

# Master Semipresenziale

Nutrizione Sportiva per  
Categorie Specifiche



## Master Semipresenziale

### Nutrizione Sportiva per Categorie Specifiche

Modalità: Semipresenziale (Online + Tirocinio Clinico)

Durata: 12 mesi

Titolo: TECH Università Tecnologica

Ore teoriche: 1.620

Accesso al sito web: [www.techtute.com/it/fisioterapia/master-semipresenziale/master-semipresenziale-nutrizione-sportiva-categorie-specifiche](http://www.techtute.com/it/fisioterapia/master-semipresenziale/master-semipresenziale-nutrizione-sportiva-categorie-specifiche)

# Indice

01

Presentazione

---

*pag. 4*

02

Perché iscriversi a questo  
Master Semipresenziale?

---

*pag. 8*

03

Obiettivi

---

*pag. 12*

04

Competenze

---

*pag. 18*

05

Direzione del corso

---

*pag. 22*

06

Struttura e contenuti

---

*pag. 28*

07

Tirocinio Clinico

---

*pag. 36*

08

Dove posso svolgere  
il Tirocinio Clinico?

---

*pag. 42*

09

Metodologia

---

*pag. 46*

10

Titolo

---

*pag. 54*

# 01

# Presentazione

La nutrizione sportiva si è evoluta, crescendo nell'assistenza a categorie specifiche come gli atleti con disabilità o diabetici, generando la necessità di programmi universitari per fornire ai professionisti gli strumenti e le informazioni necessarie. Per questo motivo, TECH ha creato un programma incentrato sulla Nutrizione Sportiva per Categorie Specifiche, che combina teoria e pratica. Il programma teorico è completo ed esaustivo e comprende moduli sulla fisiologia muscolare e metabolica, sulla valutazione dell'atleta, sulle condizioni estreme, ecc. Inoltre, lo studente svolgerà un tirocinio pratico presso un centro prestigioso, che gli consentirà di applicare le conoscenze teoriche e di acquisire un'esperienza unica. È un'opzione eccellente per i fisioterapisti che desiderano aggiornare le proprie conoscenze in un campo in costante evoluzione.



“

*Scopri come ottimizzare l'alimentazione negli atleti con esigenze speciali e porta le tue conoscenze a un livello superiore con questo Master Semipresenziale"*

Il settore della nutrizione sportiva ha registrato una crescita significativa negli ultimi anni, soprattutto in termini di specializzazione in categorie specifiche, come gli atleti disabili o diabetici, ecc. Questa crescita ha generato la necessità di programmi universitari che forniscano ai professionisti gli strumenti necessari per affrontare queste popolazioni in maniera efficiente ed efficace.

In questo contesto, TECH ha creato il Master Semipresenziale in Nutrizione Sportiva per Categorie Specifiche. Il programma si concentra sulla combinazione di teoria e pratica, con una sezione teorica completa ed esaustiva e un tirocinio presso un centro prestigioso per 3 settimane.

Nella parte teorica, il programma comprende diversi moduli che approfondiscono la fisiologia muscolare e metabolica legata all'esercizio fisico, la valutazione dell'atleta in diversi momenti della stagione, gli sport acquatici, le condizioni estreme, il vegetarianismo e il veganismo, gli atleti diabetici di tipo 1, la nutrizione negli sport parasportivi, gli sport per categoria di peso, le diverse fasi o categorie specifiche e il periodo di infortunio.

È importante sottolineare che la combinazione di teoria e pratica è fondamentale nel campo della nutrizione sportiva per categorie specifiche, poiché solo grazie a una preparazione completa e aggiornata i professionisti possono offrire un servizio di qualità adattato alle esigenze specifiche degli atleti. Inoltre, il tirocinio presso un centro prestigioso consentirà agli studenti di applicare le conoscenze teoriche acquisite e di acquisire un'esperienza preziosa nel campo della nutrizione sportiva.

Pertanto, il Maser Semipresenziale in Nutrizione Sportiva per Categorie Specifiche è un'opzione eccellente per i fisioterapisti che desiderano aggiornare le proprie conoscenze in questo campo in costante evoluzione. Il formato 100% online della sezione teorica la rende compatibile con le responsabilità più impegnative e può essere combinata con tutti i tipi di orari.

Questo **Master Semipresenziale in Nutrizione Sportiva per Categorie Specifiche** possiede il programma scientifico più completo e aggiornato del mercato. Le caratteristiche principali del programma sono:

- ♦ Sviluppo di più di 100 casi di studio presentati da professionisti della fisioterapia e della nutrizione con una vasta esperienza nell'assistenza a categorie specifiche di persone
- ♦ Contenuti grafici, schematici ed eminentemente pratici che forniscono informazione tecnica riguardo alle discipline essenziali per l'esercizio della professione
- ♦ Lezioni teoriche, domande all'esperto, forum di discussione su questioni controverse e compiti di riflessione individuale
- ♦ Contenuti disponibili da qualsiasi dispositivo fisso o mobile dotato di connessione a internet
- ♦ Possibilità di svolgere un tirocinio presso una delle migliori aziende del settore



*Diventa un esperto di nutrizione sportiva e impara ad applicare le tue conoscenze per trattare gli infortuni sportivi e migliorare le prestazioni fisiche"*

“

*Sviluppa le tue abilità nell'identificare le esigenze nutrizionali di atleti con disabilità, anziani e bambini e impara a progettare piani alimentari personalizzati"*

In questa proposta di Master, di natura professionale e in modalità semipresenziale, il programma è finalizzato all'aggiornamento dei professionisti della fisioterapia che realizzano piani di nutrizione sportiva, soprattutto per categorie specifiche. I contenuti sono basati sulle più recenti evidenze scientifiche e orientati in modo didattico a integrare le conoscenze teoriche nella pratica infermieristica; gli elementi teorico-pratici faciliteranno l'aggiornamento delle conoscenze e consentiranno di prendere decisioni nella gestione dei pazienti.

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 lo specialista 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.

*Migliora la tua carriera di fisioterapista e acquisisci competenze in materia di nutrizione sportiva per migliorare il benessere fisico dei tuoi pazienti.*

*Amplia le tue conoscenze in materia di nutrizione sportiva e specializzati nel trattamento di categorie specifiche come le persone con disabilità o diabete.*



# 02

## Perché iscriversi a questo Master Semipresenziale?

Lo studio del Master Semipresenziale in Nutrizione Sportiva per Categorie Specifiche è essenziale per i professionisti che desiderano essere aggiornati in un campo in costante evoluzione. Grazie alla crescita della specializzazione in popolazioni specifiche nell'ambito della nutrizione sportiva, è necessario uno studio approfondito adeguato e aggiornato per fornire un servizio di qualità adattato alle esigenze specifiche di ogni atleta. Questo programma offre una combinazione completa di teoria e pratica, con una sezione teorica completa e un tirocinio pratico presso un centro prestigioso, che consente agli studenti di applicare le conoscenze acquisite e di acquisire un'esperienza preziosa nel campo della nutrizione sportiva.







