

Corso Universitario Nutrizione Sportiva

Approvato dall'NBA



tech università
tecnologica





tech università
tecnologica

Corso Universitario Nutrizione Sportiva

Modalità: Online

Durata: 2 mesi

Titolo: TECH Università Tecnologica

Ore teoriche: 150 o.

Accesso al sito web: www.techitute.com/it/farmacia/corso-universitario/nutrizione-sportiva

Indice

01

Presentazione

pag. 4

02

Obiettivi

pag. 8

03

Direzione del corso

pag. 12

04

Struttura e contenuti

pag. 16

05

Metodologia

pag. 20

06

Titolo

pag. 28

01

Presentazione

Il farmacista deve possedere una conoscenza avanzata della Nutrizione Sportiva per poter consigliare al meglio qualsiasi persona interessato a migliorare la propria salute. Grazie alla specializzazione in Nutrizione Sportiva, le raccomandazioni del farmacista saranno molto più in linea con le esigenze dell'atleta, in particolare di quelli con necessità fisiche più impegnative.





“

*Questo Corso Universitario possiede
il programma scientifico più
completo e aggiornato del mercato”*

Il farmacista ricopre un ruolo molto importante per la valutazione dello stato nutrizionale e della pianificazione e attuazione dei particolari bisogni nutrizionali di ogni persona.

Il Corso Universitario in Nutrizione Sportiva vuole fornire ai farmacisti uno strumento che li aiuti a migliorare nell'assistenza a persone che praticano una qualunque attività fisica. L'obiettivo consiste nello studio della relazione e dell'importanza della nutrizione e dell'attività fisico-sportiva.

L'interesse nei confronti di tutto ciò che riguarda la dietetica e la nutrizione umana è elevato ed è giustificato da una serie di fattori, tra cui:

- ♦ Una maggiore richiesta di qualità della vita nella società occidentale, la preoccupazione per gli effetti dell'alimentazione nel mantenimento dello stato di salute e nella prevenzione e cura delle malattie, che si traduce nella ricerca di un'alimentazione migliore, più sana ed equilibrata
- ♦ La gestione dell'alimentazione come fattore preventivo o palliativo della salute collettiva e personale

Lo studente avrà l'opportunità di frequentare un programma didattico che riunisce le conoscenze più avanzate e approfondite in materia, in cui il personale docente di alto rigore scientifico e con ampia esperienza internazionale, mette a disposizione le informazioni più complete e aggiornate sugli ultimi sviluppi e sulle tecniche in Nutrizione Sportiva.

Questo **Corso Universitario in Nutrizione Sportiva** possiede il programma scientifico più completo e aggiornato del mercato. Le caratteristiche principali del programma sono:

- ♦ Sviluppo di casi clinici presentati da esperti in Nutrizione Sportiva Contenuti grafici, schematici ed eminentemente pratici che forniscono informazioni scientifiche e pratiche sulle discipline essenziali per l'esercizio della professione
- ♦ Novità diagnostico-terapeutiche aggiornate in nutrizione Sportiva
- ♦ Sistema di apprendimento interattivo basato su algoritmi per il processo decisionale su scenari clinici
- ♦ Particolare enfasi sulla medicina basata su evidenze e metodologie di ricerca in Nutrizione Sportiva
- ♦ Lezioni teoriche, domande all'esperto, forum di discussione su questioni controverse e lavoro di riflessione individuale
- ♦ Contenuti disponibili da qualsiasi dispositivo fisso o mobile dotato di connessione a internet



Sarai preparato da professionisti con una vasta esperienza in Nutrizione Sportiva, che ti guideranno durante tutto il percorso"

“

Questo Corso Universitario può essere il miglior investimento che tu possa fare nella scelta di un programma di aggiornamento per due motivi: oltre a rinnovare le tue conoscenze sulla Nutrizione Sportiva, otterrai una qualifica di Corso Universitario rilasciata di TECH”

Il personale docente del programma comprende rinomati professionisti nell'ambito della nutrizione Sportiva, che apportano a questo programma l'esperienza del loro lavoro, oltre a riconosciuti specialisti appartenenti a prestigiose società e università.

I contenuti multimediali, sviluppati in base alle ultime tecnologie educative, forniranno al professionista un apprendimento coinvolgente e localizzato, ovvero inserito in un contesto reale.

