

# Máster Semipresencial

## Nutrición Deportiva





## Máster Semipresencial

### Nutrición Deportiva

Modalidad: Semipresencial (Online + Prácticas Clínicas)

Duración: 12 meses

Titulación: TECH Universidad FUNDEPOS

Horas lectivas: 1.620 h.

Acceso web: [www.techtute.com/fisioterapia/master-semipresencial/master-semipresencial-nutricion-deportiva](http://www.techtute.com/fisioterapia/master-semipresencial/master-semipresencial-nutricion-deportiva)

# Índice

01

Presentación

---

*pág. 4*

02

¿Por qué cursar este  
Máster Semipresencial?

---

*pág. 8*

03

Objetivos

---

*pág. 12*

04

Competencias

---

*pág. 18*

05

Dirección del curso

---

*pág. 22*

06

Estructura y contenido

---

*pág. 28*

07

Prácticas Clínicas

---

*pág. 34*

08

¿Dónde puedo hacer  
las Prácticas Clínicas?

---

*pág. 40*

09

Metodología

---

*pág. 46*

10

Titulación

---

*pág. 54*

# 01

# Presentación

Las lesiones son frecuentes en la actividad deportiva, siendo la fase de recuperación de vital importancia para el paciente que desea regresar a su nivel óptimo de competición. En este escenario, el profesional fisioterapeuta conocedor de los procesos fisiológicos y las adaptaciones del organismo a la nutrición del deportista es determinante para el paciente. Ante esta realidad, nace este programa que consta de una fase teórica 100% online y una estancia práctica en un centro de referencia en la atención y orientación alimentaria. Asimismo, en esta titulación el egresado cuenta con un equipo docente especializado y referente en el mundo deportivo, que le guiará en todo momento en la consecución de sus metas.



“

*Un Máster Semipresencial con el que podrás estar al tanto de todas las novedades sobre el uso de probióticos y prebióticos en torno a la Nutrición Deportiva”*

Las proteínas, la creatina, la leucina o el omega 3 son esenciales en la recuperación de determinadas lesiones que sufre un deportista debido a su práctica deportiva. No obstante, además de la suplementación, los estudios científicos avalan la planificación de dietas equilibradas y adaptadas a cada disciplina deportiva para mejorar así el rendimiento del atleta.

El profesional fisioterapeuta, que forma parte de clubes o empresas dedicadas al cuidado, atención y seguimiento nutricional de deportistas, no puede estar ajeno a los constantes avances en nutrición y alimentación, dada la alta competitividad que existe en el mundo deportivo. Por eso, TECH Universidad FUNDEPOS ha diseñado este Máster Semipresencial en Nutrición Deportiva, que responde a la necesidad de los especialistas que reclaman información actual y de aplicación directa en su praxis habitual.

Así, este programa ofrece una fase teórica impartida en modalidad en línea, en la que el alumnado podrá profundizar en las últimas tendencias en alimentación, en la valoración nutricional del deportista, la adaptación de la dieta según su lesión y disciplina, y los diferentes problemas psicológicos relacionados con la alimentación. Para ello, dispone de recursos multimedia innovadores a los que podrá acceder en cualquier momento del día desde un dispositivo electrónico con conexión a internet

Además, este periodo se complementa con una estancia práctica en un centro de referencia, donde el alumnado estará acompañado junto a otros profesionales del mundo de la Nutrición Deportiva, que le guiarán y tutorizarán en todo momento. Este programa, por tanto, supone una excelente oportunidad para el especialista que busque estar al día en este ámbito a través de una titulación universitaria de calidad.

Asimismo, dentro del amplio abanico de herramientas multimedia, sobresalen 10 *Masterclasses* exclusivas y complementarias, dirigidas por un experto internacionalmente reconocido en Nutrición Deportiva. Esto permitirá a los egresados desarrollar habilidades y comprender los principios esenciales que los destacarán en este campo tan solicitado, siempre respaldados por los estándares de calidad que distinguen a TECH Universidad FUNDEPOS.