“

*Il Master Semipresenziale ti preparerà a lavorare in ambienti multidisciplinari, collaborando con fisioterapisti, formatori e altri professionisti della salute"*

### **1. Aggiornare le proprie conoscenze sulla base delle più recenti tecnologie disponibili**

Questo Master Semipresenziale in Nutrizione Sportiva per Categorie Specifiche offre l'opportunità di aggiornare le conoscenze di un professionista in un campo in costante evoluzione. Il programma si concentra su una combinazione di teoria e pratica, con una sezione teorica completa ed esaustiva e un tirocinio presso un centro prestigioso per 3 settimane, che consente di aggiornarsi sulle ultime tecnologie disponibili.

### **2. Approfondire nuove competenze grazie all'esperienza dei migliori specialisti**

Il programma si avvale di un personale docente composto dai migliori specialisti in nutrizione sportiva per categorie specifiche. Gli studenti avranno l'opportunità di approfondire le loro conoscenze grazie all'esperienza di questi prestigiosi professionisti.

### **3. Entrare in ambienti professionali di alto livello**

Il tirocinio presso un centro prestigioso permette allo studente di inserirsi in un ambiente professionale di eccellenza e di applicare le conoscenze teoriche acquisite in un contesto reale. Inoltre, questo permetterà di conoscere in prima persona la pratica clinica più avanzata nel campo della Nutrizione Sportiva per Categorie Specifiche.





#### **4. Combinare la migliore teoria con la pratica più avanzata**

È importante sottolineare che la combinazione di teoria e pratica è fondamentale nel campo della nutrizione sportiva per categorie specifiche, poiché solo grazie a una preparazione completa e aggiornata i professionisti possono offrire un servizio di qualità adattato alle esigenze specifiche degli atleti. Il programma si concentra su questa combinazione, fornendo la migliore teoria con la pratica più avanzata.

#### **5. Ampliare le frontiere della conoscenza**

Questo Master Semipresenziale in Nutrizione Sportiva per Categorie Specifiche permette di ampliare le frontiere della conoscenza nel campo della nutrizione sportiva, approfondendo gli aspetti legati alla fisiologia muscolare e metabolica legata all'esercizio fisico, alla valutazione dell'atleta nei diversi momenti della stagione, agli sport acquatici, alle condizioni estreme, al vegetarianismo e al veganismo, agli atleti diabetici di tipo 1, alla nutrizione negli atleti parasportivi, agli sport per categoria di peso, alle diverse fasi o categorie specifiche e al periodo degli infortuni.

“

*Avrai l'opportunità di svolgere il tuo tirocinio presso un centro di tua scelta”*

# 03

## Obiettivi

L'obiettivo del Master Semipresenziale in Nutrizione Sportiva per Categorie Specifiche è quello di fornire agli studenti le conoscenze teoriche e pratiche necessarie per progettare piani nutrizionali specifici per atleti con esigenze particolari. Gli studenti saranno così preparati ad affrontare le esigenze nutrizionali specifiche degli atleti con disabilità o malattie.



“

*Al termine del programma avrai gli strumenti necessari per applicare le conoscenze acquisite nella tua pratica quotidiana e migliorare la qualità di vita dei tuoi pazienti”*



## Obiettivo generale

---

- Gli studenti saranno in grado di progettare piani nutrizionali specifici per atleti con esigenze particolari, tenendo conto della realtà fisioterapica del paziente. Inoltre, il programma ha come obiettivo quello di approfondire la comprensione della nutrizione nei para-sportivi, cercando di introdurre gli studenti in ambienti professionali di prima classe e di combinare la migliore teoria con la pratica più avanzata, ampliando le frontiere della conoscenza nel campo della nutrizione sportiva per categorie specifiche



*Potrai combinare i tuoi studi con la tua attività professionale e personale, senza rinunciare a un programma universitario di qualità"*





## Obiettivi specifici

---

### Modulo 1. Fisiologia muscolare e metabolica legata all'esercizio fisico

- ◆ Avere una conoscenza approfondita della struttura del muscolo scheletrico
- ◆ Acquisire una comprensione approfondita della funzione del muscolo scheletrico
- ◆ Approfondire i più importanti adattamenti che si verificano negli sportivi
- ◆ Approfondire i meccanismi di produzione di energia in base al tipo di esercizio svolto
- ◆ Approfondire l'integrazione dei diversi sistemi energetici che compongono il metabolismo energetico muscolare

### Modulo 2. Valutazione dell'atleta in diversi momenti della stagione

- ◆ Interpretare la biochimica per individuare deficit nutrizionali o stati di sovraccarico
- ◆ Interpretare i diversi metodi di composizione corporea, per ottimizzare il peso e la percentuale di grasso adeguati allo sport praticato
- ◆ Monitorare l'atleta durante tutta la stagione
- ◆ Pianificare periodi stagionali secondo le esigenze

### Modulo 3. Sport acquatici

- ◆ Approfondire le caratteristiche più importanti dei principali sport acquatici
- ◆ Capire le richieste e i requisiti dell'attività sportiva in un ambiente acquatico
- ◆ Differenziare le necessità nutrizionali tra i diversi sport acquatici

#### Modulo 4. Condizioni estreme

- ♦ Differenziare i principali fattori di limitazione delle prestazioni causati dal clima
- ♦ 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

#### Modulo 5. Vegetarismo e veganismo

- ♦ Differenziare i diversi tipi di atleti vegetariani
- ♦ Ottenere una comprensione approfondita dei principali errori commessi
- ♦ Affrontare le significative carenze nutrizionali degli sportivi
- ♦ Gestire le competenze per dotare l'atleta dei migliori strumenti per la combinazione degli alimenti

#### Modulo 6. Atleta affetto da diabete di tipo 1

- ♦ Stabilire il meccanismo fisiologico e biochimico del diabete sia a riposo che durante l'esercizio
- ♦ Approfondire le conoscenze sul funzionamento delle diverse insuline o farmaci usati dai diabetici
- ♦ Valutare i requisiti nutrizionali delle persone con diabete sia nella vita quotidiana che nell'esercizio fisico per migliorare la loro salute
- ♦ Approfondire le conoscenze necessarie per poter pianificare la nutrizione degli atleti con diabete di diverse discipline, al fine di migliorare la loro salute e prestazioni
- ♦ Stabilire lo stato attuale delle evidenze sugli aiuti ergogenici per i diabetici

#### Modulo 7. Atletici paralimpici

- ♦ Approfondire le differenze tra le diverse categorie di atleti paralimpici e i loro limiti fisiologico-metabolici
- ♦ Determinare i bisogni nutrizionali dei diversi atleti paralimpici per poter stabilire un piano nutrizionale preciso







- ◆ Approfondire le conoscenze necessarie per stabilire le interazioni tra l'assunzione di farmaci e nutrienti al fine di evitare deficit nutritivo
- ◆ Capire la composizione corporea dei para-atleti in diverse categorie sportive
- ◆ Applicare l'attuale evidenza scientifica sugli aiuti nutrizionali ergogenici

#### **Modulo 8. Sport per categoria di peso**

- ◆ Stabilire le diverse caratteristiche e necessità all'interno degli sport per categoria di peso
- ◆ Acquisire una comprensione approfondita delle strategie nutrizionali nella preparazione dell'atleta alla competizione
- ◆ Ottimizzare il miglioramento della composizione corporea attraverso un approccio nutrizionale