La creazione di questo programma è incentrata sull'Apprendimento Basato su Problemi, mediante il quale il farmacista deve cercare di risolvere le diverse situazioni che gli si presentano durante il Corso Universitario in. Lo studente potrà usufruire di un innovativo sistema di video interattivi creati da esperti di rinomata fama nel campo della nutrizione e con lunga esperienza come docenti.

Il Corso Universitario permette di esercitarsi con simulazioni che forniscono un apprendimento programmato per prepararsi alle situazioni reali.

Include casi clinici che rendono il suo sviluppo il più simile possibile alla realtà dell'assistenza nella farmacia.



02 Obiettivi

L'obiettivo principale del programma è lo sviluppo dell'apprendimento teorico-pratico, in modo che il farmacista possa raggiungere una padronanza pratica e rigorosa dell'ambito della Nutrizione Sportiva.





“

Questo programma di aggiornamento darà un senso di sicurezza nella pratica farmaceutica e ti aiuterà a crescere personalmente e professionalmente”



Obiettivi generali

- ♦ Aggiornare le conoscenze del farmacista sulle nuove tendenze in materia di nutrizione umana, sia in salute che in situazioni patologiche, attraverso la farmacia basata sull'evidenza
- ♦ Promuovere strategie di lavoro basate sulla conoscenza pratica delle nuove tendenze di nutrizione e sulla loro applicazione alle patologie sia del bambino che dell'adulto, dove la nutrizione gioca un ruolo fondamentale nella loro terapia
- ♦ Favorire l'acquisizione di competenze e abilità tecniche, attraverso un potente sistema audiovisivo, e la possibilità di sviluppo attraverso laboratori di simulazione online e/o preparazione specifica
- ♦ Incentivare lo sviluppo professionale mediante attività di aggiornamento e di ricerca
- ♦ Specializzarsi sulla ricerca su pazienti affetti da problemi nutrizionali



Approfitta di quest'opportunità e vieni ad aggiornarti sugli ultimi sviluppi nell'ambito dell'Alimentazione Sportiva"





Obiettivi specifici

- ◆ Analizzare i diversi metodi di valutazione dello stato nutrizionale
- ◆ Interpretare e integrare i dati antropometrici, clinici, biochimici, ematologici, immunologici e farmacologici nella valutazione nutrizionale del paziente e nel suo trattamento dietetico-nutrizionale
- ◆ Individuare e valutare precocemente le deviazioni quantitative e qualitative dall'equilibrio nutrizionale per eccesso o per carenza, sia quantitativa che qualitativa
- ◆ Descrivere la composizione e gli usi dei nuovi alimenti
- ◆ Spiegare le diverse tecniche e i prodotti di supporto nutrizionale di base e avanzato relativi alla nutrizione del paziente
- ◆ Definire l'uso corretto degli ausili ergogenici
- ◆ Spiegare l'attuale regolamento antidoping
- ◆ Identificare i disturbi psicologici legati allo sport e all'alimentazione

03

Direzione del corso

Il personale docente di questo programma comprende operatori sanitari di riconosciuto prestigio appartenenti al campo della nutrizione clinica, in grado di apportare a preparazione didattica l'esperienza maturata nel proprio lavoro.

Partecipano inoltre alla sua creazione ed elaborazione specialisti riconosciuti, membri di prestigiose società scientifiche nazionali e internazionali.



“

*Impara dai migliori professionisti
gli ultimi progressi in materia di
Nutrizione Sportiva nell Farmacia”*

Direzione



Dott.ssa Auni3n Lavar3as, Mar3a Eugenia

- ♦ Farmacista ed Esperta in Nutrizione Clinica
- ♦ "Autrice del libro di riferimento nel campo della nutrizione clinica "*Gestione Dietetica del Sovrappeso in Farmacia*". (Editoriale Medico Panamericana)
- ♦ Farmacista con una ricca esperienza nel settore pubblico e privato
- ♦ Farmacista a Valencia
- ♦ Assistente di Farmacia presso la catena britannica di farmacie e rivenditori di articoli per la salute e la bellezza a Boots, nel Regno Unito
- ♦ Laurea in Farmacie e Scienze e Tecnologie degli alimenti. Universit3 di Valencia
- ♦ Direttrice del Corso Universitario "Dermocosmetica nella Farmacia"



04

Struttura e contenuti

La struttura dei contenuti è stata ideata da una squadra di professionisti consapevoli della rilevanza della preparazione attuale per intervenire nella pratica farmaceutica quotidiana nella nutrizione e impegnati in un insegnamento di qualità basato sulle nuove tecnologie educative.