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

- ♦ Desarrollo de más de 100 casos clínicos presentados por profesionales de nutrición expertos en cuidados nutricionales de deportistas de alto nivel
- ♦ Sus contenidos gráficos, esquemáticos y eminentemente prácticos con los que están concebidos, recogen una información científica y asistencial sobre aquellas disciplinas médicas indispensables para el ejercicio profesional
- ♦ Planes integrales de actuación sistematizada ante las problemáticas del sector salud
- ♦ Presentación de talleres prácticos sobre Nutrición Clínica
- ♦ Sistema interactivo de aprendizaje basado en algoritmos para la toma de decisiones sobre las situaciones planteadas
- ♦ Guías de práctica clínica sobre el abordaje de las diferentes patologías
- ♦ Especial hincapié en las tendencias en nutrición y nuevas patologías
- ♦ Todo esto se complementará con lecciones teóricas, preguntas al experto, foros de discusión de temas controvertidos y trabajos de reflexión individual
- ♦ Disponibilidad de los contenidos desde cualquier dispositivo fijo o portátil con conexión a internet
- ♦ Además, podrás realizar una estancia de prácticas clínicas en uno de los mejores centros en atención de deportistas



*¡Aprovecha esta oportunidad única de TECH Universidad FUNDEPOS! Podrás disfrutar de un paquete de 10 Masterclasses adicionales, diseñadas por un experto de renombre internacional en Nutrición Deportiva”*

“

*Tendrás a tu disposición una biblioteca de recursos multimedia a la que podrás acceder fácilmente desde tu ordenador con conexión a internet”*

En esta propuesta de Máster, de carácter profesionalizante y modalidad semipresencial, el programa está dirigido a la actualización de profesionales de la enfermería que desarrollan sus funciones en centros de alto rendimiento, centros clínicos u hospitalarios, y que requieren un alto nivel de cualificación. Los contenidos están basados en la última evidencia científica, y orientados de manera didáctica para integrar el saber teórico en la práctica enfermera, y los elementos teórico-prácticos facilitarán la actualización del conocimiento y permitirán la toma de decisiones en el manejo del paciente.

Gracias a su contenido multimedia elaborado con la última tecnología educativa, permitirán al profesional de enfermería un aprendizaje situado y contextual, es decir, un entorno simulado que proporcionará un aprendizaje inmersivo programado para entrenarse ante situaciones reales. El diseño de este programa está centrado en el Aprendizaje Basado en Problemas, mediante el cual deberá tratar de resolver las distintas situaciones de práctica profesional que se le planteen a lo largo del mismo. Para ello, contará con la ayuda de un novedoso sistema de vídeo interactivo realizado por reconocidos expertos.

*El equipo docente especializado de este Máster Semipresencial te aporta casos de estudio, que te servirán para aplicar en situaciones reales.*

*Podrás profundizar en este programa en las recientes novedades sobre alimentos biológicos y transgénicos incluidos en la alimentación de deportistas.*



# 02

## ¿Por qué cursar este Máster Semipresencial?

Los avances impulsados desde los estudios científicos que abordan la nutrición han propiciado un importante avance en esta área, donde los profesionales de la fisioterapia contribuyen enormemente con sus conocimientos en la recuperación de los pacientes. En el campo de la Nutrición Deportiva, especialmente, es tan relevante conocer los conceptos teóricos como integrarlos en la práctica para el abordaje de lesiones. Por ello, TECH Universidad FUNDEPOS ha creado esta titulación, donde aporta las novedades más recientes en probióticos, prebióticos o la nutrigenética, en un marco teórico que se completa con una estancia práctica, en un centro de prestigio. De esta manera, el egresado conseguirá una visión amplia del panorama actual de la Nutrición Deportiva, estando guiado por los mejores expertos en esta área.





“

*Adéntrate en entornos clínicos reales a través de una titulación universitaria que te aporta una visión actual y completa en Nutrición Deportiva”*

### 1. Actualizarse a partir de la última tecnología disponible

En el ámbito de la alta competición, las nuevas tecnologías han revolucionado los entrenamientos de los deportistas, pero al mismo tiempo han aportado mayor precisión en los programas nutricionales y análisis alimentarios. Por eso, y con el fin principal de acercar a los profesionales a los últimos avances en este campo, TECH Universidad FUNDEPOS ha diseñado esta titulación, donde el egresado realizará una puesta al día con un temario avanzado en una estancia de 3 semanas de duración, junto a un excelente equipo de profesionales en este ámbito. De esta forma se acercará la tecnología y métodos más innovadores en el campo de la Nutrición Deportiva.

### 2. Profundizar a partir de la experiencia de los mejores especialistas

En este proceso, el profesional no estará solo, ya que contará en todo el recorrido académico con un equipo docente especializado, que lo guiará, en un primer término con el temario de esta titulación, y posteriormente estará tutorizado por un especialista del centro donde efectúe la fase práctica. De esta forma podrá aplicar los conceptos en un escenario real, con pacientes deportistas, que requieren de los tratamientos nutricionales más avanzados.

