

Corso Universitario

Nutrizione Sportiva in Condizioni Avverse

Approvato da NBA



tech università
tecnologica



tech università
tecnologica

Corso Universitario Nutrizione Sportiva in Condizioni Avverse

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

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

Indice

01

Presentazione

pag. 4

02

Obiettivi

pag. 8

03

Direzione del corso

pag. 12

04

Struttura e contenuti

pag. 18

05

Metodologia

pag. 22

06

Titolo

pag. 30

01

Presentazione

Mentre gli atleti cercano nuove sfide e opportunità in ambienti naturali estremi (come montagne, deserti o regioni polari), è di vitale importanza capire come l'alimentazione può influenzare sia le loro prestazioni che il benessere. I fisioterapisti, come parte integrante del team di supporto degli atleti, svolgono un ruolo cruciale nella prevenzione e gestione delle lesioni e nell'ottimizzazione delle prestazioni sportive. Per questo, questi professionisti richiedono una conoscenza approfondita degli effetti dei diversi fattori ambientali sul metabolismo degli individui. Di fronte a questo, TECH presenta un innovativo programma universitario focalizzato sulla nutrizione degli atleti in condizioni estreme. Inoltre, verrà impartita in una comoda modalità 100% online.





“

Con questo programma basato sul Relearning, svilupperai i piani di alimentazione più ottimali e personalizzati per affrontare le esigenze degli atleti in condizioni avverse”

Le Condizioni Avverse pongono sfide significative per gli atleti e i loro team di supporto. Secondo l'Organizzazione mondiale della sanità, ogni anno si registrano numerosi casi di malattie legate al calore e alla disidratazione tra gli atleti che si allenano o gareggiano in condizioni di caldo estremo. In questo contesto, la Nutrizione Sportiva svolge un ruolo cruciale nell'ottimizzazione delle prestazioni e nella prevenzione di complicazioni legate alla salute in ambienti impegnativi. Di fronte a questo, i fisioterapisti devono acquisire competenze avanzate per sviluppare strategie nutrizionali che soddisfino le esigenze degli utenti.

Per facilitare questo lavoro, TECH lancia un programma all'avanguardia in Nutrizione Sportiva in Condizioni Avverse. Il percorso accademico farà un breve viaggio attraverso la storia dello sport in condizioni estreme, che permetterà agli studenti di identificare i modelli di rischio associati alle attività in ambienti ostili. Inoltre, l'argomento approfondirà come gestire condizioni come la disidratazione o la fatica sia in climi caldi che freddi. Anche i materiali accademici evidenzieranno i benefici del consumo di elettroliti e carboidrati, in quanto favorisce la regolazione dell'equilibrio idrico. Inoltre, un noto Direttore Ospite Internazionale terrà una master class dove aiuterà gli studenti a fare una corretta gestione dell'idratazione e alimentazione durante le competizioni.

Inoltre, questo titolo universitario si basa sul sistema innovativo di apprendimento del *Relearning* di TECH. Grazie a questo, gli specialisti ridurranno le ore di studio e rafforzeranno in modo solido i concetti affrontati lungo questo percorso accademico. Per fare questo, l'unica cosa che i fisioterapisti avranno bisogno è un dispositivo elettronico con connessione internet (che serve il tuo smartphone, computer o tablet) per entrare nella piattaforma virtuale e accedere alle risorse didattiche più dinamiche del mercato accademico.

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

- ♦ Sviluppo di casi di studio presentati da esperti in Nutrizione Sportiva in Condizioni Avverse
- ♦ I contenuti grafici, schematici ed eminentemente pratici che forniscono informazioni scientifiche e pratiche riguardo alle discipline mediche essenziali per l'esercizio della professione
- ♦ Esercizi pratici con cui è possibile valutare sé stessi per migliorare l'apprendimento
- ♦ La sua speciale enfasi sulle metodologie innovative
- ♦ Lezioni teoriche, domande all'esperto e/o al tutor, forum di discussione su questioni controverse e compiti di riflessione individuale
- ♦ Disponibilità di accesso ai contenuti da qualsiasi dispositivo fisso o portatile dotato di connessione a Internet



Un prestigioso Direttore Ospite Internazionale offrirà una rigorosa Masterclass per aiutarti a ottimizzare la tua pratica clinica abituale"

“

La caratteristica metodologia 100% online di questa qualifica ti permetterà di godere di un eccellente apprendimento senza dipendere da rigidi orari prestabiliti"

Il personale docente del programma comprende rinomati specialisti del settore e altre aree correlate, che forniscono agli studenti le competenze necessarie a intraprendere un percorso di studio eccellente.