“

Questo Corso Universitario in Nutrizione Sportiva possiede il programma scientifico più completo e aggiornato del mercato"

Modulo 1. Alimentazione nell'attività sportiva

- 1.1. Fisiologia dell'esercizio
- 1.2. Adattamento fisiologico a diversi tipi di esercizio
- 1.3. Adattamento metabolico all'esercizio. Regolazione e controllo
- 1.4. Valutazione del fabbisogno energetico e dello stato nutrizionale dell'atleta
- 1.5. Valutazione della capacità fisica di chi fa attività sportiva
- 1.6. La nutrizione nelle diverse fasi della pratica sportiva
 - 1.6.1. Pre-gara
 - 1.6.2. Durante la gara
 - 1.6.3. Post-competizione
- 1.7. Idratazione
 - 1.7.1. Regolazione e bisogni
 - 1.7.2. Tipi di bevande
- 1.8. Pianificazione alimentare adattata alle attività sportive
- 1.9. Ausili ergogenici e norme antidoping del panorama attuale
 - 1.9.1. Raccomandazioni AMA e AEPSAD
- 1.10. La nutrizione durante il recupero dagli infortuni sportivi
- 1.11. Disturbi psicologici legati alla pratica sportiva
 - 1.11.1. Disturbi alimentari: vigoressia, ortoressia, anoressia
 - 1.11.2. Affaticamento da sovraccarico
 - 1.11.3. La triade dell'atleta donna
- 1.12. Il ruolo del *Coach* nella performance sportiva





“

*Un'esperienza di specializzazione
unica e decisiva per crescere a
livello professionale"*

05

Metodologia

Questo programma ti offre un modo differente di imparare. La nostra metodologia si sviluppa in una modalità di apprendimento ciclico: *il Relearning*.

Questo sistema di insegnamento viene applicato nelle più prestigiose facoltà di medicina del mondo ed è considerato uno dei più efficaci da importanti pubblicazioni come il *New England Journal of Medicine*.



“

Scopri il Relearning, un sistema che abbandona l'apprendimento lineare convenzionale, per guidarti attraverso dei sistemi di insegnamento ciclici: una modalità di apprendimento che ha dimostrato la sua enorme efficacia, soprattutto nelle materie che richiedono la memorizzazione”

In TECH applichiamo il Metodo Casistico

Cosa dovrebbe fare un professionista per affrontare una determinata situazione? Durante il programma affronterai molteplici casi clinici simulati ma basati su pazienti reali, per risolvere i quali dovrai indagare, stabilire ipotesi e infine fornire una soluzione. Esistono molteplici prove scientifiche sull'efficacia del metodo. Gli studenti imparano meglio, in modo più veloce e sostenibile nel tempo.

Grazie a TECH potrai sperimentare un modo di imparare che sta scuotendo le fondamenta delle università tradizionali di tutto il mondo.



Secondo il dottor Gérvas, il caso clinico è una presentazione con osservazioni del paziente, o di un gruppo di pazienti, che diventa un "caso", un esempio o un modello che illustra qualche componente clinica particolare, sia per il suo potenziale didattico che per la sua singolarità o rarità. È essenziale che il caso sia radicato nella vita professionale attuale, cercando di ricreare le condizioni reali nella pratica professionista farmaceutico.

“

Sapevi che questo metodo è stato sviluppato ad Harvard nel 1912 per gli studenti di Diritto? Il metodo casistico consisteva nel presentare agli studenti situazioni reali complesse per far prendere loro decisioni e giustificare come risolverle. Nel 1924 fu stabilito come metodo di insegnamento standard ad Harvard”

L'efficacia del metodo è giustificata da quattro risultati chiave:

1. I farmacisti che seguono questo metodo, non solo assimilano i concetti, ma sviluppano anche la capacità mentale, grazie a esercizi che valutano situazioni reali e richiedono l'applicazione delle conoscenze.
2. L'apprendimento è solidamente fondato su competenze pratiche, che permettono allo studente di integrarsi meglio nel mondo reale.
3. L'approccio a situazioni nate dalla realtà rende più facile ed efficace l'assimilazione delle idee e dei concetti.
4. La sensazione di efficienza degli sforzi compiuti diventa uno stimolo molto importante per gli studenti e si traduce in un maggiore interesse per l'apprendimento e in un aumento del tempo dedicato al corso.