### 3. Adentrarse en entornos clínicos de primera

Esta institución mantiene una filosofía basada en ofrecer la máxima calidad en todas sus titulaciones. Es por ello, por lo que hace una selección rigurosa tanto de los profesionales que imparten la misma, como de los centros donde el profesional realizará una estancia práctica. De esta manera se garantiza al egresado un acceso a un entorno de primer nivel y una actualización avanzada de sus conocimientos en el campo de la Nutrición Deportiva.





#### **4. Combinar la mejor teoría con la práctica más avanzada**

TECH Universidad FUNDEPOS irrumpes en el panorama académico con una titulación que combina a la perfección un marco teórico 100% online, al que poder acceder con flexibilidad, con una estancia práctica en un centro de prestigio. De esta forma, el profesional que se adentre en este programa podrá compatibilizar sus actividades diarias con una instrucción de primer nivel. Además, durante este periodo, el egresado no estará solo, ya que contará con un excelente equipo docente y profesionales que integran la entidad donde llevará a cabo la fase práctica. Todo ello, además, a lo largo de 12 meses.

#### **5. Expandir las fronteras del conocimiento**

TECH Universidad FUNDEPOS ofrece con esta titulación una mirada amplia y exhaustiva de la Nutrición Deportiva. Unos conocimientos renovados, con unos métodos y procedimientos que podrá integrar el profesional en su propia consulta, gracias a la tutorización recibida por profesionales especializados, que han formado parte de centros clínicos y entidades deportivas del más alto nivel. Una oportunidad única, que tan solo te aporta esta institución académica.

“

*Tendrás una inmersión práctica total en el centro que tú mismo elijas”*

# 03

## Objetivos

Gracias a los recursos didácticos multimedia, el profesional que se adentre en esta titulación universitaria conseguirá de un modo mucho más atractivo adquirir la actualización de conocimientos sobre Nutrición Deportiva que está buscando. Además, la estancia práctica le facilitará la aplicación directa de toda la información teórica recibida en el transcurso de este programa online. En este proceso no estará solo, ya que el equipo docente de TECH Universidad FUNDEPOS le guiará en todo momento para que alcance con éxito sus metas.



“

*Conseguirás de la mano de auténticos expertos en Nutrición Deportiva alcanzar la actualización de conocimiento que buscas en este ámbito”*



## Objetivo general

---

- El Máster Semipresencial en Nutrición Deportiva ofrece al especialista la posibilidad de alcanzar una actualización de conocimiento de la mano de profesionales de la salud con dilatada experiencia en el mundo deportivo. Así, durante el desarrollo de esta titulación, el alumnado será capaz de identificar las principales novedades en nutrigenómica y nutrigenética, estar al día en las técnicas y productos de soporte nutricional básico y avanzado o conocer la normativa vigente en antidopaje

“

*Adéntrate en el balance nutricional y su relevancia en los deportistas que se encuentran en rehabilitación”*





## 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

### Módulo 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

# 04 Competencias

Esta titulación universitaria potencia las competencias y habilidades del alumnado que la cursa. Ello es posible, en gran parte, gracias a los casos de estudio clínicos presentados por los profesionales que imparten esta titulación. Así, de un modo mucho más práctico, el alumnado podrá acercarse a situaciones y métodos, que podrá integrar posteriormente en su desempeño profesional habitual. Todo ello con el objetivo de facilitar la actualización de conocimientos en un ámbito de la nutrición trascendental para los deportistas.



“

*Un programa que te acercará a las últimas técnicas y métodos empleados en la planificación de dietas acorde a las características de cada paciente”*



## Competencias generales

---

- Aplicar en sus pacientes las nuevas tendencias en nutrición deportiva
- Aplicar las nuevas corrientes de la nutrición según las patologías del adulto
- Investigar los problemas nutricionales de sus pacientes

“

*Potencia con esta titulación tus capacidades para la planificación nutricional de deportistas de alto nivel”*





## Competencias específicas

---

- ♦ Valorar el estado nutricional de un paciente
- ♦ Identificar problemas nutricionales de los pacientes 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 de los pacientes que las necesitan
- ♦ Conocer las normas antidopaje
- ♦ Buscar ayuda para los pacientes 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

# 05

## Dirección del curso

Una dirección y cuadro docente altamente cualificado y de renombre será el encargado de impartir esta titulación Semipresencial a la que tendrá acceso el alumnado las 24 horas del día, desde cualquier dispositivo electrónico. Así, gracias a los conocimientos y la dilatada experiencia profesional del profesorado, el alumnado obtendrá la información más reciente y novedosa sobre Nutrición Deportiva.



