

# Corso Universitario

## Nutrizione per la Riabilitazione e il Recupero Funzionale per Fisioterapisti

Approvato dall'NBA





## Corso Universitario Nutrizione per la Riabilitazione e il Recupero Funzionale per Fisioterapisti

- » Modalità: online
- » Durata: 6 settimane
- » Titolo: TECH Università  
Tecnologica
- » Orario: a scelta
- » Esami: online

Accesso al sito web: [www.techtute.com/it/fisioterapia/corso-universitario/nutrizione-riabilitazione-recupero-funzionale-fisioterapisti](http://www.techtute.com/it/fisioterapia/corso-universitario/nutrizione-riabilitazione-recupero-funzionale-fisioterapisti)

# Indice

01

Presentazione

---

*pag. 4*

02

Obiettivi

---

*pag. 8*

03

Direzione del corso

---

*pag. 12*

04

Struttura e contenuti

---

*pag. 20*

05

Metodologia

---

*pag. 24*

06

Titolo

---

*pag. 32*

# 01

# Presentazione

Per un efficace recupero delle lesioni sportive è importante svolgere un lavoro multidisciplinare che comprenda un adeguato trattamento terapeutico a livello fisico, ma anche un adeguato apporto nutrizionale. Pertanto, con questa preparazione vogliamo specializzare i fisioterapisti affinché conoscano gli alimenti più adatti per il recupero funzionale delle lesioni sportive.



“

*Conoscere l'apporto nutrizionale più appropriato per ogni tipo di lesione è essenziale per ottenere recuperi efficaci negli atleti"*

L'organismo ha bisogno di una serie di nutrienti, soprattutto quando si svolgono esercizi fisici essenziali per mantenere un buono stato di salute. Pertanto, il personal trainer non solo deve essere aggiornato sui principali esercizi per la riabilitazione degli sportivi dopo gli infortuni, ma anche sui migliori consigli nutrizionali. Grazie a questo corso universitario, sviluppato da un team di specialisti del settore, gli studenti potranno aggiornare le loro conoscenze in questo campo molto richiesto della fisioterapia sportiva, apportando grandi progressi alla loro pratica quotidiana.

È necessario prendere in considerazione che un apporto adeguato e proporzionato di acqua e alimenti determinerà un migliore o peggiore stato di salute e di conseguenza una maggiore o minore capacità rigenerativa dell'organismo. Questo corso illustra i diversi tipi di carboidrati (monosaccaridi, disaccaridi e polisaccaridi), proteine (animali, vegetali, a valore biologico), grassi (monoinsaturi, polinsaturi, saturi, trans), vitamine (idrosolubili e liposolubili), minerali (macro e microminerali) e fibre (solubili e insolubili). Tutti questi composti sono fondamentali per la ripresa e il recupero.

Uno dei principali vantaggi di questo programma per i nostri studenti è che, essendo sviluppato in un formato 100% online, è possibile studiare senza vincoli di orario o di spostamento in uno spazio fisico, offrendo la comodità di poter studiare a distanza, scegliendo dove e quando farlo.

Questo **Corso Universitario in Nutrizione per la Riabilitazione e il Recupero Funzionale per Fisioterapisti** possiede il programma scientifico più completo e aggiornato del mercato. Le caratteristiche principali del programma sono:

- ◆ Sviluppo di numerosi casi di studio presentati da specialisti in riabilitazione sportiva
- ◆ Contenuti grafici, schematici ed eminentemente pratici che forniscono informazioni essenziali per l'esercizio della professione
- ◆ Esercizi in cui il processo di autovalutazione può essere realizzato per migliorare l'apprendimento
- ◆ Sistema di apprendimento interattivo basato su algoritmi che favoriscono il processo decisionale
- ◆ Particolare enfasi sulle metodologie innovative nell'applicazione dell'alimentazione per la rieducazione e la riabilitazione funzionale
- ◆ Lezioni teoriche, domande all'esperto, forum di discussione su temi controversi e lavoro di riflessione individuale
- ◆ Contenuti disponibili da qualsiasi dispositivo fisso o portatile provvisto di connessione a internet



*Affronta lo studio di questo Corso Universitario di alto livello e migliora le tue abilità in riabilitazione di sportivi*

“

*Questo Corso Universitario è il miglior investimento che tu possa fare nella scelta di un programma di aggiornamento per due motivi: oltre a rinnovare le tue conoscenze in riabilitazione sportiva, otterrai una qualifica di TECH Università Tecnologica”*

Il personale docente del programma comprende rinomati professionisti dell'area dell'educazione, e riconosciuti specialisti appartenenti a prestigiose società e università, che forniscono agli studenti le competenze necessarie a intraprendere un percorso di studio eccellente.

