

Master Semipresenziale

Nutrizione Sportiva





tech università
tecnologica

Master Semipresenziale Nutrizione Sportiva

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

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. 26

07

Tirocinio Clinico

pag. 34

08

Dove posso svolgere
il Tirocinio Clinico?

pag. 40

09

Metodologia

pag. 44

10

Titolo

pag. 52

01

Presentazione

Gli infortuni sono frequenti nell'attività sportiva e la fase di recupero è di vitale importanza per il paziente che desidera tornare al suo livello ottimale di competizione. In questo scenario, il fisioterapista che conosce i processi fisiologici e gli adattamenti del corpo all'alimentazione dell'atleta, è un fattore determinante per il paziente. Di fronte a questa realtà, è stato creato questo programma, composto da una fase teorica 100% online e da un tirocinio presso un centro di riferimento nell'assistenza e nell'orientamento alimentare. Allo stesso modo, in questa qualifica, lo studente ha a disposizione un'équipe didattica specializzata che è un punto di riferimento nel mondo dello sport, la quale lo guiderà in ogni momento nel raggiungimento dei suoi obiettivi.





“

Un Master Semipresenziale con il quale potrai tenerti aggiornato su tutte le ultime novità sull'uso di probiotici e prebiotici nell'ambito della Nutrizione Sportiva"

Proteine, creatina, leucina o omega 3 sono essenziali per il recupero di alcune lesioni subite da un atleta a causa della sua pratica sportiva. Tuttavia, oltre alla supplementazione, gli studi scientifici supportano la pianificazione di diete bilanciate e adatte a ogni disciplina sportiva, al fine di migliorare le prestazioni dell'atleta.

Il fisioterapista professionista, che fa parte di società o club che si dedicano alla cura, assistenza e monitoraggio nutrizionale degli atleti, non può non essere al corrente dei continui progressi nel campo della nutrizione e dell'alimentazione, data l'alta competitività che esiste nel mondo dello sport. Per questo motivo, TECH ha progettato questo Master Semipresenziale in Nutrizione Sportiva, che risponde alle esigenze degli stessi specialisti, i quali richiedono informazioni aggiornate e direttamente applicabili alla loro pratica quotidiana.

Questo programma offre una fase teorica impartita esclusivamente online, in cui gli studenti possono conoscere le ultime tendenze in materia di nutrizione, la valutazione nutrizionale dell'atleta, l'adattamento della dieta in base all'infortunio e alla disciplina, nonché i diversi problemi psicologici legati all'alimentazione. A tal fine, sono disponibili risorse multimediali innovative a cui si può accedere in qualsiasi momento della giornata da un dispositivo elettronico dotato di connessione internet.

Inoltre, questo periodo di aggiornamento delle conoscenze è completato da un tirocinio presso un centro di riferimento, dove gli studenti saranno accompagnati da altri professionisti del mondo della Nutrizione Sportiva, che li guideranno e tutoreranno in ogni momento.

Questo programma, pertanto, rappresenta un'eccellente opportunità per gli specialisti che desiderano tenersi aggiornati in questo campo grazie a una qualifica flessibile e di qualità, all'avanguardia dal punto di vista accademico.

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

- ♦ Sviluppo di oltre 100 casi clinici presentati da professionisti della nutrizione esperti nell'assistenza nutrizionale di atleti di alto livello
- ♦ Contenuti grafici, schematici ed eminentemente pratici che forniscono informazioni scientifiche e sanitarie riguardo alle discipline essenziali per l'esercizio della professione
- ♦ Piani completi per un'azione sistematizzata per affrontare i problemi del settore sanitario
- ♦ Presentazione di workshop pratici in Nutrizione Clinica
- ♦ Sistema di apprendimento interattivo basato su algoritmi per prendere decisioni su situazioni determinate
- ♦ Guide di pratiche cliniche sull'approccio a diverse patologie
- ♦ Particolare attenzione sulle tendenze della nutrizione e sulle nuove patologie
- ♦ 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 clinico presso uno dei migliori centri di assistenza agli sportivi



Sarai consapevole di come utilizzare correttamente gli ausili ergogenici negli atleti infortunati"

“

Avrai a disposizione una biblioteca di risorse multimediali a cui potrai accedere facilmente dal tuo computer con una connessione internet"

In questa proposta di Master, di natura professionale e in modalità semipresenziale, il programma è rivolto all'aggiornamento dei professionisti infermieri che svolgono le loro funzioni in centri ad alta performance, clinici o ospedalieri, e che richiedono un elevato livello di qualificazione. I contenuti sono basati sulle ultime evidenze scientifiche, e orientati in modo didattico per integrare le conoscenze teoriche nella pratica infermieristica, e gli elementi teorico-pratici faciliteranno l'aggiornamento delle conoscenze e permetteranno 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 su Problemi, mediante il quale lo specialista deve cercare di risolvere le diverse situazioni che gli si presentano durante il corso. Lo studente potrà usufruire di un innovativo sistema di video interattivi creati da esperti di rinomata fama.