Metodologia Relearning

TECH coniuga efficacemente la metodologia del Caso di Studio con un sistema di apprendimento 100% online basato sulla ripetizione, che combina 8 diversi elementi didattici in ogni lezione.

Potenziamo il Caso di Studio con il miglior metodo di insegnamento 100% online: il Relearning.

Il farmacista imparerà mediante casi reali e la risoluzione di situazioni complesse in contesti di apprendimento simulati. Queste simulazioni sono sviluppate utilizzando software all'avanguardia per facilitare un apprendimento coinvolgente.



All'avanguardia della pedagogia mondiale, il metodo Relearning è riuscito a migliorare i livelli di soddisfazione generale dei professionisti che completano i propri studi, rispetto agli indicatori di qualità della migliore università online del mondo (Columbia University).

Grazie a questa metodologia abbiamo formato con un successo senza precedenti più di 115.000 farmacisti di tutte le specialità cliniche, indipendentemente dal carico chirurgico. La nostra metodologia pedagogica è stata sviluppata in un contesto molto esigente, con un corpo di studenti universitari di alto profilo socio-economico e un'età media di 43,5 anni.

Il Relearning ti permetterà di apprendere con meno sforzo e più performance, impegnandoti maggiormente nella tua specializzazione, sviluppando uno spirito critico, difendendo gli argomenti e contrastando le opinioni: un'equazione che punta direttamente al successo.

Nel nostro programma, l'apprendimento non è un processo lineare, ma avviene in una spirale (impariamo, disimpariamo, dimentichiamo e re-impariamo). Pertanto, combiniamo ciascuno di questi elementi in modo concentrico.

Il punteggio complessivo del sistema di apprendimento di TECH è 8.01, secondo i più alti standard internazionali.



Questo programma offre i migliori materiali didattici, preparati appositamente per i professionisti:



Materiali di studio

Tutti i contenuti didattici sono creati da studenti specialisti che insegneranno nel corso, appositamente per esso, in modo che lo sviluppo didattico sia realmente specifico e concreto.

Questi contenuti sono poi applicati al formato audiovisivo che supporterà la modalità di lavoro online di TECH. Tutto questo, con le ultime tecniche che offrono componenti di alta qualità in ognuno dei materiali che vengono messi a disposizione dello studente.



Tecniche e procedure in video

TECH rende partecipe lo studente delle ultime tecniche, degli ultimi progressi educativi e dell'avanguardia delle tecniche farmaceutiche attuali. Il tutto in prima persona, con il massimo rigore, spiegato e dettagliato affinché tu lo possa assimilare e comprendere. E la cosa migliore è che puoi guardarli tutte le volte che vuoi.



Riepiloghi interattivi

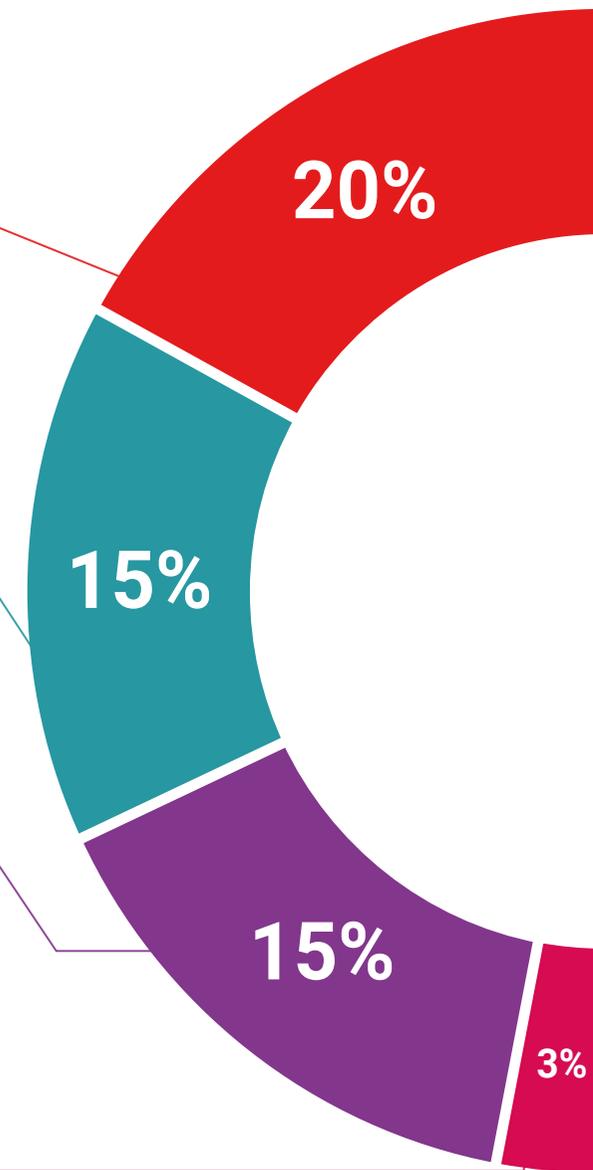
Il team di TECH presenta i contenuti in modo accattivante e dinamico in pillole multimediali che includono audio, video, immagini, diagrammi e mappe concettuali per consolidare la conoscenza.