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 sui Problemi, mediante il quale il professionista deve cercare di risolvere le diverse situazioni di pratica professionale che gli si presentano durante il corso. Lo studente potrà usufruire di un innovativo sistema di video interattivi creati da esperti di rinomata fama nella riabilitazione e nel recupero funzionale.

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

*Questo corso online al 100% ti permetterà di conciliare i tuoi studi con il tuo lavoro professionale, aumentando le tue conoscenze in questo campo.*



# 02 Obiettivi

L'obiettivo principale del programma è lo sviluppo dell'apprendimento teorico-pratico, in modo che il fisioterapista possa raggiungere una padronanza pratica e rigorosa della nutrizione nel riadattamento e nel recupero funzionale.







“

*Il nostro obiettivo è quello di farti raggiungere l'eccellenza accademica e aiutarti a raggiungere il successo a livello professionale. Non esitare e iscriviti subito alla nostra università”*



## Obiettivi generali

---

- ◆ Acquisire conoscenze specialistiche di riabilitazione sportiva, prevenzione degli infortuni e Riabilitazione funzionale
- ◆ Valutare l'atleta dal punto di vista della condizione fisica, funzionale e biomeccanica per individuare gli aspetti che ostacolano il recupero o favoriscono le ricadute
- ◆ Pianificare sia un lavoro specifico di riabilitazione e recupero, sia un lavoro completo e individualizzato
- ◆ Valutare i bisogni nutrizionali del soggetto e fare raccomandazioni nutrizionali e supplementi nutrizionali per sostenere il processo di recupero
- ◆ Valutare e monitorare il processo evolutivo del recupero e/o della riabilitazione di un infortunio di un atleta o di un utente
- ◆ Acquisire le competenze e abilità in prevenzione, riabilitazione e recupero da lesioni sportive
- ◆ Differenziare le diverse parti e strutture del corpo umano da un punto di vista anatomico
- ◆ Migliorare la condizione fisica dell'atleta infortunato come parte dell'allenamento complessivo con l'obiettivo di ottenere un recupero migliore e più efficiente dopo l'infortunio





## Obiettivi specifici

---

- ◆ Affrontare il concetto di nutrizione integrale come elemento chiave nel processo di riabilitazione e recupero funzionale
- ◆ Distinguere tra le diverse strutture e proprietà dei macronutrienti e dei micronutrienti
- ◆ Dare priorità all'importanza dell'assunzione di acqua e dell'idratazione nel processo di recupero
- ◆ Analizzare i diversi tipi di sostanze fitochimiche e il loro ruolo essenziale nel migliorare lo stato di salute e la rigenerazione dell'organismo

“

*Il settore sportivo ha bisogno di professionisti preparati al meglio ed è per questo che ti offriamo gli strumenti per entrare a far parte di questa élite di specialisti”*

03

# Direzione del corso

Il nostro personale docente, esperto in riabilitazione sportiva, possiede un ampio prestigio, si tratta di professionisti con anni di esperienza nell'insegnamento che si sono riuniti per aiutarti a dare una svolta alla tua professione. A tal fine, hanno sviluppato questo Corso Universitario con i recenti aggiornamenti nel campo che gli consentiranno di specializzarsi e aumentare le proprie competenze in questo settore.



“

*Impara dai migliori professionisti e diventa  
anche tu un nutrizionista di successo”*

## Direttore Ospite Internazionale

Il Dott. Charles Loftis è uno specialista rinomato che lavora come **terapista delle prestazioni sportive** per i **Portland Trail Blazers dell'NBA**. Il suo impatto sulla più importante lega di pallacanestro del mondo è stato significativo e ha portato una grande esperienza nella creazione di programmi di forza e condizionamento.