Il personale docente specializzato di questo Master Semipresenziale ti offre casi di studio che sarai in grado di applicare in situazioni reali.

In questo programma potrai approfondire le recenti novità sugli alimenti biologici e transgenici inseriti nella dieta degli sportivi.



02

Perché iscriversi a questo Master Semipresenziale?

I progressi guidati dagli studi scientifici che si occupano di nutrizione hanno portato a progressi significativi in questo settore, dove i professionisti della fisioterapia contribuiscono notevolmente con le loro conoscenze al recupero dei pazienti. Nel campo della Nutrizione Sportiva, in particolare, è altrettanto importante conoscere i concetti teorici quanto integrarli nella pratica per affrontare gli infortuni. Per questo motivo, TECH ha creato questa qualifica, che fornisce gli sviluppi più recenti in materia di probiotici, prebiotici o nutrigenetica, in un quadro teorico che si completa grazie a un tirocinio presso un centro prestigioso. Lo studente avrà così un'ampia visione dell'attuale panorama della nutrizione sportiva, guidato dai migliori esperti del settore.





“

Accedi ad ambienti clinici reali grazie ad una qualifica che ti fornisce una visione attuale e completa della Nutrizione Sportiva"

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

Nel campo delle competizioni di alto livello, le nuove tecnologie hanno rivoluzionato l'allenamento degli atleti, ma allo stesso tempo hanno portato una maggiore precisione nei programmi nutrizionali e nell'analisi della dieta. Per questo motivo, e con l'obiettivo principale di avvicinare i professionisti agli ultimi progressi in questo campo, TECH ha progettato tale qualifica, in cui lo studente aggiornerà le proprie conoscenze grazie ad un piano di studi avanzato durante un tirocinio di 3 settimane al fianco di un eccellente team di professionisti del settore. Verranno così presentate le tecnologie e i metodi più innovativi nel campo della Nutrizione Sportiva.

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

In questo processo, il professionista non sarà solo, poiché avrà a disposizione un'équipe didattica specializzata che lo guiderà, in primo luogo con il piano di studi di questa qualifica, e successivamente sarà assistito da uno specialista del centro in cui si svolgerà la fase pratica. Inoltre, sarà possibile applicare i concetti in uno scenario reale, con pazienti sportivi che richiedono i trattamenti nutrizionali più avanzati.

3. Accesso ad ambienti clinici di eccellenza

Questa istituzione mantiene una filosofia basata sull'offerta della massima qualità in tutti i suoi titoli di studio. Per questo motivo, viene effettuata una selezione rigorosa sia dei professionisti che lo impartiscono, sia dei centri in cui il professionista svolgerà un tirocinio. Allo studente viene così garantito l'accesso a un ambiente di eccellenza e un aggiornamento avanzato delle proprie conoscenze nel campo della Nutrizione Sportiva.





4. Combinare la migliore teoria con la pratica più avanzata

TECH irrompe sulla scena accademica con una qualifica che combina perfettamente un quadro teorico 100% online, accessibile in modo flessibile, con un tirocinio pratico presso un centro prestigioso. Il professionista che frequenta questo programma potrà così combinare le sue attività quotidiane con una preparazione di eccellenza. Inoltre, durante questo periodo, lo studente non sarà solo, poiché avrà a disposizione un eccellente team di insegnanti e professionisti che fanno parte dell'ente in cui svolgerà la fase pratica. Il tutto, inoltre, in un periodo di 12 mesi.

5. Ampliare le frontiere della conoscenza

TECH offre con questa qualifica un panorama ampio e completo della Nutrizione Sportiva. Conoscenze rinnovate, con metodi e procedure che il professionista potrà integrare nella propria pratica, grazie al tutoraggio ricevuto da professionisti specializzati, che hanno fatto parte di centri clinici ed enti sportivi di altissimo livello. Un'opportunità unica che solo questa istituzione accademica può offrire.