Questo sistema di specializzazione unico per la presentazione di contenuti multimediali è stato premiato da Microsoft come "Caso di successo in Europa".



Letture complementari

Articoli recenti, documenti di consenso e linee guida internazionali, tra gli altri. Nella biblioteca virtuale di TECH potrai accedere a tutto il materiale necessario per completare la tua specializzazione.





Analisi di casi elaborati e condotti da esperti

Un apprendimento efficace deve necessariamente essere contestuale. Per questa ragione, ti presenteremo il trattamento di alcuni casi reali in cui l'esperto ti guiderà attraverso lo sviluppo della cura e della risoluzione di diverse situazioni: un modo chiaro e diretto per raggiungere il massimo grado di comprensione.



Testing & Retesting

Valutiamo e rivalutiamo periodicamente le tue conoscenze durante tutto il programma con attività ed esercizi di valutazione e autovalutazione, affinché tu possa verificare come raggiungi progressivamente i tuoi obiettivi.



Master class

Esistono evidenze scientifiche sull'utilità dell'osservazione di esperti terzi: la denominazione "Learning from an Expert" rafforza le conoscenze e i ricordi e genera sicurezza nel futuro processo decisionale.



Guide di consultazione veloce

TECH ti offre i contenuti più rilevanti del corso in formato schede o guide di consultazione veloce. Un modo sintetico, pratico ed efficace per aiutare lo studente a progredire nel suo apprendimento.



06 Titolo

Il Corso Universitario in Nutrizione Sportiva ti garantisce, oltre alla preparazione più rigorosa e aggiornata, l'accesso a una qualifica di Corso Universitario rilasciata da TECH Università Tecnologica.



“

Porta a termine questo programma e ricevi la tua qualifica universitaria senza spostamenti o fastidiose formalità”

Questo **Corso Universitario in Nutrizione Sportiva** possiede il programma scientifico più completo e aggiornato del mercato.

Dopo aver superato la valutazione, lo studente riceverà mediante lettera certificata* con ricevuta di ritorno, la sua corrispondente qualifica di **Corso Universitario** rilasciata da **TECH Università Tecnologica**.

Il titolo rilasciato da **TECH Università Tecnologica** esprime la qualifica ottenuta nel Corso Universitario, e riunisce tutti i requisiti comunemente richiesti da borse di lavoro, concorsi e commissioni di valutazione di carriere professionali.

Titolo: **Corso Universitario in Nutrizione Sportiva**

N. Ore Ufficiali: **150 o.**

Approvato dall'NBA



*Se lo studente dovesse richiedere che il suo diploma cartaceo sia provvisto di Apostille dell'Aia, TECH EDUCATION effettuerà le gestioni opportune per ottenerla pagando un costo aggiuntivo.

futuro
salute fiducia persone
educazione informazione tutor
garanzia accreditamento insegnamento
istituzioni tecnologia apprendimento
comunità impegno
attenzione personalizzata innovazione
conoscenza presente qualità
formazione online
sviluppo istituzioni
classe virtuale lingu

tech università
tecnologica

Corso Universitario
Nutrizione Sportiva

Modalità: Online

Durata: 2 mesi

Titolo: TECH Università Tecnologica

Ore teoriche: 150 o.

Corso Universitario Nutrizione Sportiva

Approvato dall'NBA



tech università
tecnologica