Prima di entrare a far parte dei Trail Blazers, è stato il capo allenatore di forza e condizionamento degli Iowa Wolves, implementando e supervisionando lo sviluppo di un programma completo per i giocatori. In realtà, la sua esperienza nel campo delle prestazioni sportive è iniziata con la fondazione di XCEL Performance and Fitness, di cui è stato fondatore e allenatore capo. Qui il Dott. Charles Loftis ha lavorato con un'ampia gamma di atleti per sviluppare programmi di forza e condizionamento, oltre a occuparsi della **prevenzione e della riabilitazione degli infortuni sportivi**.

La sua formazione accademica nel campo della chimica e della biologia gli fornisce una prospettiva unica sulla scienza che sta alla base delle prestazioni sportive e della terapia fisica. Per questo motivo, ha ottenuto le certificazioni CSCS e RSCC dalla National Strength and Conditioning Association (NSCA), che riconoscono le sue conoscenze e competenze in questo campo. È inoltre certificato in PES (Performance Enhancement Specialist), CES (Corrective Exercise Specialist) e dry needling.

Nel complesso, il Dott. Charles Loftis è un membro fondamentale della comunità NBA, che si occupa direttamente della forza e delle prestazioni degli atleti di alto livello, nonché della prevenzione e della riabilitazione di vari infortuni sportivi.



## Dott. Loftis, Charles

---

- Allenatore responsabile della forza e del condizionamento per gli Iowa Wolves
- Fondatore e allenatore principale di XCEL Performance and Fitness
- Allenatore principale della squadra di basket maschile della Oklahoma Christian University
- Fisioterapista alla Mercy
- Dottorato in Terapia Fisica presso la Langston University
- Laurea in Chimica e Biologia presso la Langston University

“

*Grazie a TECH potrai  
apprendere con i migliori  
professionisti al mondo”*

## Direttore Ospite Internazionale

Isaiah Covington è un allenatore di performance altamente qualificato con una vasta esperienza nel trattamento e nella cura di vari infortuni in atleti di alto livello. Infatti, la sua carriera professionale si è indirizzata verso l'**NBA**, una delle leghe sportive più importanti del mondo. È l'**allenatore dei Bolton Celtics**, una delle squadre più importanti della Eastern Conference e con la maggiore proiezione negli Stati Uniti.

Il suo lavoro in un campionato così impegnativo lo ha fatto specializzare nella massimizzazione del **potenziale fisico e mentale** dei giocatori. Fondamentale è stata la sua esperienza passata con altre squadre, come i Golden State Warriors e i Santa Cruz Warriors. Questo gli ha anche permesso di lavorare sugli infortuni sportivi, concentrandosi sulla **prevenzione e sulla riabilitazione degli infortuni** più comuni negli atleti di alto livello.

In ambito accademico, il suo interesse si è concentrato sul campo della kinesiologia, della scienza dell'esercizio e dello sport ad alte prestazioni. Questo lo ha portato ad avere un ruolo prolifico nell'**NBA**, lavorando quotidianamente con alcuni dei migliori giocatori di basket e staff di allenatori del mondo.





## Dott. Covington, Isaiah

---

- Allenatore responsabile delle prestazioni dei Golden State Warriors
- Allenatore responsabile delle prestazioni dei Santa Cruz Warriors
- Allenatore di prestazioni presso Pacers Sports & Entertainment
- Laurea in Kinesiologia e Scienze dell'Esercizio presso l'Università del Delaware
- Specializzazione in Gestione dell'Allenamento
- Master in Kinesiologia e Scienze dell'Esercizio presso la Long Island University
- Master in Sport ad alte prestazioni presso l'Università Cattolica Australiana

“

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

## Direzione



### Dott. González Matarín, Pedro José

- ◆ Ricercatore e professore di Scienze della Salute
- ◆ Ricercatore tecnico in educazione sanitaria a Murcia
- ◆ Docente e Ricercatore presso l'Università di Almería
- ◆ Tecnico del Programma Activa del Dipartimento della Salute di Murcia
- ◆ Allenatore d'Alte Prestazioni
- ◆ Dottorato in Scienze della Salute
- ◆ Laurea in Scienze dell'Educazione Fisica
- ◆ Master in Recupero Funzionale in Attività Fisica e Sportiva
- ◆ Master in Medicina Rigenerativa
- ◆ Master in Attività Fisica e Salute
- ◆ Master in Dietetica e Dietoterapia
- ◆ Membro di: SEEDO, AEEM



# 04

## Struttura e contenuti

La struttura dei contenuti è stata ideata da una squadra di professionisti, che conoscono le implicazioni una buona nella pratica quotidiana, consapevoli della rilevanza di preparazione attuale per operare nell'ambito della riabilitazione sportiva, e impegnati in un insegnamento di qualità basato sulle nuove tecnologie educative.