“

*Tendrás a tu disposición a un equipo docente de renombre, que te acercará a las últimas novedades sobre la nutrigenética y la nutrigenómica aplicada a deportistas”*

## Directora Invitada Internacional

Shelby Johnson posee una destacada carrera como **Nutricionista Deportiva**, especializada en **deportes universitarios en Estados Unidos**. De hecho, su experiencia y conocimientos específicos en esta área han resultado clave en su objetivo de contribuir al mejor desempeño de los **atletas de alto rendimiento**.

Como **Directora de Nutrición Deportiva** en la Universidad de Duke, ha proporcionado asistencia en el ámbito nutricional y de la salud a los **estudiantes deportistas**. Además, ha formado parte del **grupo de nutricionistas** de la Universidad de Misuri y de los equipos de **fútbol, lacrosse** y **baloncesto femenino** de la Universidad de Florida.

Igualmente, su compromiso por ofrecer a los **jóvenes atletas** el mejor **asesoramiento nutricional** durante sus entrenos y competiciones, la ha llevado a desempeñar una notable labor en este campo profesional. De esta manera, para garantizar la mejor **atención a los deportistas**, se ha encargado de realizar **análisis de composición corporal** y **construir planes personalizados**, según el objetivo de cada persona. Asimismo, ha orientado a los **deportistas** sobre las **dietas** más adecuadas a sus esfuerzos físicos, con el fin de contribuir a su pleno desempeño y evitar problemas de **salud**.

Durante su etapa profesional, Shelby Johnson ha ejercido una labor integral en **nutrición deportiva**, y es que su capacidad para adaptarse a diferentes disciplinas le ha permitido ampliar sus áreas de ocupación y ofrecer una atención mucho más precisa.

Así, gracias a su capacitación y experiencia, ha creado una **Política de Sensibilidad Alimentaria para la Salud Deportiva**, buscando poner en valor la relevancia de la correcta **nutrición para la salud**. Por ello, su objetivo siempre ha sido difundir toda información que ayude a los **deportistas** a concienciarse sobre los mejores **nutrientes, vitaminas y alimentos** para lograr sus objetivos.



## Dña. Johnson, Shelby

---

- Directora de Nutrición Deportiva en la Universidad de Duke, Durham, Estados Unidos
- Asesora Nutricionista
- Nutricionista de los equipos de fútbol, lacrosse y baloncesto femenino en la Universidad de Florida
- Especialista en Nutrición Deportiva
- Máster en Fisiología Aplicada y Kinesiología por la Universidad de Florida
- Graduada en Dietética por la Universidad de Lipscomb

“

*Gracias a TECH podrás aprender con los mejores profesionales del mundo”*

## Director Invitado



### Dr. Pérez de Ayala, Enrique

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

## Profesores

### Dña. Aldalur Mancisidor, Ane

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

### Dña. Urbeltz, Uxue

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



“

*Un equipo docente especializado será el encargado de resolver cualquier duda que tengas sobre el temario de esta titulación universitaria”*

# 06

## Estructura y contenido

El método *Relearning*, basado en la reiteración de contenido, llevará al alumnado de este programa a transitar de un modo mucho más natural y progresivo por el temario. Con ello, logrará actualizar sus conocimientos sobre Nutrición Deportiva más fácilmente, reduciendo incluso las horas de estudio. Además, los vídeo resúmenes de cada tema, los vídeos en detalle, los esquemas, las lecturas especializadas o los casos de estudio complementarán la información y harán mucho más atractivo el temario dado en este Máster Semipresencial.



“

*Las píldoras multimedia te llevarán a obtener la última información sobre Nutrición Deportiva de un modo mucho más dinámico y atractivo”*

## 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 sinbióticos
  - 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. Precompetitiva
  - 4.6.2. Durante
  - 4.6.3. Postcompetición
- 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
  - 8.6.1. 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

“ Este Máster Semipresencial te acercará a los avances que se han producido en los últimos años en inmunonutrición”



# 07

## Prácticas Clínicas

Uno de los atractivos de este Máster Semipresencial es la realización de una estancia práctica, que lleva al alumnado a estar junto a profesionales del ámbito de la nutrición. En este periodo, el egresado podrá aplicar la información más actualizada que ha recibido a lo largo de la fase teórica 100% online y completar así esta titulación universitaria.