“

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

03

Obiettivi

Grazie alle risorse didattiche multimediali, il professionista che si iscrive a questa qualifica sarà in grado di acquisire le conoscenze aggiornate sulla Nutrizione Sportiva che sta cercando in un formato molto più interessante. Inoltre, il tirocinio faciliterà l'applicazione diretta di tutte le informazioni teoriche ricevute nel corso di questo programma online. Non sarà solo in questo processo, perché il personale docente di TECH lo guiderà in ogni momento affinché possa raggiungere con successo i suoi obiettivi.



“

Grazie all'aiuto di veri esperti di Nutrizione Sportiva, potrai ottenere le conoscenze aggiornate che cerchi in questo campo"



Obiettivo generale

- Il Master Semipresenziale in Nutrizione Sportiva offre allo specialista l'opportunità di aggiornare le proprie conoscenze con l'aiuto di professionisti della salute con una vasta esperienza nel mondo dello sport. Così, durante lo sviluppo di questa qualifica, gli studenti saranno in grado di identificare le principali novità in materia di nutrigenomica e nutrigenetica, di essere aggiornati sulle tecniche e sui prodotti di supporto nutrizionale di base e avanzato o di conoscere le attuali normative antidoping

“

*Approfondisci l'equilibrio
nutrizionale e la sua importanza per
gli atleti in fase di riabilitazione"*





Obiettivi specifici

Modulo 1. Nuovi progressi in alimentazione

- ♦ Analizzare i diversi metodi di valutazione dello stato nutrizionale
- ♦ Interpretare e integrare i dati antropometrici, clinici, biochimici, ematologici, immunologici e farmacologici nella valutazione nutrizionale del paziente e nel suo trattamento dietetico-nutrizionale

Modulo 2. Tendenze attuali in nutrizione

- ♦ Individuazione e valutazione precoce delle deviazioni quantitative e qualitative dall'equilibrio nutrizionale per eccesso o carenza, sia quantitativa che qualitativa
- ♦ Descrivere la composizione e gli usi dei nuovi alimenti

Modulo 3. Valutazione dello stato nutrizionale e della dieta Attuazione nella pratica

- ♦ Spiegare le diverse tecniche e i prodotti di supporto nutrizionale di base e avanzato relativi alla nutrizione del paziente
- ♦ Definire l'uso corretto degli ausili ergogenici

Modulo 4. Alimentazione nell'attività sportiva

- ♦ Identificare i disturbi psicologici legati allo sport e all'alimentazione

Modulo 5. 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 eseguito
- ♦ Approfondire l'integrazione dei diversi sistemi energetici che compongono il metabolismo energetico muscolare

Modulo 6. 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 7. 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 8. Alimentazione per la riabilitazione e il recupero funzionale

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





Modulo 9. Dieta, salute e prevenzione delle malattie: problemi attuali e raccomandazioni per la popolazione generale

- ♦ Analizzare le abitudini alimentari dei pazienti, i loro problemi e la loro motivazione
- ♦ Aggiornare le raccomandazioni nutrizionali basate sull'evidenza scientifica per la loro applicazione nella pratica clinica
- ♦ Educare alla progettazione di strategie di educazione nutrizionale e di assistenza ai pazienti

Modulo 10. Valutazione dello stato nutrizionale e calcolo di piani nutrizionali personalizzati, raccomandazioni e follow-up

- ♦ Adeguare valutazione del caso clinico, interpretazione delle cause e dei rischi
- ♦ Realizzare piani nutrizionali personalizzati tenendo conto di tutte le variabili individuali
- ♦ Pianificare piani e modelli nutrizionali per una raccomandazione completa e pratica

04 Competenze

Questa qualifica migliora le competenze e le abilità degli studenti che la conseguono. Questo è possibile, in gran parte, grazie ai casi clinici presentati dai professionisti che impartiscono questa qualifica. Così, in maniera molto più pratica, gli studenti saranno in grado di approcciare situazioni e metodi che potranno poi integrare nelle loro prestazioni professionali quotidiane. Il tutto con l'obiettivo di facilitare l'aggiornamento delle conoscenze in un settore della nutrizione fondamentale per gli sportivi.