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 professionista deve cercare di risolvere le diverse situazioni che gli si presentano durante il corso. Sarà supportato da un innovativo sistema video interattivo sviluppato da rinomati esperti.

Approfondirai come il consumo di Carboidrati in climi freddi contribuisce a che gli sportivi conservino i livelli di glicogeno muscolare.

Raggiungerai i tuoi obiettivi con l'aiuto degli strumenti didattici di TECH, tra cui video esplicativi e riassunti interattivi.



02

Obiettivi

Attraverso questo programma, i professionisti avranno un approccio completo su come le condizioni ambientali estreme possono influenzare la fisiologia, il metabolismo o le prestazioni degli atleti. Gli specialisti svilupperanno competenze per identificare le esigenze nutrizionali legate all'attività fisica in condizioni avverse (come la necessità di regolare la temperatura corporea e prevenire la disidratazione). Grazie a questo, gli studenti potranno progettare strategie nutrizionali concrete tenendo conto di fattori come la durata dell'esercizio, l'intensità o la temperatura ambiente. In questo modo, i fisioterapisti manterranno il rendimento ottimale degli atleti.



“

Acquisirai competenze per valutare le specifiche condizioni ambientali e climatiche che possono influire sulle prestazioni o sulla salute degli atleti, come ad esempio le alte quote"



Obiettivi generali

- ♦ Padroneggiare la conoscenza avanzata della pianificazione nutrizionale negli atleti professionisti e non professionisti per una sana esecuzione dell'esercizio fisico
- ♦ Gestire la conoscenza avanzata della pianificazione nutrizionale per gli atleti professionisti in diverse discipline per ottenere la massima performance sportiva
- ♦ Gestire la conoscenza avanzata della pianificazione nutrizionale per gli atleti professionisti nelle discipline di squadra al fine di ottenere il massimo delle prestazioni sportive
- ♦ Gestire e consolidare l'iniziativa, lo spirito imprenditoriale per creare progetti relativi alla Nutrizione nell'attività fisica e nello sport
- ♦ Sapere come incorporare i diversi progressi scientifici nel proprio campo professionale
- ♦ Acquisire le capacità di lavorare in un ambiente multidisciplinare
- ♦ Promuovere la comprensione avanzata del contesto in cui si svolge la loro specializzazione
- ♦ Gestire competenze avanzate per individuare i possibili segni di alterazione nutrizionale associati alla pratica sportiva
- ♦ Gestire le competenze necessarie attraverso il processo di insegnamento-apprendimento che consente loro di continuare la formazione e l'apprendimento nel campo della nutrizione nello sport, sia attraverso contatti stabiliti con insegnanti e professionisti del Corso che in modo autonomo
- ♦ Specializzarsi nella struttura del tessuto muscolare e le sue implicazioni nello sport
- ♦ Capire i bisogni energetici e nutrizionali degli atleti in diverse situazioni fisiopatologiche
- ♦ Specializzarsi nei bisogni energetici e nutrizionali degli atleti in diverse condizioni specifiche in base a età e sesso
- ♦ Specializzarsi in strategie alimentari per la prevenzione e il trattamento dell'atleta infortunato
- ♦ Specializzarsi nei bisogni energetici e nutrizionali dei bambini che praticano sport



Obiettivi specifici

- Distinguere i principali limiti alla performance derivanti dalle condizioni climatiche
- Sviluppare un piano di acclimatazione secondo la situazione data
- Approfondire gli adattamenti fisiologici dovuti all'altitudine
- Stabilire le corrette linee guida di idratazione in base al clima