“

*Podrás sacar el máximo rendimiento a esta titulación gracias a la estancia práctica de 3 semanas en un centro de referencia en Nutrición Deportiva”*

El periodo de Capacitación Práctica de este programa Nutrición Deportiva para fisioterapeuta consta de una estancia de 3 semanas de duración en un centro de referencia en servicios nutricionales para deportistas. Así, de lunes a viernes con jornadas de 8 horas consecutivas, el alumnado podrá aplicar los conocimientos que ha actualizado durante la fase teórica.

En esta etapa, el egresado no estará solo, ya que personal altamente cualificado le guiará en todo momento, para que obtenga la información más relevante sobre la atención y el asesoramiento que debe llevar sobre alimentación cada deportista atendiendo a sus características físicas, disciplina que desarrolle y momento de competición en el que se encuentre. Asimismo, un responsable del equipo docente de TECH Universidad FUNDEPOS supervisará que el alumnado reciba las competencias y habilidades que requiere para poder alcanzar sus objetivos.

En esta propuesta, las actividades están dirigidas al perfeccionamiento de los métodos empleados para el análisis de nuevos alimentos, la valoración de los mismos atendiendo a las necesidades de cada paciente, las pautas indicadas para la planificación de una dieta y la importancia de los factores psicológicos del deportista.

La parte práctica se realizará con la participación activa del estudiante desempeñando las actividades y procedimientos de cada área de competencia (aprender a aprender y aprender a hacer), con el acompañamiento y guía de los profesores y demás compañeros de entrenamiento que faciliten el trabajo en equipo y la integración multidisciplinar como competencias transversales para la praxis de enfermería clínica (aprender a ser y aprender a relacionarse).



Los procedimientos descritos a continuación serán la base de la parte práctica de la capacitación, y su realización estará sujeta a la disponibilidad propia del centro y su volumen de trabajo, siendo las actividades propuestas las siguientes:

| Módulo                                                                | Actividad Práctica                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Nuevos métodos de alimentación en Nutrición Deportiva</b>          | Valorar la recomendación de nuevos alimentos, atendiendo a su composición para mejorar el rendimiento del deportista                    |
|                                                                       | Adecuar la dieta del deportista con alimentos ecológicos como método de prevención de lesiones                                          |
|                                                                       | Indicar el consumo de alimentos transgénicos en el deportista                                                                           |
|                                                                       | Informar al deportista de los beneficios e inconvenientes del consumo de determinados alimentos atendiendo a su composición nutricional |
| <b>Aplicación de nuevas tendencias en Nutrición Deportiva</b>         | Aplicar los principios nutrigenética para mejorar el rendimiento del deportista                                                         |
|                                                                       | Emplear las técnicas de nutrigenómica, para evitar la aparición de enfermedades relacionadas con la mala nutrición                      |
|                                                                       | Indicar la dieta para reforzar el sistema inmunitario del deportista a través de la nutrición                                           |
|                                                                       | Pautar alimentos para obtener la regulación fisiológica del deportista                                                                  |
|                                                                       | Analizar la relación emocional del deportista con su ingesta de alimentos                                                               |
|                                                                       | Indicar una dieta que favorezca la regulación del sueño                                                                                 |
| <b>Valoración del estado nutricional y de la dieta del deportista</b> | Participar en el análisis de bioenergética y nutrición                                                                                  |
|                                                                       | Comprobar el estado nutricional del paciente en sus diferentes etapas etarias                                                           |
|                                                                       | Valoración de la ingesta diaria del paciente y realización de los ajustes alimentarios necesarios                                       |
|                                                                       | Evaluar la alimentación en el adulto sano y en mujeres con menopausia                                                                   |
| <b>Alimentación en la práctica deportiva</b>                          | Verificar la adaptación fisiológica y metabólica a los distintos tipos de ejercicio                                                     |
|                                                                       | Participar en la valoración de las necesidades energéticas y del estado nutricional del deportista                                      |
|                                                                       | Acompañar al especialista en la valoración de la capacidad física del deportista                                                        |
|                                                                       | Aplicar análisis de la alimentación y de la hidratación en las distintas fases de la práctica deportiva                                 |
|                                                                       | Colaborar en la planificación dietética adaptada a las modalidades deportivas y en la recuperación de lesiones                          |

## Seguro de responsabilidad civil

La máxima preocupación de esta institución es garantizar la seguridad tanto de los profesionales en prácticas como de los demás agentes colaboradores necesarios en los procesos de capacitación práctica en la empresa. Dentro de las medidas dedicadas a lograrlo, se encuentra la respuesta ante cualquier incidente que pudiera ocurrir durante todo el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Para ello, esta entidad educativa se compromete a contratar un seguro de responsabilidad civil que cubra cualquier eventualidad que pudiera surgir durante el desarrollo de la estancia en el centro de prácticas.