“

Un programma che ti introdurrà alle più recenti tecniche e metodi utilizzati nella pianificazione delle diete in base alle caratteristiche di ciascun paziente"



Competenze generali

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

“

Grazie a questa qualifica, migliorerai le tue competenze nella pianificazione nutrizionale per gli sportivi di alto livello"





Competenze specifiche

- ♦ Valutare lo stato nutrizionale di un paziente
- ♦ Identificare i problemi nutrizionali dei pazienti e applicare i trattamenti e le diete più appropriate in ogni caso
- ♦ Conoscere le composizioni degli alimenti, identificare la loro utilità e incorporarli alle diete dei pazienti che ne hanno bisogno
- ♦ Cercare aiuto per i pazienti affetti da disturbi psicologici derivanti dallo sport e dall'alimentazione
- ♦ Rimanere aggiornati sulla sicurezza alimentare ed essere consapevoli dei potenziali rischi alimentari
- ♦ Identificare i benefici della dieta mediterranea
- ♦ Identificare i bisogni energetici degli sportivi e fornire loro diete adeguate

05

Direzione del corso

Una direzione e un personale docente altamente qualificati e rinomati si occuperanno della didattica di questa qualifica Semipresenziale, a cui gli studenti potranno accedere 24 ore su 24, da qualsiasi dispositivo elettronico. Così, grazie alle conoscenze e alla vasta esperienza professionale del personale docente, gli studenti otterranno le informazioni più recenti e aggiornate sulla Nutrizione Sportiva.



“

Avrai a disposizione un rinomato personale docente, che ti avvicinerà agli ultimi sviluppi della nutrigenetica e della nutrigenomica applicate agli sportivi"

International Guest Director

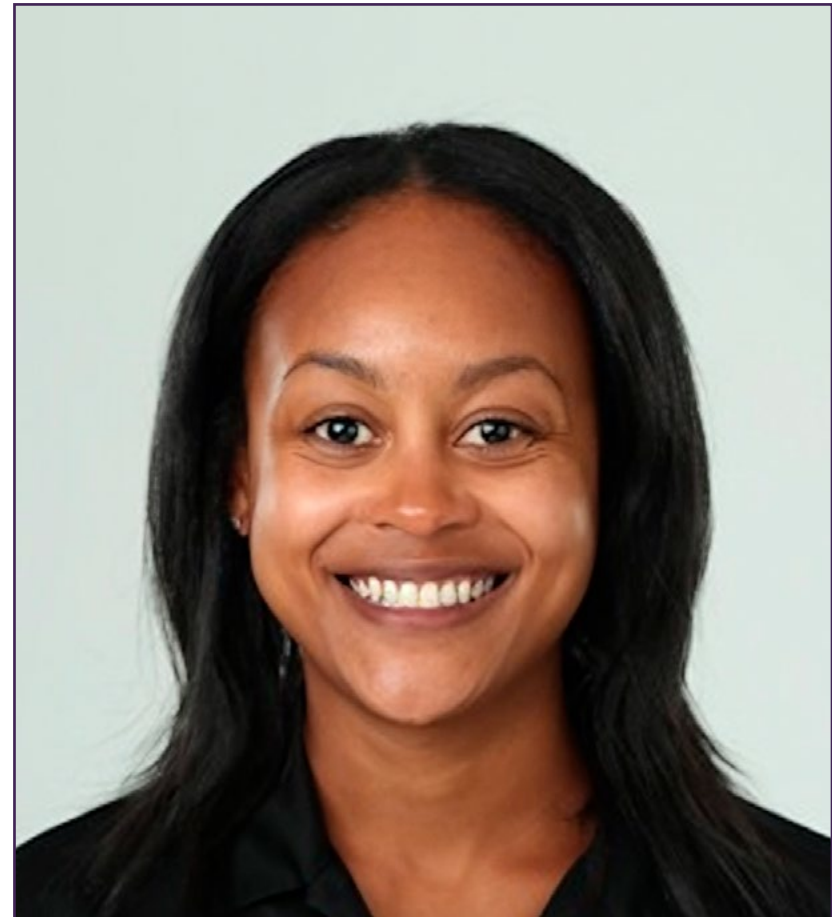
Shelby Johnson has a distinguished career as a Sports Nutritionist, specializing in college sports in the United States. In fact, her experience and specific knowledge in this area have been key in her goal of contributing to the best performance of high performance athletes.

As Director of Sports Nutrition at Duke University, she has provided nutritional and health assistance to student athletes. In addition, she has served on the nutritionist staff at the University of Missouri and on the University of Florida soccer, lacrosse and women's basketball teams.

Likewise, her commitment to offer young athletes the best nutritional advice during their training and competitions has led her to perform a remarkable work in this professional field. In this way, in order to guarantee the best attention to athletes, she has been in charge of performing body composition analysis and building personalized plans, according to each person's objective. She has also guided athletes on the most appropriate diets for their physical efforts, in order to contribute to their full performance and avoid health problems.

During her professional career, Shelby Johnson has worked in sports nutrition, and her ability to adapt to different disciplines has allowed her to broaden her areas of expertise and offer much more precise attention.