#### **Modulo 9. Differenti fasi o pazienti affetti da patologie specifiche**

- ◆ Spiegare le caratteristiche fisiologiche particolari da prendere in considerazione nell'approccio nutrizionale di diversi gruppi di persone
- ◆ Acquisire una comprensione approfondita dei fattori esterni e interni che influenzano la nutrizione sull'approccio nutrizionale a questi gruppi

#### **Modulo 10. Periodo di infortunio**

- ◆ Determinare le differenti fasi della lesione
- ◆ Assistere nella prevenzione degli infortuni
- ◆ Migliorare la prognosi della lesione
- ◆ Stabilire una strategia nutrizionale secondo le nuove esigenze nutrizionali che appaiono durante il periodo della lesione

# 04 Competenze

Il Master Semipresenziale in Nutrizione Sportiva per Categorie Specifiche è stato progettato per fornire agli studenti le competenze necessarie per lavorare nel campo della nutrizione sportiva in maniera efficace e professionale. Il programma fornisce conoscenze teoriche e pratiche avanzate in aree quali la fisiologia muscolare e metabolica, la valutazione dell'atleta, la nutrizione in atleti con disabilità o diabetici, ecc.



“

*Imparerai a identificare e valutare le esigenze nutrizionali dei tuoi pazienti e a progettare piani personalizzati per ogni singolo caso"*



## Competenze generali

---

- Applicare le nuove tendenze della nutrizione sportiva ai pazienti speciali
- Applicare le nuove tendenze della nutrizione secondo le patologie dell'adulto
- Eseguire delle ricerche sui problemi nutrizionali dei pazienti

“

*Sarai in grado di applicare le conoscenze acquisite nel Master Semipresenziale nella tua pratica professionale, il che ti permetterà di differenziarti e di offrire un valore aggiunto unico”*





## Competenze specifiche

---

- Gestire e consolidare l'iniziativa e lo spirito imprenditoriale per creare progetti relativi alla nutrizione nell'attività fisica e nello sport
- Gestire competenze avanzate per individuare i possibili segni di alterazione nutrizionale associati alla pratica sportiva
- 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 dei bambini che praticano sport
- Specializzarsi nelle esigenze energetiche e nutrizionali degli atleti paralimpici

05

# Direzione del corso

Il personale docente del Master Semipresenziale in Nutrizione Sportiva per Categorie Specifiche è composto da esperti del settore, con un'ampia esperienza sia nella ricerca che nella pratica clinica. Questi professionisti hanno contribuito con le loro conoscenze ed esperienze alla creazione dei contenuti del programma, garantendone l'aggiornamento e la pertinenza alle esigenze della realtà clinica odierna.





“

*Potrai imparare dai migliori professionisti del settore, che ti guideranno sulla strada dell'eccellenza nella nutrizione sportiva"*

## Direttrice ospite internazionale

Jamie Meeks ha dimostrato nel corso della sua carriera la sua dedizione alla **Nutrizione Sportiva**. Dopo essersi laureata alla Louisiana State University, si è subito distinto. Il suo talento e il suo impegno sono stati riconosciuti quando ha ricevuto il prestigioso **premio Young Dietist of the Year** dall'Associazione Dietetica della Louisiana, un risultato che ha segnato l'inizio di una carriera di successo.

Dopo aver completato la laurea, Jamie Meeks ha continuato la sua formazione presso l'Università dell'Arkansas, dove ha completato il suo tirocinio in **Dietetica**. Successivamente, ha conseguito un Master in Kinesiologia con specializzazione in **Fisiologia dell'Esercizio** presso la Louisiana State University. 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 sportiva e nutrizionale.

La sua profonda conoscenza in questo settore l'ha portata a diventare la prima **Direttrice della Nutrizione Sportiva** nella storia del dipartimento atletico della Louisiana State University. Lì, ha sviluppato programmi innovativi per soddisfare le esigenze dietetiche degli atleti ed educarli sull'importanza di un'alimentazione adeguata per le prestazioni ottimali.

Successivamente, ha ricoperto la carica di Direttore della Nutrizione Sportiva nel team NFL **New Orleans Saints**. In questa posizione, si impegna a garantire che i giocatori professionisti ricevano la migliore assistenza nutrizionale possibile, lavorando a stretto contatto con allenatori, allenatori fisici e personale medico per ottimizzare le prestazioni e la salute individuale.

Jamie Meeks è considerata una vera leader nel suo campo, essendo membro attivo di diverse associazioni professionali e partecipando al progresso della **Nutrizione Sportiva** a livello nazionale. In questo senso, è anche membro dell'**Accademia di Nutrizione e Dietetica** e dell'**Associazione dei Dietisti Sportivi Collegiati e Professionali**.





## Dott.ssa. Meeks, Jamie

---

- Responsabile della Nutrizione Sportiva dei New Orleans Saints della NFL, Louisiana, Stati Uniti
- Coordinatrice di nutrizione sportiva presso la Louisiana State University
- Dietista registrata presso l'Accademia di nutrizione e dietetica
- Specialista certificato in dietetica sportiva
- Master in Kinesiologia con specializzazione in Fisiologia dell'esercizio presso la Louisiana State University
- Laureata in Dietetica presso la Louisiana State University
- Membro di: Associazione Dietetica della Louisiana, Associazione dei dietisti sportivi collegiali e professionali, Gruppo di pratica dietetica di nutrizione sportiva cardiovascolare e di benessere

“

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

## Direzione



### Dott. Marhuenda Hernández, Javier

- ♦ Nutrizionista nelle Società di Calcio Professionali
- ♦ Responsabile dell'Area della Nutrizione Sportiva Club Albacete Calcio SAD
- ♦ Responsabile dell'Area della Nutrizione Sportiva Università Cattolica di Murcia, UCAM Murcia Associazione di Calcio
- ♦ Consulente Scientifico Nutrium
- ♦ Consulente Nutrizionale Centro Impulso
- ♦ Docente e Coordinatore di Studi Post-laurea
- ♦ Dottorato in Nutrizione e Sicurezza Alimentare Università Cattolica San Antonio di Murcia
- ♦ Laurea in Nutrizione Umana e Dietetica, Università Cattolica San Antonio di Murcia
- ♦ Master in Nutrizione Clinica Università Cattolica San Antonio di Murcia
- ♦ Accademico Accademia Spagnola di Nutrizione e Dietetica (AEND)

## Personale docente

### Dott. Martínez Noguera, Francisco Javier

- ♦ Nutrizionista Sportivo presso CIARD-UCAM
- ♦ Nutrizionista sportivo presso la Clinica di Fisioterapia Jorge Lledó
- ♦ Assistente di Ricerca presso il CIARD-UCAM
- ♦ Nutrizionista Sportivo presso UCAM Murcia Football Club
- ♦ Nutrizionista presso il Centro SANO
- ♦ Nutrizionista Sportivo presso UCAM Murcia Club di Pallacanestro
- ♦ Dottorato di ricerca in Scienze Motorie presso l'Università Cattolica San Antonio di Murcia
- ♦ Laurea in Nutrizione Umana e Dietetica presso l'Università Cattolica di San Antonio de Murcia
- ♦ Master in Nutrizione e Sicurezza Alimentare presso l'Università Cattolica San Antonio di Murcia