Questo titolo ti renderà un fisioterapista più completo, preparato per affrontare le sfide di nutrizione e idratazione in climi caldi"



03

Direzione del corso

Per la progettazione e l'erogazione di questo programma, TECH ha riunito un personale docente di prima classe. Composto da esperti in Nutrizione Sportiva in Condizioni Avverse, questi professionisti hanno una lunga carriera lavorativa, dove hanno aiutato a soddisfare le esigenze nutrizionali di atleti in condizioni avverse. In questo modo, hanno elaborato contenuti didattici definiti per la loro elevata qualità e piena applicabilità alle esigenze del mercato del lavoro attuale. In questo contesto, gli studenti potranno godere di un'esperienza accademica immersiva che espanderà significativamente le loro prospettive di lavoro.



“

Il personale docente del presente programma è composto da specialisti in Nutrizione Sportiva, che ti offriranno le conoscenze con maggiore applicabilità professionale in questo campo"

Direttrice Ospite Internazionale

Jamie Meeks ha dimostrato, nel corso della sua carriera professionale, la sua dedizione alla **Nutrizione Sportiva**. Dopo essersi laureata in questo campo alla Louisiana State University, è salito rapidamente alla ribalta. Il suo talento e il suo impegno sono stati riconosciuti quando gli è stato conferito il prestigioso **premio di Giovane Dietologa dell'Anno** presso l'Associazione Dietetica di Louisiana un risultato che ha segnato l'inizio di una carriera di successo.

Dopo aver conseguito la laurea, Jamie Meeks ha proseguito la sua formazione presso l'Università dell'Arkansas, dove ha svolto un tirocinio in **Dietetica**. In seguito ha conseguito un Master in **Kinesiologia con specializzazione in Fisiologia dell'Esercizio Fisico** presso l'Università Statale della Louisiana. La sua passione per aiutare gli atleti a raggiungere il loro pieno potenziale e il suo instancabile impegno per l'eccellenza la rendono una figura di spicco nella comunità dello sport e della nutrizione.

Le sue conoscenze approfondite in questo settore l'hanno portata a diventare la prima **Direttrice di Nutrizione Sportiva** nella storia del dipartimento atletico dell'Università Statale di Louisiana. Qui ha sviluppato programmi innovativi per soddisfare le esigenze alimentari degli atleti ed educarli all'importanza di un' **alimentazione adeguata per le prestazioni ottimali**.

Successivamente, ha ricoperto l'incarico di **Direttrice di Nutrizione Sportiva** nel team **New Orleans Saints** della NFL. In questo ruolo, si dedica a garantire che i giocatori professionisti ricevano la migliore assistenza nutrizionale possibile, lavorando a stretto contatto con allenatori, preparatori e staff medico per ottimizzare le prestazioni e la salute individuali.

Come tale, Jamie Meeks è considerata un vero leader nel suo campo, essendo un membro attivo di diverse associazioni professionali e partecipando al progresso della **Nutrizione Sportiva** a livello internazionale. In questo senso, è anche parte integrante dell' **Accademia di Nutrizione e Dietetica** e dell' **Associazione dei Dietisti Sportivi Professionisti**.



Dott.ssa Meeks, Jamie

- Direttrice di Nutrizione Sportiva, NFL New Orleans Saints, Louisiana, USA
- Coordinatrice di Nutrizione Sportiva presso l'Università Statale di Louisiana
- Dietista registrata dall'Accademia di Nutrizione e Dietetica
- Specialista certificata in dietetica dello sport
- Master in Kinesiologia con specializzazione in Fisiologia dell'Esercizio presso l'Università Statale della Louisiana
- Laurea in Dietetica presso l'Università Statale della Louisiana
- Membro di: Associazione dei dietisti sportivi collegiali e professionali, gruppo di pratica dietetica di nutrizione sportiva cardiovascolare e di benessere