As such, thanks to its training and experience, it has created a Food Sensitivity Policy for Sports Health, seeking to highlight the relevance of proper nutrition for health. Therefore, her goal has always been to disseminate any information that helps athletes to become aware of the best nutrients, vitamins and foods to achieve their goals.



Dña. Johnson, Shelby

- Director of Sports Nutrition at Duke University, Durham, U.S.A.
- Nutrition Consultant
- Nutritionist for the soccer, lacrosse and women's basketball teams at the University of Florida.
- Specialist in Sports Nutrition
- Master's Degree in Applied Physiology and Kinesiology from the University of Florida.
- Bachelor's Degree in Dietetics from Lipscomb University

“

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

Direttore Ospite



Dott. Pérez Ayala, Enrique

- ♦ Responsabile del Servizio di Medicina dello Sport della Policlínica Gipuzkoa
- ♦ Laurea in Medicina presso l'Università Autonoma di Barcellona
- ♦ Master in Valutazione delle Lesioni Corporali
- ♦ Esperto in Biologia e Medicina dello Sport presso l'Università Pierre et Marie Curie
- ♦ Ex responsabile della Sezione di Medicina dello Sport presso la Real Sociedad de Fútbol
- ♦ Membro di: Associazione Spagnola dei Medici delle Squadre di Calcio, Federazione Spagnola di Medicina dello Sport, Società Spagnola di Medicina Aerospaziale

Docenti invitati

Dott.ssa Aldalur Mancisidor, Ane

- ♦ Dietista Specializzata in Nutrizione a Base Vegetale
- ♦ Laurea in Infermieristica
- ♦ Laurea Specialistica Tecnica in Dietetica e Nutrizione presso Cebanc
- ♦ Esperta in Disturbi Alimentari e Nutrizione Sportiva
- ♦ Membro dello Studio di Dietetica e del Servizio Sanitario Basco

Dott.ssa Urbeltz, Uxue

- ♦ Istruttrice BPX, Ente sportivo di San Sebastian
- ♦ Dietista presso la Policlinica Gipuzkoa
- ♦ Laurea Specialistica in Dietetica e Nutrizione
- ♦ Laurea in Ingegneria dell'Innovazione nei Processi e Prodotti Alimentari presso l'Università Pubblica di Navarra
- ♦ Post-laurea online in Microbiota presso Regenera
- ♦ Certificata in Antropometria ISAK Livello 1 presso The International Society for the Advancement of Kinanthropometry (ISAK)



“

*Un personale docente specializzato
si occuperà di rispondere a tutte le tue
domande sul programma di studio di
questa qualifica"*

06

Struttura e contenuti

Il metodo di *Relearning*, basato sulla reiterazione dei contenuti, porterà gli studenti di questo programma a seguire il piano di studi in maniera molto più naturale e progressiva. Questo faciliterà l'aggiornamento delle sue conoscenze in materia di Nutrizione Sportiva e ridurrà anche il numero di ore di studio necessarie. Inoltre, video riassuntivi di ogni argomento, video dettagliati, diagrammi, letture specialistiche e casi di studio completeranno le informazioni e renderanno il programma di questo Master Semipresenziale molto più interessante.



“

Le pillole multimediali ti porteranno a ottenere le ultime informazioni sulla Nutrizione Sportiva in maniera molto più dinamica e attraente"

Modulo 1. Nuovi progressi in alimentazione

- 1.1 Basi molecolari della nutrizione
- 1.2 Aggiornamento sulla composizione degli alimenti
- 1.3 Tabelle di composizione degli alimenti e banche dati nutrizionali
- 1.4 Sostanze fitochimiche e composti non nutritivi
- 1.5 Nuovi alimenti
 - 1.5.1. Nutrienti funzionali e composti bioattivi
 - 1.5.2. Probiotici, prebiotici e simbiotici
 - 1.5.3. Qualità e pianificazione
- 1.6 Alimenti biologici
- 1.7 Alimenti transgenici
- 1.8 L'acqua come nutriente
- 1.9 Sicurezza alimentare
 - 1.9.1. Pericoli fisici
 - 1.9.2. Pericoli chimici
 - 1.9.3. Pericoli microbiologici
- 1.10 Nuova etichettatura degli alimenti e informazioni ai consumatori
- 1.11 Fitoterapia applicata alle patologie nutrizionali