**Dott.ssa Ramírez Munuera, Marta**

- ◆ Nutrizionista Sportiva esperta in Sport di Forza
- ◆ Nutrizionista M10 Health and Fitness Centro Salute e Sport
- ◆ Nutrizionista Mario Ortiz Nutrizione
- ◆ Preparatrice in Corsi e Workshop sulla Nutrizione Sportiva
- ◆ Relatrice in Conferenze e Seminari sulla Nutrizione Sportiva
- ◆ Laureata in Nutrizione Umana e Dietetica. Università Cattolica San Antonio di Murcia
- ◆ Master in Nutrizione applicata all'Attività Fisica e allo Sport Università Cattolica San Antonio di Murcia

**Dott. Arcusa Saura, Raúl**

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

**Dott.ssa Montoya Castaño, Johana**

- ◆ Nutrizione Sportiva
- ◆ Nutrizionista Ministero dello Sport Colombiano (Mindeportes)
- ◆ Consulente Scientifica Bionutrition (Medellín)
- ◆ Docente di Nutrizione Sportiva per studenti di Laurea
- ◆ Nutrizionista Dietista Università di Antioquia
- ◆ Master in Nutrizione applicata all'Attività Fisica e allo Sport Università Cattolica San Antonio di Murcia

# 06

## Struttura e contenuti

La programmazione della didattica del Master Semipresenziale in Nutrizione Sportiva per Categorie Specifiche si basa su una metodologia innovativa e rigorosa. I contenuti del programma attingono a una varietà di fonti, tra cui ulteriori letture, video di approfondimento e casi di studio simulati, per fornire agli studenti una panoramica completa e aggiornata del campo della nutrizione sportiva. Inoltre, la continua interazione tra gli studenti e il personale docente incoraggia la partecipazione attiva e l'apprendimento collaborativo, consentendo agli studenti di acquisire competenze pratiche e di applicare le conoscenze acquisite in situazioni reali.





“

*Impara da professionisti con  
esperienza nel campo della nutrizione  
sportiva e specializzati in categorie  
specifiche"*

## Modulo 1. Fisiologia muscolare e metabolica legata all'esercizio fisico

- 1.1 Adattamenti cardiovascolari legati all'esercizio fisico
  - 1.1.1. Aumento del volume sistolico
  - 1.1.2. Diminuzione del ritmo cardiaco
- 1.2 Adattamenti ventilatori legati all'esercizio fisico
  - 1.2.1. Cambiamenti nel volume ventilatorio
  - 1.2.2. Cambiamenti nel consumo di ossigeno
- 1.3 Adattamenti ormonali legati all'esercizio fisico
  - 1.3.1. Cortisolo
  - 1.3.2. Testosterone
- 1.4 Struttura del muscolo e tipi di fibre muscolari
  - 1.4.1. La fibra muscolare
  - 1.4.2. Fibra muscolare di tipo I
  - 1.4.3. Fibra muscolare di tipo II
- 1.5 Concetto di soglia anaerobica
- 1.6 ATP e metabolismo del fosfogeno
  - 1.6.1. Percorsi metabolici per la risintesi di ATP durante l'esercizio
  - 1.6.2. Metabolismo dei fosfageni
- 1.7 Metabolismo dei carboidrati
  - 1.7.1. Mobilitazione dei carboidrati durante l'esercizio
  - 1.7.2. Tipi di glicolisi
- 1.8 Metabolismo dei lipidi
  - 1.8.1. Lipolisi
  - 1.8.2. Ossidazione dei grassi durante l'esercizio
  - 1.8.3. Corpi chetonici
- 1.9 Metabolismo delle proteine
  - 1.9.1. Metabolismo dell'ammonio
  - 1.9.2. Ossidazione degli aminoacidi
- 1.10 Bioenergetica mista delle fibre muscolari
  - 1.10.1. Fonti di energia e la loro relazione con l'esercizio
  - 1.10.2. Fattori che determinano l'uso dell'una o dell'altra fonte di energia durante l'esercizio



**Modulo 2.** Valutazione dell'atleta in diversi momenti della stagione

- 2.1 Valutazione biochimica
  - 2.1.1. Emocromo
  - 2.1.2. Marcatori di sovrallenamento
- 2.2 Valutazione antropometrica
  - 2.2.1. Composizione corporea
  - 2.2.2. Profilo ISAK
- 2.3 Pre-stagione
  - 2.3.1. Alto carico di lavoro
  - 2.3.2. Assicurare l'assunzione di calorie e proteine
- 2.4 Stagione competitiva
  - 2.4.1. Prestazioni sportive
  - 2.4.2. Recupero tra le partite
- 2.5 Periodo di transizione
  - 2.5.1. Periodo di vacanza
  - 2.5.2. Cambiamenti nella composizione corporea
- 2.6 Viaggi
  - 2.6.1. Tornei durante la stagione
  - 2.6.2. Tornei fuori stagione (Coppe del Mondo, Coppe Europee e Giochi Olimpici)
- 2.7 Monitoraggio degli atleti
  - 2.7.1. Stato iniziale dell'atleta
  - 2.7.2. Sviluppi durante la stagione
- 2.8 Calcolo del tasso di sudorazione
  - 2.8.1. Perdite d'acqua
  - 2.8.2. Protocollo di calcolo
- 2.9 Lavoro multidisciplinare
  - 2.9.1. Ruolo del nutrizionista nell'ambiente dell'atleta
  - 2.9.2. Comunicazione con il resto delle aree
- 2.10 Doping
  - 2.10.1. Lista WADA
  - 2.10.2. Test antidoping

### Modulo 3. Sport acquatici

- 3.1 Storia degli sport acquatici
  - 3.1.1. Olimpiadi e tornei importanti
  - 3.1.2. Sport acquatici oggi
- 3.2 Vincoli di rendimento
  - 3.2.1. Sport acquatici in acqua (nuoto, pallanuoto...)
  - 3.2.2. Sport acquatici sull'acqua (surf, vela, canoa...)
- 3.3 Caratteristiche di base degli sport acquatici
  - 3.3.1. Sport acquatici in acqua (nuoto, pallanuoto...)
  - 3.3.2. Sport acquatici sull'acqua (surf, vela, canoa...)
- 3.4 Fisiologia negli sport acquatici
  - 3.4.1. Metabolismo energetico
  - 3.4.2. Biotipo di atleta
- 3.5 Preparazione
  - 3.5.1. Forza
  - 3.5.2. Resistenza
- 3.6 Composizione corporea
  - 3.6.1. Nuoto
  - 3.6.2. Pallanuoto
- 3.7 Pre-gara
  - 3.7.1. 3 ore prima
  - 3.7.2. 1 ore prima
- 3.8 Durante la gara
  - 3.8.1. Carboidrati
  - 3.8.2. Idratazione
- 3.9 Post-gara
  - 3.9.1. Idratazione
  - 3.9.2. Proteina
- 3.10 Aiuti ergogenici
  - 3.10.1. Creatina
  - 3.10.2. Caffaina

