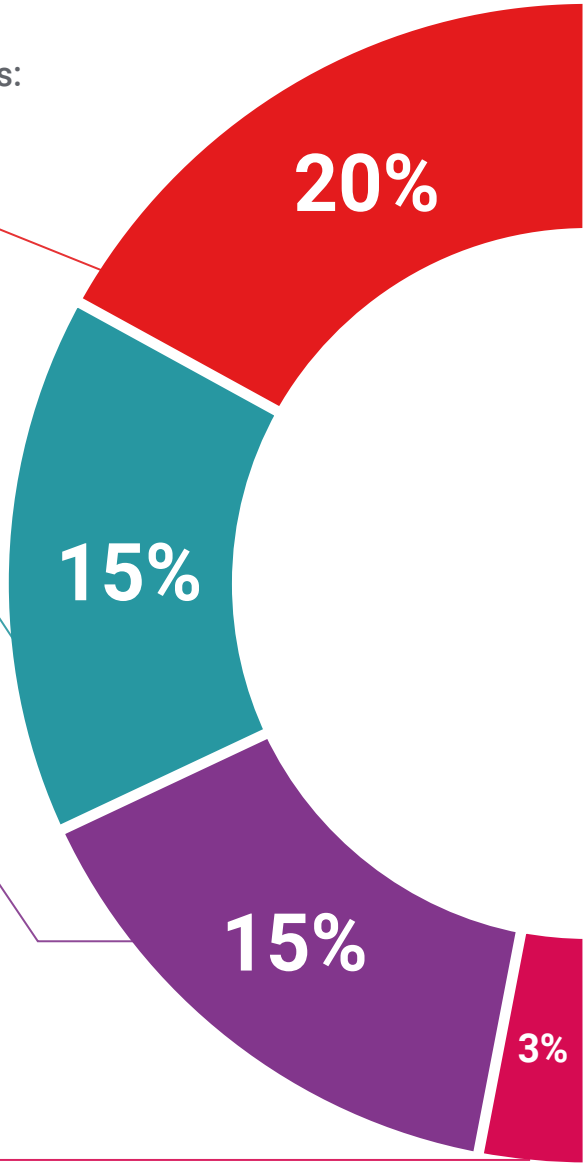
### Resúmenes interactivos

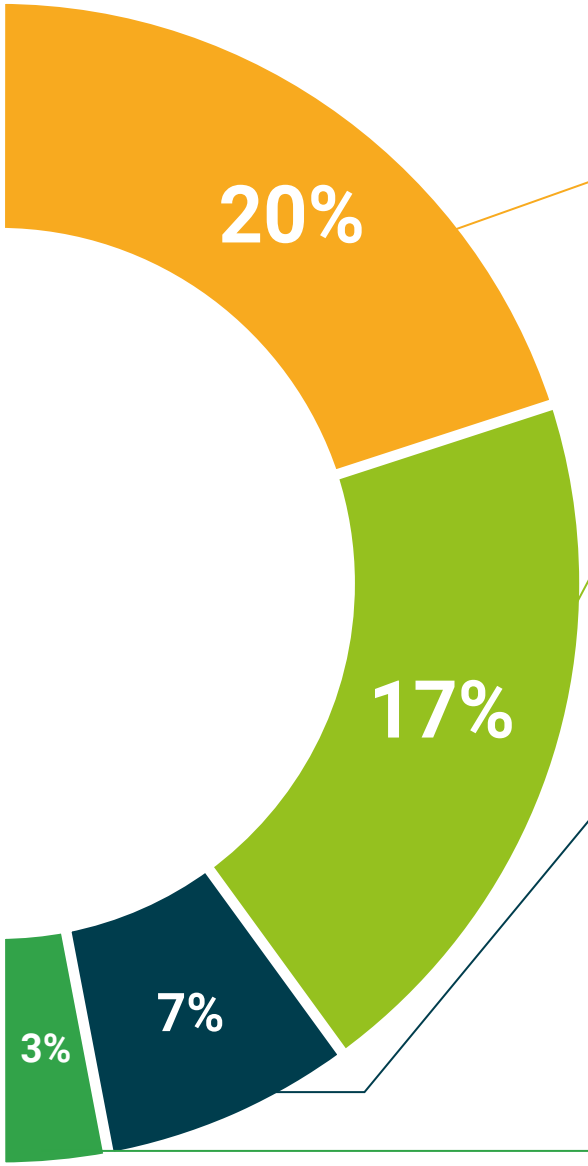
El equipo de TECH presenta los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audios, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

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

### Lecturas complementarias

Artículos recientes, documentos de consenso y guías internacionales, entre otros. En la biblioteca virtual de TECH el estudiante tendrá acceso a todo lo que necesita para completar su capacitación.






### Análisis de casos elaborados y guiados por expertos

El aprendizaje eficaz tiene, necesariamente, que ser contextual. Por eso, TECH presenta los desarrollos de casos reales en los que el experto guiará al alumno a través del desarrollo de la atención y la resolución de las diferentes situaciones: una manera clara y directa de conseguir el grado de comprensión más elevado.

### Testing & Retesting

Se evalúan y reevalúan periódicamente los conocimientos del alumno a lo largo del programa, mediante actividades y ejercicios evaluativos y autoevaluativos para que, de esta manera, el estudiante compruebe cómo va consiguiendo sus metas.

### 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 las futuras decisiones difíciles.

### Guías rápidas de actuación

TECH ofrece los contenidos más relevantes del curso en forma de fichas o guías rápidas de actuación. Una manera sintética, práctica y eficaz de ayudar al estudiante a progresar en su aprendizaje.