“

*Grazie a TECH potrai
apprendere accanto ai migliori
professionisti del mondo”*

Direzione



Dott. Marhuenda Hernández, Javier

- ◆ Nutrizionista presso Associazioni Calcistiche Professionali
- ◆ Responsabile dell'Area di Nutrizione Sportiva. Club Albacete Balompié SAD
- ◆ Responsabile dell'Area di Nutrizione Sportiva. Università Cattolica di Murcia, UCAM Murcia Club de Fútbol
- ◆ Consulente Scientifico. Nutrium
- ◆ Consulente Nutrizionale. Centro Impulso
- ◆ Docente e Coordinatore di Studi Post-laurea
- ◆ Dottorato in Nutrizione e Sicurezza Alimentare. Università Cattolica San Antonio de Murcia
- ◆ Laurea in Nutrizione Umana e Dietetica, Università Cattolica San Antonio de Murcia
- ◆ Master in Nutrizione Clinica. Università Cattolica San Antonio de Murcia
- ◆ Docente. Accademia Spagnola di Nutrizione e Dietetica (AEND)

Personale docente

Dott. Arcusa Saura, Raúl

- ◆ Nutrizionista. Club Deportivo Castellón
- ◆ Nutrizionista in diversi club semiprofessionistici di Castellón
- ◆ Ricercatore Università Cattolica San Antonio de Murcia
- ◆ Docente Universitario
- ◆ Laurea in Nutrizione Umana e Dietetica
- ◆ Master Ufficiale in Nutrizione applicata all'Attività Fisica e allo Sport



04

Struttura e contenuti

Grazie a questo corso post-laurea, i fisioterapisti avranno una solida conoscenza di come gli effetti delle condizioni ambientali estreme possono influenzare la fisiologia, il metabolismo e le prestazioni degli atleti. L'itinerario accademico approfondirà le principali caratteristiche in climi caldi, approfondendo condizioni come disidratazione o stanchezza. In questo senso, il programma approfondirà le particolarità del freddo estremo, così come l'importanza che gli atleti consumino carboidrati in queste condizioni. In questo contesto, svilupperanno le capacità per risolvere problemi nutrizionali che possono sorgere durante la pratica sportiva in condizioni avverse.



“

Sarai in grado di riconoscere le esigenze nutrizionali uniche associate all'attività fisica in condizioni avverse, come la necessità di mantenere l'idratazione e ricostituire gli elettroliti"

Modulo 1. Condizioni avverse

- 1.1. Storia dello sport in condizioni estreme
 - 1.1.1. Gare invernali nella storia
 - 1.1.2. Gare in ambienti caldi oggi
- 1.2. Limiti di rendimento nei climi caldi
 - 1.2.1. Disidratazione
 - 1.2.2. Affaticamento
- 1.3. Caratteristiche di base nei climi caldi
 - 1.3.1. Alta temperatura e umidità
 - 1.3.2. Acclimatazione
- 1.4. Nutrizione e idratazione nei climi caldi
 - 1.4.1. Idratazione ed elettroliti
 - 1.4.2. Carboidrati
- 1.5. Vincoli di rendimento nei climi freddi
 - 1.5.1. Affaticamento
 - 1.5.2. Indumenti
- 1.6. Caratteristiche di base nei climi freddi
 - 1.6.1. Freddo estremo
 - 1.6.2. Riduzione del VO2 max
- 1.7. Nutrizione e idratazione nei climi freddi
 - 1.7.1. Idratazione
 - 1.7.2. Carboidrati





“

Otterai successo professionale come fisioterapista grazie a questo programma intensivo, elaborato da professionisti con una vasta esperienza nel settore della Nutrizione Sportiva. Iscriviti subito!”

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***.