### Modulo 4. Condizioni estreme

- 4.1 Storia dello sport in condizioni estreme
  - 4.1.1. Competizioni invernali nella storia
  - 4.1.2. Concorsi in ambienti caldi oggi
- 4.2 Limiti di rendimento nei climi caldi
  - 4.2.1. Disidratazione
  - 4.2.2. Affaticamento
- 4.3 Caratteristiche di base nei climi caldi
  - 4.3.1. Alta temperatura e umidità
  - 4.3.2. Acclimatazione
- 4.4 Nutrizione e idratazione nei climi caldi
  - 4.4.1. Idratazione ed elettroliti
  - 4.4.2. Carboidrati
- 4.5 Vincoli di rendimento nei climi freddi
  - 4.5.1. Affaticamento
  - 4.5.2. Indumenti
- 4.6 Caratteristiche di base nei climi freddi
  - 4.6.1. Freddo estremo
  - 4.6.2. Riduzione del VO2 max.
- 4.7 Nutrizione e idratazione nei climi freddi
  - 4.7.1. Idratazione
  - 4.7.2. Carboidrati

### Modulo 5. Vegetarismo e veganismo

- 5.1 Vegetarismo e veganismo nella storia dello sport
  - 5.1.1. Origini del veganismo nello sport
  - 5.1.2. Atleti vegetariani oggi
- 5.2 Diversi tipi di diete vegetariane
  - 5.2.1. Atleta vegano
  - 5.2.2. Atleta vegetariano
- 5.3 Errori comuni dell'atleta vegano
  - 5.3.1. Bilancio energetico
  - 5.3.2. Assunzione di proteine



- 5.4 Vitamina B12
  - 5.4.1. Supplemento di B12
  - 5.4.2. Biodisponibilità dell'alga spirulina
- 5.5 Fonti proteiche nelle diete vegane/vegetariane
  - 5.5.1. Qualità delle proteine
  - 5.5.2. Sostenibilità ambientale
- 5.6 Altri nutrienti chiave nei vegani
  - 5.6.1. Conversione di ALA in EPA/DHA
  - 5.6.2. Fe, Ca, Vit-D e Zn
- 5.7 Valutazione biochimica/carenze nutrizionali
  - 5.7.1. Anemia
  - 5.7.2. Sarcopenia
- 5.8 Dieta vegana vs Dieta onnivora
  - 5.8.1. Alimentazione evolutiva
  - 5.8.2. Alimentazione attuale
- 5.9 Aiuti ergogenici
  - 5.9.1. Creatina
  - 5.9.2. Proteina vegetale
- 5.10 Fattori che diminuiscono l'assorbimento dei nutrienti
  - 5.10.1. Alta assunzione di fibre
  - 5.10.2. Ossalati
- 6.4 L'esercizio fisico nelle persone con diabete di tipo 2 Controllo della glicemia
  - 6.4.1. Rischi dell'attività fisica nelle persone con diabete di tipo 2
  - 6.4.2. Benefici dell'esercizio fisico per le persone con diabete di tipo 2
- 6.5 Esercizio fisico in bambini e adolescenti con diabete
  - 6.5.1. Effetti metabolici dell'esercizio
  - 6.5.2. Precauzioni durante l'esercizio
- 6.6 Terapia insulinica ed esercizio fisico
  - 6.6.1. Pompa per infusione di insulina
  - 6.6.2. Tipi di insulina
- 6.7 Strategie nutrizionali durante lo sport e l'esercizio nel diabete di tipo 1
  - 6.7.1. Dalla teoria alla pratica
  - 6.7.2. Assunzione di carboidrati prima, durante e dopo l'esercizio fisico
  - 6.7.3. Idratazione prima, durante e dopo l'esercizio fisico
- 6.8 Pianificazione nutrizionale negli sport di resistenza
  - 6.8.1. Maratona
  - 6.8.2. Ciclismo
- 6.9 Pianificazione nutrizionale negli sport di squadra
  - 6.9.1. Calcio
  - 6.9.2. Rugby
- 6.10 Integratori sportivi e diabete
  - 6.10.1. Integratori potenzialmente benefici per gli atleti con diabete

## Modulo 6. Atleta affetto da diabete di tipo 1

- 6.1 Capire il diabete e la sua patologia
  - 6.1.1. Incidenza del diabete
  - 6.1.2. Fisiopatologia del diabete
  - 6.1.3. Conseguenze del diabete
- 6.2 Fisiologia dell'esercizio nelle persone con diabete
  - 6.2.1. Esercizio massimale, submassimale e metabolismo muscolare durante l'esercizio
  - 6.2.2. Differenze metaboliche durante l'esercizio nelle persone con diabete
- 6.3 L'esercizio fisico nelle persone con diabete di tipo 1
  - 6.3.1. Ipoglicemia, iperglicemia e regolazione del trattamento nutrizionale
  - 6.3.2. Tempo di esercizio e assunzione di carboidrati

## Modulo 7. Atleti paralimpici

- 7.1 Classificazione e categorie nei para-atleti
  - 7.1.1. Cos'è un para-atleta?
  - 7.1.2. Come sono classificati i para-atleti?
- 7.2 Scienza dello sport nei para-atleti
  - 7.2.1. Metabolismo e fisiologia
  - 7.2.2. Biomeccanica
  - 7.2.3. Psicologia
- 7.3 Fabbisogno energetico e idratazione nei para-atleti
  - 7.3.1. Richieste energetiche ottimali per l'allenamento
  - 7.3.2. Pianificazione dell'idratazione prima, durante e dopo l'allenamento e le competizioni

- 7.4 Problemi nutrizionali in diverse categorie di para-atleti secondo la patologia o l'anomalia
  - 7.4.1. Lesioni del midollo spinale
  - 7.4.2. Paralisi cerebrale e lesioni cerebrali acquisite
  - 7.4.3. Amputati
  - 7.4.4. Disturbi della vista e dell'udito
  - 7.4.5. Disabilità intellettuali
- 7.5 Pianificazione nutrizionale per atleti para-sportivi con lesioni del midollo spinale, paralisi cerebrale e lesioni cerebrali acquisite
  - 7.5.1. Requisiti nutrizionali (macro e micronutrienti)
  - 7.5.2. Sudorazione e sostituzione dei liquidi durante l'esercizio
- 7.6 Pianificazione nutrizionale per gli amputati para-sportivi
  - 7.6.1. Requisiti energetici
  - 7.6.2. Macronutrienti
  - 7.6.3. Termoregolazione e idratazione
  - 7.6.4. Problemi nutrizionali legati alle protesi
- 7.7 Problemi di pianificazione e nutrizione nei para-atleti con deficit visivo-uditivo e intellettuale
  - 7.7.1. Problemi di nutrizione sportiva in caso di problemi di vista: retinite pigmentosa, retinopatia diabetica, albinismo, malattia di Stargardt e patologie dell'udito.
  - 7.7.2. Problemi di nutrizione sportiva con deficit intellettuali: sindrome di Down, autismo e Asperger e fenilchetonuria
- 7.8 Composizione corporea nei para-atleti
  - 7.8.1. Tecniche di misurazione
  - 7.8.2. Fattori che influenzano l'affidabilità dei diversi metodi di misurazione
- 7.9 Farmacologia e interazioni con i nutrienti
  - 7.9.1. Diversi tipi di droghe ingerite dai para-atleti
  - 7.9.2. Carenze di micronutrienti nei para-atleti
- 7.10 Aiuti ergogenici
  - 7.10.1. Integratori potenzialmente benefici per i para-atleti
  - 7.10.2. Conseguenze negative sulla salute, contaminazione e problemi di doping dovuti all'assunzione di aiuti ergogenici