07

# Titulación

El Máster Título Propio en Nutrición Deportiva garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Máster Propio expedido por TECH Universidad Tecnológica.





*Supera con éxito este programa y recibe tu titulación universitaria sin desplazamientos ni farragosos trámites”*

Este **Máster Título Propio en Nutrición Deportiva** contiene el programa científico más completo y actualizado del mercado.

Tras la superación de la evaluación, el alumno recibirá por correo postal* con acuse de recibo su correspondiente título de **Máster Propio** emitido por **TECH Universidad Tecnológica.**

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

Título: **Máster Título Propio en Nutrición Deportiva**

N.º Horas Oficiales: **1.500 h.**

**Avalado por la NBA**



tech universidad tecnológica

Otorga la presente

**CONSTANCIA**

a

C. _____, con documento de identificación nº_____

Por haber superado con éxito y acreditado el programa de

**MÁSTER TÍTULO PROPIO**

en

Nutrición Deportiva

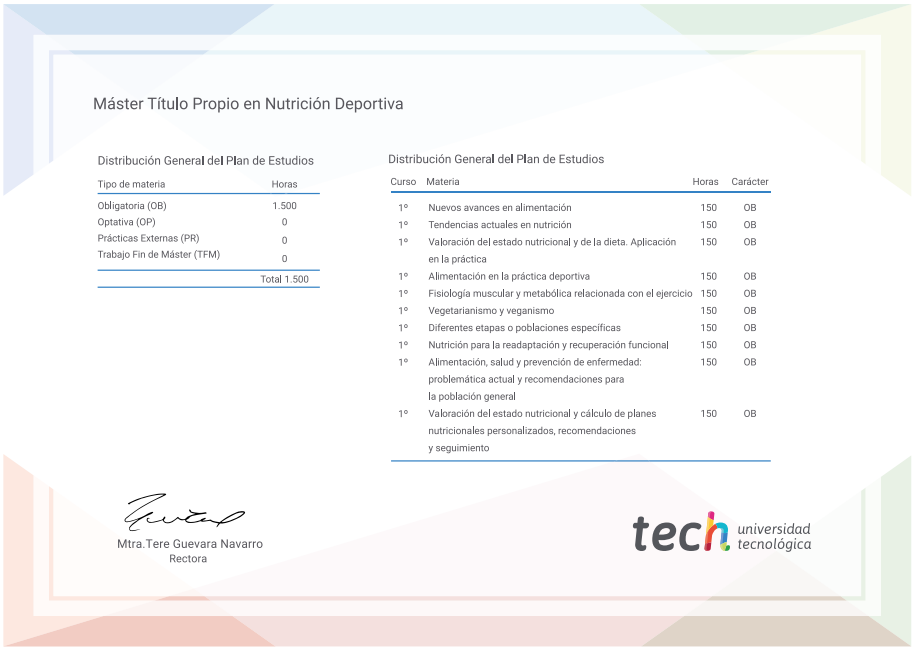
Se trata de un título propio de esta Universidad con una duración de 1.500 horas, con fecha de inicio dd/mm/aaaa y fecha de finalización dd/mm/aaaa.

TECH es una Institución Particular de Educación Superior reconocida por la Secretaría de Educación Pública a partir del 28 de junio de 2018.

A 17 de junio de 2020

Mtra.Tere Guevara Navarro
Rectora

Este título propio se deberá acompañar siempre del título universitario habilitante expedido por la autoridad competente para ejercer profesionalmente en cada país. código único TECH: AFWOR23S techtitute.com/titulos



Máster Título Propio en Nutrición Deportiva

Distribución General del Plan de Estudios

| Tipo de materia | Horas |
|---|---|
| Obligatoria (OB) | 1.500 |
| Optativa (OP) | 0 |
| Prácticas Externas (PR) | 0 |
| Trabajo Fin de Máster (TFM) | 0 |
| | Total 1.500 |

Distribución General del Plan de Estudios

| Curso | Materia | Horas | Carácter |
|---|---|---|---|
| 1º | Nuevos avances en alimentación | 150 | OB |
| 1º | Tendencias actuales en nutrición | 150 | OB |
| 1º | Valoración del estado nutricional y de la dieta. Aplicación en la práctica | 150 | OB |
| 1º | Alimentación en la práctica deportiva | 150 | OB |
| 1º | Fisiología muscular y metabólica relacionada con el ejercicio | 150 | OB |
| 1º | Vegetarianismo y veganismo | 150 | OB |
| 1º | Diferentes etapas o poblaciones específicas | 150 | OB |
| 1º | Nutrición para la readaptación y recuperación funcional | 150 | OB |
| 1º | Alimentación, salud y prevención de enfermedad: problemática actual y recomendaciones para la población general | 150 | OB |
| 1º | Valoración del estado nutricional y cálculo de planes nutricionales personalizados, recomendaciones y seguimiento | 150 | OB |

Mtra.Tere Guevara Navarro
Rectora

tech universidad tecnológica

*Apostilla de La Haya. En caso de que el alumno solicite que su título en papel recabe la Apostilla de La Haya, TECH EDUCATION realizará las gestiones oportunas para su obtención, con un coste adicional.

tech universidad tecnológica

# Máster Título Propio
## Nutrición Deportiva

Modalidad: **Online**
Duración: **12 meses**
Titulación: **TECH Universidad Tecnológica**
Horas lectivas: **1.500 h.**

# Máster Título Propio

## Nutrición Deportiva

Avalado por la NBA



tech universidad tecnológica