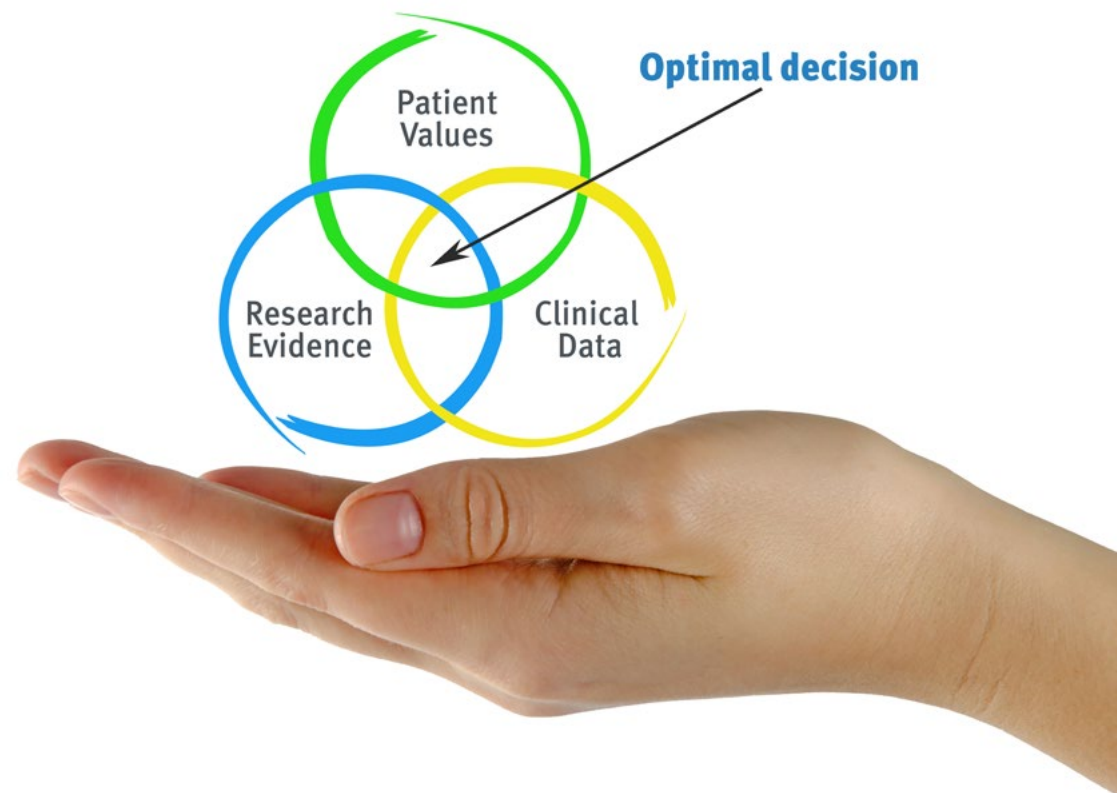
“

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

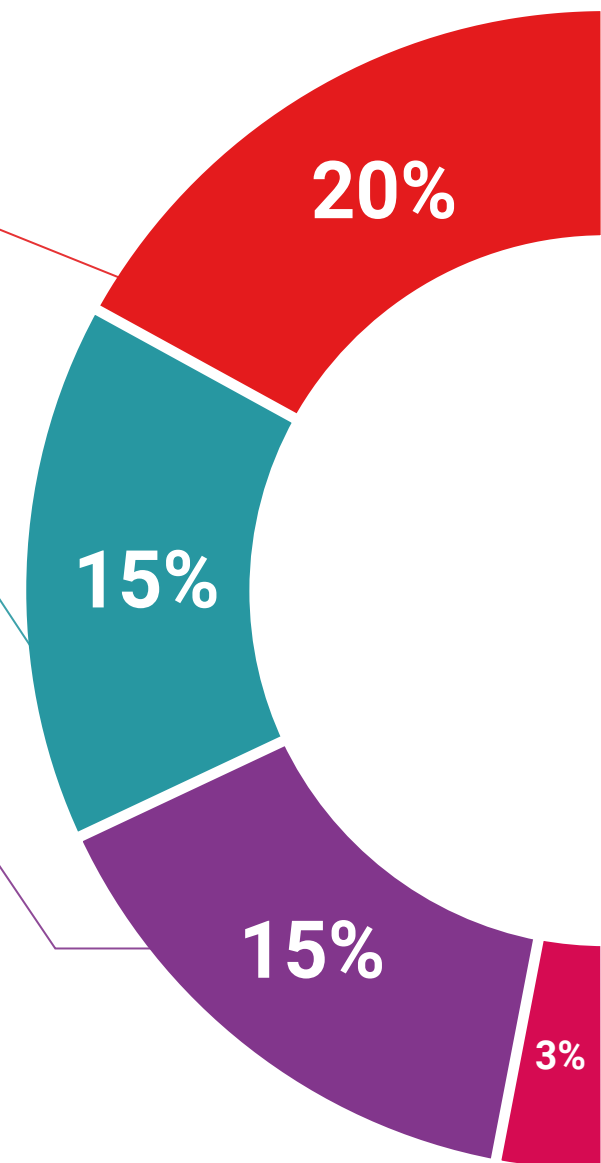
Il team di TECH presenta i contenuti in modo accattivante e dinamico in pillole multimediali che includono audio, video, immagini, diagrammi e mappe concettuali per consolidare la conoscenza.