## Modulo 8. Sport per categoria di peso

- 8.1 Caratteristiche dei principali sport per categoria di peso
  - 8.1.1. Regolamento
  - 8.1.2. Categorie
- 8.2 Programmazione della stagione
  - 8.2.1. Concorsi
  - 8.2.2. Macro ciclo
- 8.3 Composizione corporea
  - 8.3.1. Sport da combattimento
  - 8.3.2. Sollevamento pesi
- 8.4 Fasi di aumento della massa muscolare
  - 8.4.1. % Grasso corporeo
  - 8.4.2. Programmazione
- 8.5 Fasi di definizione
  - 8.5.1. Carboidrati
  - 8.5.2. Proteina
- 8.6 Pre-gara
  - 8.6.1. *Peak week*
  - 8.6.2. Prima della pesatura
- 8.7 Pre-gara
  - 8.7.1. Applicazioni pratiche
  - 8.7.2. *Timing*
- 8.8 Post-gara
  - 8.8.1. Idratazione
  - 8.8.2. Proteina
- 8.9 Aiuti ergogenici
  - 8.9.1. Creatina
  - 8.9.2. *Whey protein*

**Modulo 9.** Differenti fasi o pazienti affetti da patologie specifiche

- 9.1 Nutrizione nelle donne sportive
  - 9.1.1. Fattori limitanti
  - 9.1.2. Requisiti
- 9.2 Ciclo mestruale
  - 9.2.1. Fase luteale
  - 9.2.2. Fase follicolare
- 9.3 Triade
  - 9.3.1. Amenorrea
  - 9.3.2. Osteoporosi
- 9.4 Nutrizione nelle donne sportive in gravidanza
  - 9.4.1. Requisiti energetici
  - 9.4.2. Micronutrienti
- 9.5 Effetti dell'esercizio fisico sul bambino atleta
  - 9.5.1. Allenamento di forza
  - 9.5.2. Allenamento di resistenza
- 9.6 Educazione nutrizionale per il bambino atleta
  - 9.6.1. Zucchero
  - 9.6.2. TCA
- 9.7 Requisiti nutrizionali per il bambino atleta
  - 9.7.1. Carboidrati
  - 9.7.2. Proteine
- 9.8 Cambiamenti associati all'invecchiamento
  - 9.8.1. % Grasso corporeo
  - 9.8.2. Massa muscolare
- 9.9 Principali problemi dell'atleta anziano
  - 9.9.1. Articolazioni
  - 9.9.2. Salute cardiovascolare
- 9.10 Integrazione interessante per gli atleti anziani
  - 9.10.1. *Whey protein*
  - 9.10.2. Creatina

**Modulo 10.** Periodo di infortunio

- 10.1 Introduzione
- 10.2 Prevenzione delle lesioni negli atleti
  - 10.2.1. Disponibilità energetica relativa nello sport
  - 10.2.2. Salute del cavo orale e implicazioni sulle lesioni
  - 10.2.3. Affaticamento, nutrizione e lesioni
  - 10.2.4. Sonno, nutrizione e lesioni
- 10.3 Fasi della lesione
  - 10.3.1. Fase di immobilizzazione Infiammazione e cambiamenti che avvengono durante questa fase
  - 10.3.2. Fase di ritorno dell'attività
- 10.4 Assunzione di energia durante il periodo di lesione
- 10.5 Assunzione di macronutrienti durante il periodo di lesione
  - 10.5.1. Assunzione di carboidrati
  - 10.5.2. Assunzione di grassi
  - 10.5.3. Assunzione di proteine
- 10.6 Assunzione di micronutrienti di particolare interesse durante le lesioni
- 10.7 Integratori sportivi con prove durante il periodo dell'infortunio
  - 10.7.1. Creatina
  - 10.7.2. Omega 3
  - 10.7.3. Altri
- 10.8 Lesioni ai tendini e ai legamenti
  - 10.8.1. Introduzione alle lesioni dei tendini e dei legamenti Struttura del tendine
  - 10.8.2. Collagene, gelatina e vitamina C. Possono aiutare?
  - 10.8.3. Altri nutrienti coinvolti nella sintesi del collagene
- 10.9 Ritorno alla competizione
  - 10.9.1. Considerazioni nutrizionali nel ritorno alla competizione
- 10.10 Casi di studio interessanti nella letteratura scientifica sulle lesioni

07

# Tirocinio Clinico

Il Master Semipresenziale in Nutrizione Sportiva in Categorie Specifiche offre una preziosa esperienza pratica presso un prestigioso centro per 3 settimane. Gli studenti avranno l'opportunità di applicare le conoscenze teoriche acquisite accanto a professionisti altamente qualificati, consentendo loro di acquisire una preziosa esperienza pratica nel campo della nutrizione sportiva per categorie specifiche.



“

*Amplia la tua prospettiva sulla  
nutrizione e sullo sport e impara a  
conoscere le ultime tendenze e gli  
sviluppi del settore"*

I tirocini in un ambiente reale sono una parte essenziale del programma, in quanto offrono agli studenti un'opportunità unica di applicare le proprie competenze e di acquisire ulteriori conoscenze e abilità nel mondo reale.

La fase pratica prevede la partecipazione attiva dello studente che svolgerà le attività e le procedure di ogni area di competenza (imparare a imparare e imparare a fare), con l'accompagnamento e la guida del personale docente e degli altri compagni di corso che facilitano il lavoro di squadra e l'integrazione multidisciplinare come competenze trasversali per la pratica di fisioterapia (imparare a essere e imparare a relazionarsi).

Le procedure descritte di seguito costituiranno la base della parte pratica del tirocinio e la loro attuazione sarà soggetta alla disponibilità e al carico di lavoro del centro stesso; le attività proposte sono le seguenti:





Modulo	Attività Pratica
Valutazione Nutrizionale	Effettuare una valutazione nutrizionale completa di un atleta di una categoria specifica
	Calcolare il dispendio energetico basale e totale di un atleta in una categoria specifica
	Interpretare i risultati di una valutazione della composizione corporea di un atleta di una categoria specifica
Progettazione di diete per atleti di categorie specifiche	Progettare una dieta appropriata per un atleta di una categoria specifica in base al dispendio energetico, agli obiettivi sportivi e alle restrizioni alimentari
	Elaborare un piano di supplementazione nutrizionale personalizzato per un atleta di una categoria specifica, in base alle sue esigenze e ai suoi obiettivi sportivi
	Sviluppare un menu settimanale equilibrato e adatto alle esigenze nutrizionali di un atleta di una categoria specifica
Attuazione e monitoraggio dei programmi nutrizionali	Supervisionare l'implementazione di un piano alimentare personalizzato per un atleta di una categoria specifica
	Monitorare regolarmente i progressi nutrizionali e sportivi di un atleta appartenente a una categoria specifica e adattare di conseguenza il suo piano alimentare
	Identificare e risolvere i problemi di aderenza al piano alimentare di un atleta di una categoria specifica
Ricerca e analisi dei casi	Indagare e analizzare un caso di studio di successo nel campo della nutrizione sportiva per categorie specifiche e presentare i risultati e le conclusioni sotto forma di rapporto
	Analizzare un caso di insuccesso nel campo della nutrizione sportiva per categorie specifiche, individuandone le cause e proponendo possibili soluzioni
	Valutare criticamente uno studio scientifico sull'alimentazione sportiva per categorie specifiche e presentare i risultati sotto forma di rapporto