Esta póliza de responsabilidad civil de los profesionales en prácticas tendrá coberturas amplias y quedará suscrita de forma previa al inicio del periodo de la capacitación práctica. De esta forma el profesional no tendrá que preocuparse en caso de tener que afrontar una situación inesperada y estará cubierto hasta que termine el programa práctico en el centro.



## Condiciones generales de la capacitación práctica

Las condiciones generales del acuerdo de prácticas para el programa serán las siguientes:

- 1. TUTORÍA:** durante el Máster Semipresencial el alumno tendrá asignados dos tutores que le acompañarán durante todo el proceso, resolviendo las dudas y cuestiones que pudieran surgir. Por un lado, habrá un tutor profesional perteneciente al centro de prácticas que tendrá como fin orientar y apoyar al alumno en todo momento. Por otro lado, también tendrá asignado un tutor académico cuya misión será la de coordinar y ayudar al alumno durante todo el proceso resolviendo dudas y facilitando todo aquello que pudiera necesitar. De este modo, el profesional estará acompañado en todo momento y podrá consultar las dudas que le surjan, tanto de índole práctica como académica.
- 2. DURACIÓN:** el programa de prácticas tendrá una duración de tres semanas continuadas de formación práctica, distribuidas en jornadas de 8 horas y cinco días a la semana. Los días de asistencia y el horario serán responsabilidad del centro, informando al profesional debidamente y de forma previa, con suficiente tiempo de antelación para favorecer su organización.
- 3. INASISTENCIA:** en caso de no presentarse el día del inicio del Máster Semipresencial, el alumno perderá el derecho a la misma sin posibilidad de reembolso o cambio de fechas. La ausencia durante más de dos días a las prácticas sin causa justificada/ médica, supondrá la renuncia las prácticas y, por tanto, su finalización automática. Cualquier problema que aparezca durante el transcurso de la estancia se tendrá que informar debidamente y de forma urgente al tutor académico.

**4. CERTIFICACIÓN:** el alumno que supere el Máster Semipresencial recibirá un certificado que le acreditará la estancia en el centro en cuestión.

**5. RELACIÓN LABORAL:** el Máster Semipresencial no constituirá una relación laboral de ningún tipo.

**6. ESTUDIOS PREVIOS:** algunos centros podrán requerir certificado de estudios previos para la realización del Máster Semipresencial. En estos casos, será necesario presentarlo al departamento de prácticas de TECH Universidad FUNDEPOS para que se pueda confirmar la asignación del centro elegido.

**7. NO INCLUYE:** el Máster Semipresencial no incluirá ningún elemento no descrito en las presentes condiciones. Por tanto, no incluye alojamiento, transporte hasta la ciudad donde se realicen las prácticas, visados o cualquier otra prestación no descrita.

No obstante, el alumno podrá consultar con su tutor académico cualquier duda o recomendación al respecto. Este le brindará toda la información que fuera necesaria para facilitarle los trámites.

08

# ¿Dónde puedo hacer las Prácticas Clínicas?

El profesional que curse este Máster Semipresencial podrá realizar la estancia práctica en una empresa del sector de la Nutrición Deportiva, que ha sido seleccionada cuidadosamente por TECH Universidad FUNDEPOS. Con ello, esta institución académica busca que el alumnado reciba una enseñanza de máxima calidad y que dé respuesta a sus objetivos de actualización de conocimientos en este ámbito. Asimismo, en este periodo de estancia práctica el alumnado vivirá una experiencia mucho más cercana y con pacientes reales, lo que le permitirá aplicar toda la información recibida en la fase teórica de este programa.





“

*En 3 semanas podrás aplicar todo el conocimiento actualizado que has recibido en la fase teórica de este Máster Semipresencial”*

## tech 44 | ¿Dónde puedo hacer las Prácticas Clínicas?



El alumno podrá cursar la parte práctica de este Máster Semipresencial en los siguientes centros:



**Fisioterapia**

**Prosystem Nutrición**

|        |        |
|--------|--------|
| País   | Ciudad |
| España | Madrid |

Dirección: C. Fresno, 23, 28522 Rivas-Vaciamadrid, Madrid

Clínica centrada en la actividad física y la planificación nutricional

---

**Capacitaciones prácticas relacionadas:**

- Nutrición Deportiva
- Nutrición Deportiva para Enfermería









“

*Impulsa tu trayectoria profesional con una enseñanza holística, que te permite avanzar tanto a nivel teórico como práctico”*

09

# 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 Universidad FUNDEPOS 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 Universidad FUNDEPOS 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 tomaran 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 Universidad FUNDEPOS 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.