Modulo 2. Tendenze attuali in nutrizione

- 2.1 Nutrigenetica
- 2.2 Nutrigenomica
 - 2.2.1. Fondamenti
 - 2.2.2. Metodi
- 2.3 Immunonutrizione
 - 2.3.1. Interazioni nutrizione-immunità
 - 2.3.2. Antiossidanti e funzione immunitaria
- 2.4 Regolazione fisiologica dell'alimentazione: Appetito e sazietà
- 2.5 Psicologia e alimentazione
- 2.6 Nutrizione e sonno
- 2.7 Aggiornamento sugli obiettivi nutrizionali e le assunzioni raccomandate
- 2.8 Nuove evidenze sulla dieta mediterranea





Modulo 3. Valutazione dello stato nutrizionale e della dieta: attuazione nella pratica

- 3.1 Bioenergetica e nutrizione
 - 3.1.1. Fabbisogno energetico
 - 3.1.2. Metodi di valutazione del consumo energetico
- 3.2 Valutazione dello stato nutrizionale
 - 3.2.1. Analisi della composizione corporea
 - 3.2.2. Diagnosi clinica Sintomi e segni
 - 3.2.3. Metodi biochimici, ematologici e immunologici
- 3.3 Analisi del livello di assunzione
 - 3.3.1. Metodi di analisi dell'assunzione di alimenti e nutrienti
 - 3.3.2. Metodi diretti e indiretti
- 3.4 Aggiornarsi sui bisogni nutrizionali e sulle assunzioni raccomandate
- 3.5 Alimentazione nell'adulto sano: Obiettivi e linee guida Dieta Mediterranea
- 3.6 Alimentazione durante la menopausa
- 3.7 Alimentazione negli anziani

Modulo 4. Alimentazione nell'attività sportiva

- 4.1 Fisiologia dell'esercizio
- 4.2 Adattamento fisiologico a diversi tipi di esercizio
- 4.3 Adattamento metabolico all'esercizio: Regolazione e controllo
- 4.4 Valutazione del fabbisogno energetico e dello stato nutrizionale di chi fa attività sportiva
- 4.5 Valutazione della capacità fisica di chi fa attività sportiva
- 4.6 La nutrizione nelle diverse fasi della pratica sportiva
 - 4.6.1. Pre-gara
 - 4.6.2. Durante la gara
 - 4.6.3. Dopo la gara
- 4.7 Idratazione
 - 4.7.1. Regolazione e bisogni
 - 4.7.2. Tipi di bevande

- 4.8 Pianificazione alimentare adattata alle attività sportive
- 4.9 Aiuti ergogenici del panorama attuale
 - 4.9.1 Raccomandazioni AMA
 - 4.10 La nutrizione durante il recupero dagli infortuni sportivi
- 4.11 Disturbi psicologici legati alla pratica sportiva
 - 4.11.1 Disturbi alimentari: vigoressia, ortoressia, anoressia
 - 4.11.2 Affaticamento da sovraccarico
 - 4.11.3 La triade dell'atleta donna
- 4.12 Il ruolo del coach nella performance sportiva

Modulo 5. Fisiologia muscolare e metabolica legata all'esercizio fisico

- 5.1 Adattamenti cardiovascolari legati all'esercizio fisico
 - 5.1.1 Aumento del volume sistolico
 - 5.1.2 Diminuzione del ritmo cardiaco
- 5.2 Adattamenti ventilatori legati all'esercizio fisico
 - 5.2.1 Cambiamenti nel volume ventilatorio
 - 5.2.2 Cambiamenti nel consumo di ossigeno
- 5.3 Adattamenti ormonali legati all'esercizio fisico
 - 5.3.1 Cortisolo
 - 5.3.2 Testosterone
- 5.4 Struttura del muscolo e tipi di fibre muscolari
 - 5.4.1 La fibra muscolare
 - 5.4.2 Fibra muscolare di tipo I
 - 5.4.3 Fibra muscolare di tipo II
- 5.5 Concetto di soglia anaerobica
- 5.6 ATP e metabolismo del fosfagene
 - 5.6.1 Percorsi metabolici per la sintesi di ATP durante l'esercizio
 - 5.6.2 Metabolismo dei fosfageni
- 5.7 Metabolismo dei carboidrati
 - 5.7.1 Mobilitazione dei carboidrati durante l'esercizio
 - 5.7.2 Tipi di glicolisi

- 5.8 Metabolismo dei lipidi
 - 5.8.1 Lipolisi
 - 5.8.2 Ossidazione dei grassi durante l'esercizio
 - 5.8.3 Corpi chetonici
- 5.9 Metabolismo delle proteine
 - 5.9.1 Metabolismo dell'ammonio
 - 5.9.2 Ossidazione degli aminoacidi
- 5.10 Bioenergetica mista delle fibre muscolari
 - 5.10.1 Fonti di energia e la loro relazione con l'esercizio
 - 5.10.2 Fattori che determinano l'uso dell'una o dell'altra fonte di energia durante l'esercizio