*Sviluppa capacità di comunicazione e di leadership per lavorare efficacemente in gruppo, sia con altri professionisti della salute che con gli atleti e le loro famiglie"*

## Assicurazione di responsabilità civile

La preoccupazione principale di questa istituzione è quella di garantire la sicurezza sia dei tirocinanti sia degli altri agenti che collaborano ai processi di tirocinio in azienda. All'interno delle misure rivolte a questo fine ultimo, esiste la risposta a qualsiasi incidente che possa verificarsi durante il processo di insegnamento-apprendimento.

A tal fine, questa istituzione educativa si impegna a stipulare un'assicurazione di responsabilità civile per coprire qualsiasi eventualità che possa insorgere durante la permanenza presso il centro di tirocinio.

La polizza di responsabilità civile per i tirocinanti deve garantire una copertura assicurativa completa e deve essere stipulata prima dell'inizio del periodo di tirocinio. Grazie a questa garanzia, il professionista si sentirà privo di ogni tipo di preoccupazione nel caso di eventuali situazioni impreviste che possano sorgere durante il tirocinio e potrà godere di una copertura assicurativa fino al termine dello stesso.





## Condizioni generali del tirocinio

Le condizioni generali dell'accordo di tirocinio per il programma sono le seguenti:

**1. TUTORAGGIO:** durante il Master Semipresenziale agli studenti verranno assegnati due tutor che li seguiranno durante tutto il percorso, risolvendo eventuali dubbi e domande. Da un lato, lo studente disporrà di un tutor professionale appartenente al centro di inserimento lavorativo che lo guiderà e lo supporterà in ogni momento. Dall'altro lato, allo studente verrà assegnato anche un tutor accademico che avrà il compito di coordinare e aiutare lo studente durante l'intero processo, risolvendo i dubbi e fornendogli tutto ciò di cui potrebbe aver bisogno. In questo modo, il professionista sarà accompagnato in ogni momento e potrà risolvere tutti gli eventuali dubbi, sia di natura pratica che accademica.

**2. DURATA:** il programma del tirocinio avrà una durata di tre settimane consecutive di preparazione pratica, distribuite in giornate di 8 ore lavorative, per cinque giorni alla settimana. I giorni di frequenza e l'orario saranno di competenza del centro, che informerà debitamente e preventivamente il professionista, con un sufficiente anticipo per facilitarne l'organizzazione.

**3. ASSENZE:** in caso di mancata presentazione il giorno di inizio del Master Semipresenziale, lo studente perderà il diritto allo stesso senza possibilità di rimborso o di modifica di date. L'assenza per più di due giorni senza un giustificato motivo/certificato medico comporterà la rinuncia dello studente al tirocinio e, pertanto, la relativa automatica cessazione. In caso di ulteriori problemi durante lo svolgimento del tirocinio, essi dovranno essere debitamente e urgentemente segnalati al tutor accademico.

**4. CERTIFICAZIONE:** lo studente che supererà il Master Semipresenziale riceverà un certificato che attesterà il tirocinio svolto presso il centro in questione.

**5. RAPPORTO DI LAVORO:** il Master Semipresenziale non costituisce alcun tipo di rapporto lavorativo.

**6. STUDI PRECEDENTI:** alcuni centri potranno richiedere un certificato di studi precedenti per la partecipazione al Master Semipresenziale. In tal caso, sarà necessario esibirlo al dipartimento tirocini di TECH affinché venga confermata l'assegnazione del centro prescelto.

**7. NON INCLUDE:** il Master Semipresenziale non includerà nessun elemento non menzionato all'interno delle presenti condizioni. Pertanto, non sono inclusi alloggio, trasporto verso la città in cui si svolge il tirocinio, visti o qualsiasi altro servizio non menzionato.

Tuttavia, gli studenti potranno consultare il proprio tutor accademico per qualsiasi dubbio o raccomandazione in merito. Egli fornirà tutte le informazioni necessarie per semplificare le procedure.

# 08

## Dove posso svolgere il Tirocinio Clinico?

I prestigiosi centri in cui si svolgeranno i tirocini del Master Semipresenziale in Nutrizione Sportiva per Categorie Specifiche sono stati accuratamente selezionati per offrire agli studenti l'opportunità di lavorare con professionisti altamente qualificati ed esperti nel campo della nutrizione sportiva. Lavorare in questi prestigiosi centri permetterà agli studenti di conoscere le ultime tendenze e tecnologie nel campo della nutrizione sportiva e di imparare dai migliori specialisti, consentendo loro di ampliare i propri orizzonti professionali e di sviluppare competenze uniche per migliorare la loro pratica quotidiana.



“

*Partecipa a un programma orientato all'applicazione delle conoscenze acquisite, che ti permetterà di mettere in pratica ciò che hai imparato fin dal primo giorno"*



Gli studenti potranno svolgere il tirocinio di questo Master Semipresenziale presso i segue