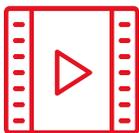
*El Relearning te permitirá aprender con menos esfuerzo y más rendimiento, implicándote más en tu capacitación, desarrollando el espíritu crítico, la defensa de argumentos y el contraste de opiniones: una ecuación directa al éxito.*

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 Universidad FUNDEPOS. 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 Universidad FUNDEPOS 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

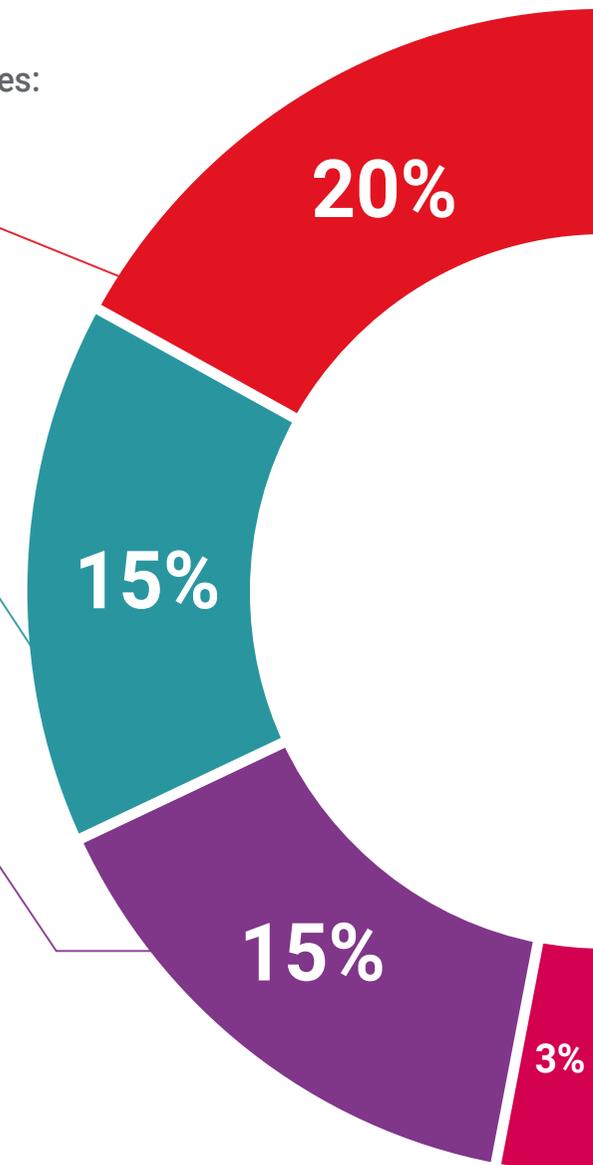
El equipo de TECH Universidad FUNDEPOS presenta los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audios, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

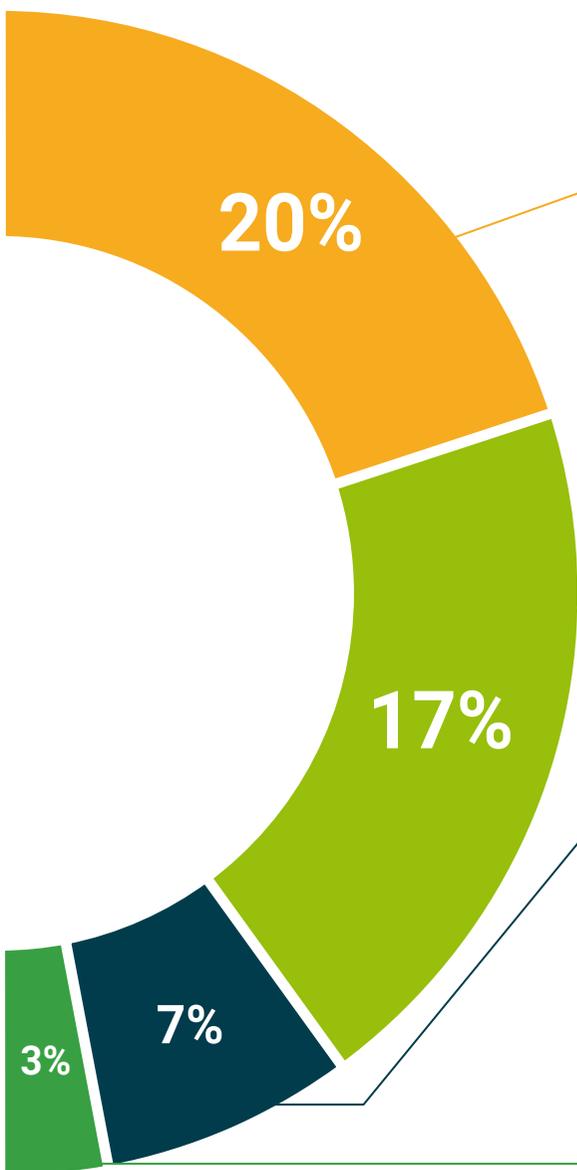
Este sistema exclusivo para la presentación de contenidos multimedia fue premiado por Microsoft como "Caso de éxito en Europa".