Modulo 6. Vegetarismo e veganismo

- 6.1 Vegetarismo e veganismo nella storia dello sport
 - 6.1.1 Origini del veganismo nello sport
 - 6.1.2 Atleti vegetariani oggi
- 6.2 Diversi tipi di alimentazione vegetariana
 - 6.2.1 Atleta vegano
 - 6.2.2 Atleta vegetariano
- 6.3 Errori comuni dell'atleta vegano
 - 6.3.1 Bilancio energetico
 - 6.3.2 Assunzione di proteine
- 6.4 Vitamina B12
 - 6.4.1 Supplemento di B12
 - 6.4.2 Biodisponibilità dell'alga spirulina
- 6.5 Fonti proteiche nelle diete vegane/vegetariane
 - 6.5.1 Qualità delle proteine
 - 6.5.2 Sostenibilità ambientale
- 6.6 Altri nutrienti chiave nei vegani
 - 6.6.1 Conversione di ALA in EPA/DHA
 - 6.6.2 Fe, Ca, Vit-D e Zn

- 6.7 Valutazione biochimica/carenze nutrizionali
 - 6.7.1. Anemia
 - 6.7.2. Sarcopenia
- 6.8 Dieta vegana vs Dieta onnivora
 - 6.8.1. Alimentazione evolutiva
 - 6.8.2. Alimentazione attuale
- 6.9 Aiuti ergogenici
 - 6.9.1. Creatina
 - 6.9.2. Proteina vegetale
- 6.10 Fattori che diminuiscono l'assorbimento dei nutrienti
 - 6.10.1. Alta assunzione di fibre
 - 6.10.2. Ossalati

Modulo 7. Differenti fasi o pazienti affetti da patologie specifiche

- 7.1 Nutrizione nelle donne sportive
 - 7.1.1. Fattori limitanti
 - 7.1.2. Requisiti
- 7.2 Ciclo mestruale
 - 7.2.1. Fase luteale
 - 7.2.2. Fase follicolare
- 7.3 Triade
 - 7.3.1. Amenorrea
 - 7.3.2. Osteoporosi
- 7.4 Nutrizione nelle donne sportive in gravidanza
 - 7.4.1. Requisiti energetici
 - 7.4.2. Micronutrienti
- 7.5 Effetti dell'esercizio fisico sul bambino atleta
 - 7.5.1. Allenamento di forza
 - 7.5.2. Allenamento di resistenza
- 7.6 Educazione nutrizionale per il bambino atleta
 - 7.6.1. Zucchero
 - 7.6.2. TCA

- 7.7 Requisiti nutrizionali per il bambino atleta
 - 7.7.1. Carboidrati
 - 7.7.2. Proteine
- 7.8 Cambiamenti associati all'invecchiamento
 - 7.8.1. % Grasso corporeo
 - 7.8.2. Massa muscolare
- 7.9 Principali problemi dell'atleta anziano
 - 7.9.1. Articolazioni
 - 7.9.2. Salute cardiovascolare
- 7.10 Integrazione interessante per gli atleti anziani
 - 7.10.1. Whey protein
 - 7.10.2. Creatina

Modulo 8. Alimentazione per la riabilitazione e il recupero funzionale

- 8.1 Alimentazione integrale come elemento chiave nella prevenzione e nel recupero dagli infortuni
- 8.2 Carboidrati
- 8.3 Proteine
- 8.4 Grassi
 - 8.4.1. Saturi
 - 8.4.2. Insaturi
 - 8.4.2.1. Monoinsaturi
 - 8.4.2.2. Polinsaturi
- 8.5 Vitamine
 - 8.5.1. Idrosolubili
 - 8.5.2. Liposolubili
- 8.6 Minerali
 - 8.6.1. Macrominerali
 - 8.6.2. Microminerali
- 8.7 Fibra
- 8.8 Acqua
- 8.9 Fitochimici
 - 8.9.1. Fenoli
 - 8.9.2. Tioli
 - 8.9.3. Terpeni
- 8.10 Integratori alimentari per la prevenzione e il recupero funzionale

Modulo 9. Dieta, salute e prevenzione di malattie: Problemi attuali e Raccomandazioni per la popolazione generale