**Policlínico HM Moraleja**

Paese	Città
Spagna	Madrid

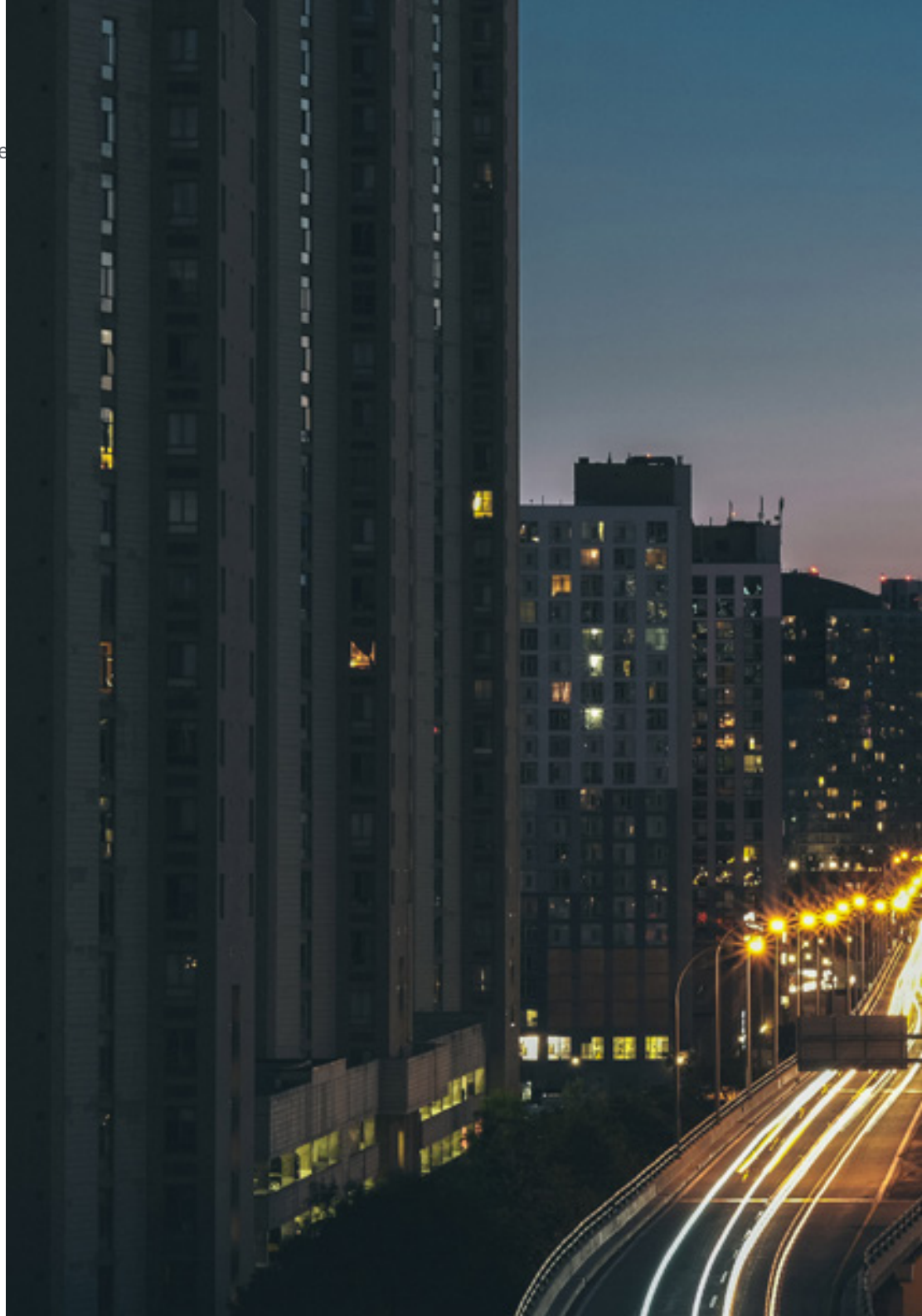
Indirizzo: P.º de Alcobendas, 10, 28109,  
Alcobendas, Madrid

Rete di cliniche private, ospedali e centri specializzati  
distribuiti in tutta la Spagna.

---

**Ambiti pratici di competenza:**

- Medicina Riabilitativa nell'Approccio alla Lesione Cerebrale Acquisita





09

# Metodologia

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

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



“

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

## In TECH applichiamo il Metodo Casistico

Cosa dovrebbe fare un professionista per affrontare una determinata situazione? Durante il programma affronterai molteplici casi clinici simulati ma basati su pazienti reali, per risolvere i quali dovrai indagare, stabilire ipotesi e infine fornire una soluzione. Esistono molteplici prove scientifiche sull'efficacia del metodo. Gli specialisti 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 professionale del medico.



“

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



## Metodologia Relearning

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

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

*Il medico imparerà mediante casi reali e la risoluzione di situazioni complesse in contesti di apprendimento simulati. Queste simulazioni sono sviluppate grazie all'uso di software di ultima generazione per facilitare un apprendimento coinvolgente.*



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

Grazie a questa metodologia abbiamo formato con un successo senza precedenti più di 250.000 medici di tutte le specialità cliniche, indipendentemente dal carico chirurgico. La nostra metodologia pedagogica è stata sviluppata in un contesto molto esigente, con un corpo di studenti universitari di alto profilo socio-economico e un'età media di 43,5 anni.

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

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

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



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



#### Materiali di studio

Tutti i contenuti didattici sono creati appositamente per il corso dagli specialisti che lo impartiranno, per fare in modo che lo sviluppo didattico sia davvero 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 chirurgiche e procedure in video

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



#### Riepiloghi interattivi

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

Questo esclusivo sistema di specializzazione 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.



# 10 Titolo

Il Master Semipresenziale in Nutrizione Sportiva per Categorie Specifiche garantisce, oltre alla preparazione più rigorosa e aggiornata, il conseguimento di una qualifica di Master Semipresenziale rilasciata da TECH Università Tecnologica.



“

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

Questo **Master Semipresenziale in Nutrizione Sportiva per Categorie Specifiche** possiede il programma più completo e aggiornato del panorama professionale e accademico.

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

Oltre alla qualifica, sarà possibile ottenere un certificato e un attestato dei contenuti del programma. A tal fine, sarà necessario contattare il proprio consulente accademico, che fornirà tutte le informazioni necessarie.

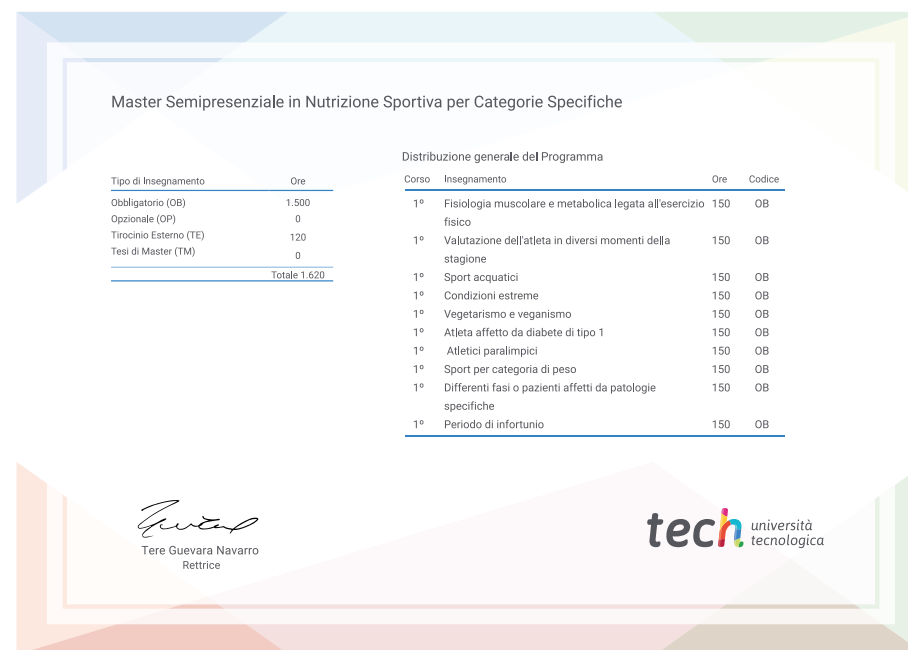
Titolo: **Master Semipresenziale in Nutrizione Sportiva per Categorie Specifiche**

Modalità: **Semipresenziale (Online + Tirocinio Clinico)**

Durata: **12 mesi**

Titolo: **TECH Università Tecnologica**

N° Ore Ufficiali: **1.620 o.**



\*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.





## Master Semipresenziale

### Nutrizione Sportiva per Categorie Specifiche

Modalità: Semipresenziale (Online + Tirocinio Clinico)

Durata: 12 mesi

Titolo: TECH Università Tecnologica

Ore teoriche: 1.620

# Master Semipresenziale

Nutrizione Sportiva per  
Categorie Specifiche