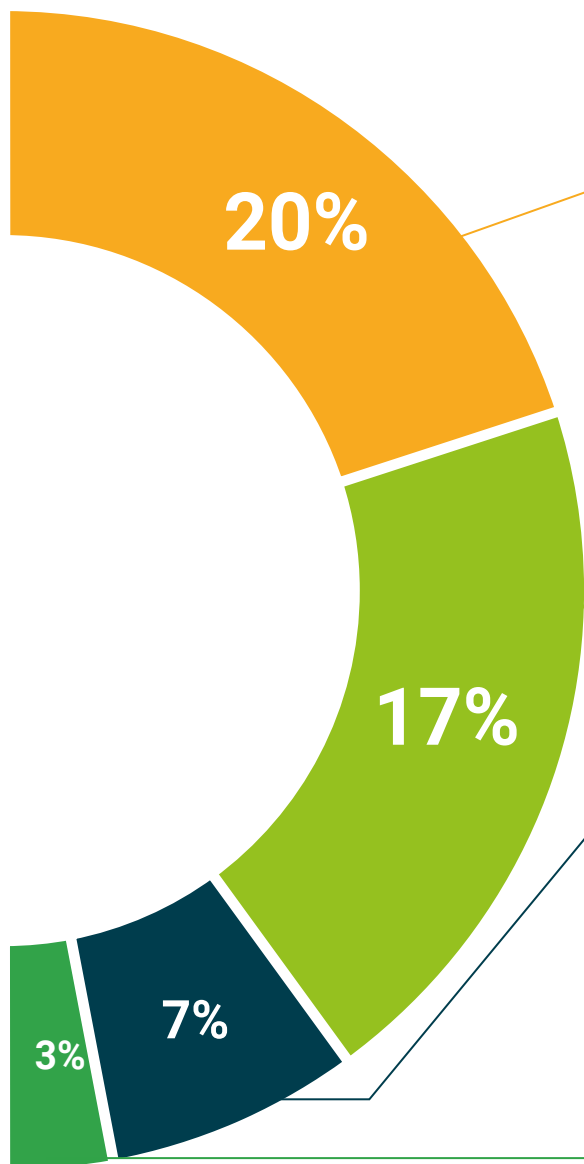
Questo sistema di specializzazione unico per la presentazione di contenuti multimediali è stato premiato da Microsoft come "Caso di successo in Europa".



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 Sportiva in Condizioni Avverse garantisce, oltre alla preparazione più rigorosa e aggiornata, il conseguimento di una qualifica di Corso Universitario rilasciata da TECH Università Tecnologica.



“

*Porta a termine questo programma e ricevi
il tuo titolo universitario senza spostamenti
o fastidiose formalità”*

Questo **Corso Universitario in Nutrizione Sportiva in Condizioni Avverse** 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 in Condizioni Avverse**

Modalità **online**

Durata: **6 settimane**



*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.

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 lingue

tech università
tecnologica

Corso Universitario
Nutrizione Sportiva
in Condizioni Avverse

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

Corso Universitario

Nutrizione Sportiva in Condizioni Avverse

Approvato da NBA



tech università
tecnologica