#### Lecturas complementarias

Artículos recientes, documentos de consenso y guías internacionales, entre otros. En la biblioteca virtual de TECH Universidad FUNDEPOS 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 Universidad FUNDEPOS 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 Universidad FUNDEPOS 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.



# 10 Titulación

El Máster Semipresencial en Nutrición Deportiva garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a dos diplomas de Máster Semipresencial, uno expedido por TECH Universidad Tecnológica y otro expedido por Universidad FUNDEPOS.





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

El programa del **Máster Semipresencial en Nutrición Deportiva** es el más completo del panorama académico actual. A su egreso, el estudiante recibirá un diploma universitario emitido por TECH Universidad Tecnológica, y otro por Universidad FUNDEPOS.

Estos títulos de formación permanente y actualización profesional de TECH Universidad Tecnológica y Universidad FUNDEPOS garantizan la adquisición de competencias en el área de conocimiento, otorgando un alto valor curricular al estudiante que supere las evaluaciones y acredite el programa tras cursarlo en su totalidad.

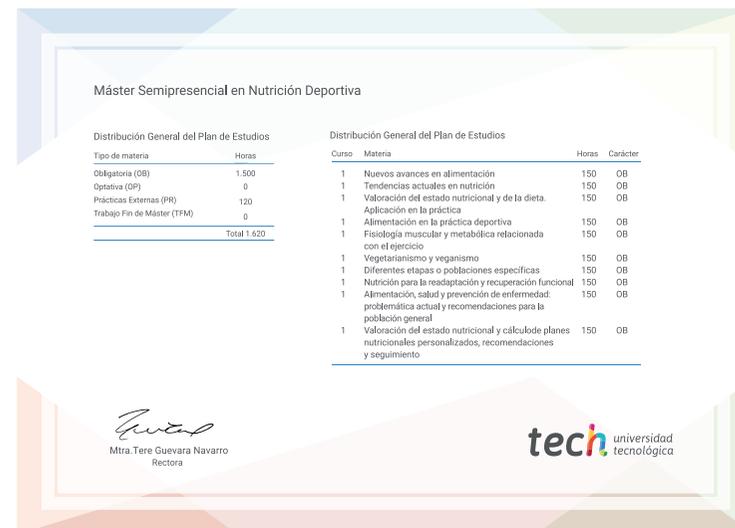
Este doble reconocimiento, de dos destacadas instituciones universitarias, suponen una doble recompensa a una formación integral y de calidad, asegurando que el estudiante obtenga una certificación reconocida tanto a nivel nacional como internacional. Este mérito académico le posicionará como un profesional altamente capacitado y preparado para enfrentar los retos y demandas en su área profesional.

Título: **Máster Semipresencial en Nutrición Deportiva**

Modalidad: **Semipresencial (Online + Prácticas Clínicas)**

Duración: **12 meses**

N.º Horas: **1.500 h. + 120 h.**



\*Apostilla de la Haya. En caso de que el alumno solicite que su diploma de TECH Universidad Tecnológica recabe la Apostilla de La Haya, TECH Universidad FUNDEPOS realizará las gestiones oportunas para su obtención, con un coste adicional.



## Máster Semipresencial Nutrición Deportiva

Modalidad: Semipresencial (Online + Prácticas Clínicas)

Duración: 12 meses

Titulación: TECH Universidad FUNDEPOS

Horas lectivas: 1.620 h.

# Máster Semipresencial

## Nutrición Deportiva