“

*Disponiamo del programma scientifico più completo e aggiornato del mercato. Vogliamo offrirti la migliore delle specializzazioni”*

## Modulo 1. Nutrizione per la riabilitazione e il recupero funzionale

- 1.1. Alimentazione integrale come elemento chiave nella prevenzione e nel recupero dagli infortuni
- 1.2. Carboidrati
- 1.3. Proteine
- 1.4. Grassi
  - 1.4.1. Saturi
  - 1.4.2. Insaturi
    - 1.4.2.1. Monoinsaturi
    - 1.4.2.2. Polinsaturi
- 1.5. Vitamine
  - 1.5.1. Idrosolubili
  - 1.5.2. Liposolubili
- 1.6. Minerali
  - 1.6.1. Macrominerali
  - 1.6.2. Microminerali
- 1.7. Fibra
- 1.8. Acqua
- 1.9. Fitochimici
  - 1.9.1. Fenoli
  - 1.9.2. Tioli
  - 1.9.3. Terpeni
- 1.10. Integratori Alimentari per la prevenzione e il recupero funzionale





“

*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. I fisioterapisti/ chinesiologi imparano meglio e 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 Gervas, 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 faccia riferimento alla vita professionale attuale, cercando di ricreare le condizioni reali della pratica del fisioterapista.

“

*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 fisioterapisti/chinesiologi 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 al fisioterapista/chinesiologo 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 medico 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).

Mediante questa metodologia abbiamo formato oltre 65.000 fisioterapisti/chinesiologi con un successo senza precedenti in tutte le specializzazioni cliniche indipendentemente dalla carica manuale/pratica. 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 diretta 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 nostro sistema di apprendimento 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 specialisti che insegneranno nel programma universitario, 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 di fisioterapia in video

TECH introduce le ultime tecniche, gli ultimi progressi educativi e l'avanguardia delle tecniche attuali della fisioterapia/chinesiologia. 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

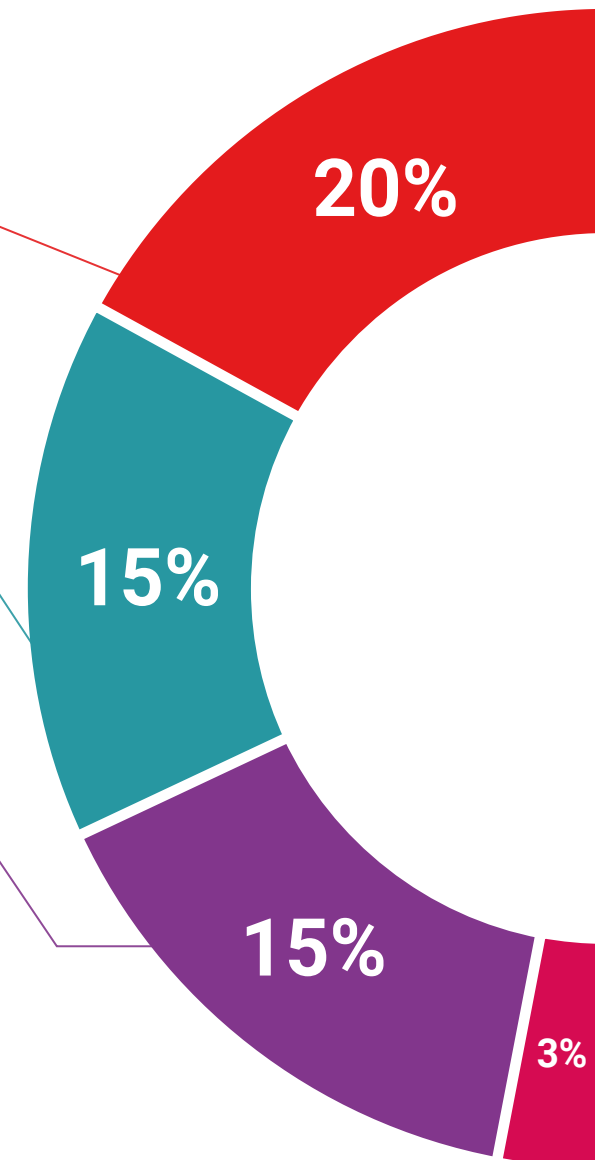
Il team di TECH presenta i contenuti in modo accattivante e dinamico in pillole multimediali che includono audio, video, immagini, diagrammi e mappe concettuali per consolidare la conoscenza.

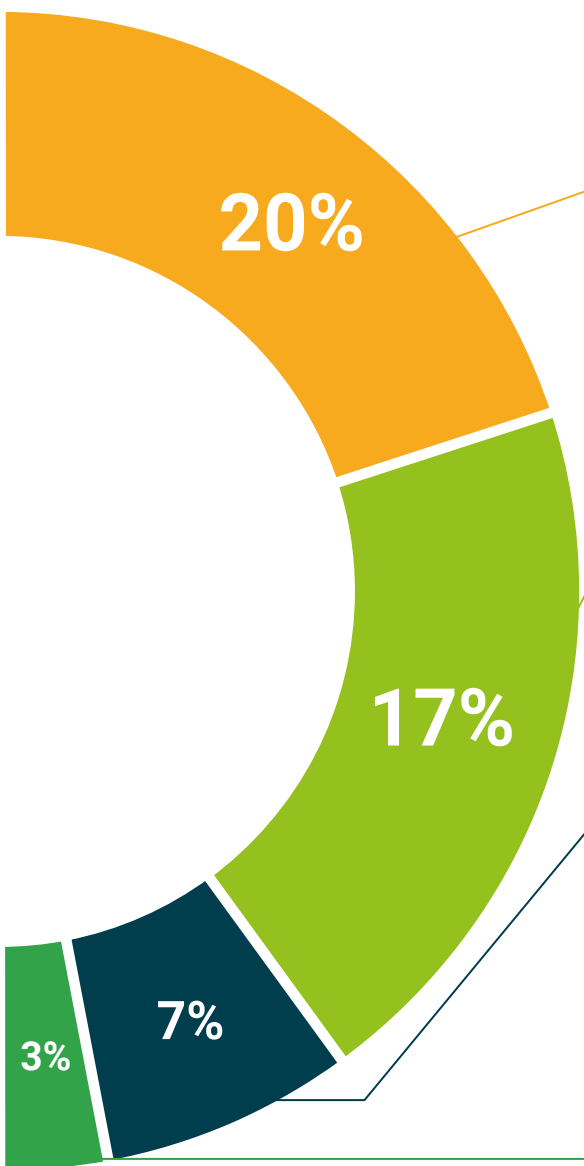
Questo sistema di specializzazione unico per la presentazione di contenuti multimediali è stato premiato da Microsoft come "Caso di successo in Europa".



#### 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, TECH ti presenta il trattamento di alcuni casi reali in cui l'esperto ti guiderà attraverso lo sviluppo dell'attenzione 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 per la Riabilitazione e il Recupero Funzionale per Fisioterapisti garantisce, oltre alla preparazione più rigorosa e aggiornata, l'accesso a una qualifica di Corso Universitario rilasciata da TECH Università Tecnologica.





“

*Aggiungi al tuo CV la qualifica di Corso  
Universitario in Nutrizione per la Riabilitazione  
e il Recupero Funzionale per Fisioterapisti e  
diventa un professionista competitivo”*

Questo **Corso Universitario in Nutrizione per la Riabilitazione e il Recupero Funzionale per Fisioterapisti** possiede il programma più completo e aggiornato del mercato.

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

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

Titolo: **Corso Universitario in Nutrizione per la Riabilitazione e il Recupero Funzionale per Fisioterapisti**

N. Ore Ufficiali: **150**

Approvato dall'NBA



\*Apostille dell'Aia. 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.



## Corso Universitario

Nutrizione per la Riabilitazione  
e il Recupero Funzionale  
per Fisioterapisti

- » Modalità: online
- » Durata: 6 settimane
- » Titolo: TECH Università  
Tecnologica
- » Orario: a scelta
- » Esami: online

# Corso Universitario

## Nutrizione per la Riabilitazione e il Recupero Funzionale per Fisioterapisti

Approvato dall'NBA