- 9.1 Abitudini alimentari nella popolazione odierna e rischi per la salute
- 9.2 Dieta mediterranea e sostenibile
 - 9.2.1. Modello di alimentazione consigliato
- 9.3 Confronto dei modelli alimentari o "diete"
- 9.4 Nutrizione nei vegetariani
- 9.5 Infanzia e adolescenza
 - 9.5.1. Alimentazione, crescita e sviluppo
- 9.6 Adulti
 - 9.6.1. Nutrizione per migliorare la qualità di vita
 - 9.6.2. Prevenzione
 - 9.6.3. Trattamento della malattia
- 9.7 Raccomandazioni in gravidanza e durante l'allattamento
- 9.8 Raccomandazioni in menopausa
- 9.9 Maggiore età
 - 9.9.1. Nutrizione nell'invecchiamento
 - 9.9.2. Cambiamenti nella composizione corporea
 - 9.9.3. Alterazioni
 - 9.9.4. Malnutrizione



9.10 Nutrizione sportiva

Modulo 10. Valutazione dello stato nutrizionale e calcolo di piani nutrizionali personalizzati, raccomandazioni e follow-up

- 10.1 Storia clinica e contesto
 - 10.1.1. Variabili individuali che influenzano la risposta del piano nutrizionale
- 10.2 Antropometria e composizione corporea
- 10.3 Valutazione delle abitudini alimentari
 - 10.3.1. Valutazione nutrizionale del consumo di cibo
- 10.4 Equipe interdisciplinare e circuiti terapeutici
- 10.5 Calcolo dell'apporto energetico
- 10.6 Calcolo delle assunzioni di macro e micronutrienti raccomandate
- 10.7 Quantità e frequenza di consumo degli alimenti raccomandate
 - 10.7.1. Modelli alimentari
 - 10.7.2. Pianificazione
 - 10.7.3. Distribuzione delle assunzioni giornaliere
- 10.8 Modelli di pianificazione alimentare
 - 10.8.1. Diete settimanali
 - 10.8.2. Assunzione giornaliera
 - 10.8.3. Metodologia per scambi alimentari
- 10.9 Nutrizione ospedaliera
 - 10.9.1. Modelli di dieta
 - 10.9.2. Algoritmi decisionali
- 10.10 Educazione
 - 10.10.1. Aspetti psicologici

“

Questo Master Semipresenziale ti introdurrà ai progressi ottenuti negli ultimi anni nel campo dell'immunonutrizione"



07

Tirocinio Clinico

Una delle caratteristiche di questo Master Semipresenziale è il tirocinio pratico, che permette agli studenti di lavorare a fianco di professionisti del settore della nutrizione. Durante questo periodo, lo studente sarà in grado di applicare le informazioni più aggiornate ricevute durante la fase teorica 100% online e di completare così questa qualifica.





“

Potrai ottenere il massimo da questa qualifica grazie al tirocinio di 3 settimane presso un centro di riferimento nell'ambito della Nutrizione Sportiva"

Il periodo di Tirocinio di questo programma di Nutrizione Sportiva per fisioterapisti consiste in un periodo di 3 settimane presso un centro di riferimento nei servizi nutrizionali per gli sportivi. Così, dal lunedì al venerdì, gli studenti potranno applicare le conoscenze acquisite durante la fase teorica.

In questa fase, lo studente non sarà solo, perché personale altamente qualificato lo guiderà in ogni momento, affinché possa ottenere le informazioni più rilevanti sulle cure e i consigli che ogni atleta dovrebbe adottare in materia di alimentazione in base alle sue caratteristiche fisiche, alla disciplina che sta sviluppando e al momento della competizione in cui si trova. Inoltre, un membro del personale docente di TECH supervisionerà che gli studenti ricevano le competenze e le abilità necessarie per raggiungere i loro obiettivi.

In questa proposta, le attività sono finalizzate a perfezionare i metodi utilizzati per l'analisi dei nuovi alimenti, la loro valutazione in base alle esigenze di ciascun paziente, le linee guida indicate per la pianificazione di una dieta e l'importanza dei fattori psicologici dell'atleta.

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 infermieristica clinica (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
Nuovi metodi di alimentazione nella Nutrizione Sportiva	Valutare la raccomandazione di nuovi alimenti, sulla base della loro composizione per migliorare le prestazioni dell'atleta
	Adattare la dieta dell'atleta con alimenti biologici come metodo di prevenzione degli infortuni
	Indicare il consumo di alimenti transgenici nell'atleta
	Informare l'atleta dei benefici e degli svantaggi del consumo di determinati alimenti in base alla loro composizione nutrizionale
Applicazione delle nuove tendenze nella Nutrizione Sportiva	Applicare i principi della nutrigenetica per migliorare le prestazioni degli atleti
	Utilizzare le tecniche di nutrigenomica per prevenire l'insorgenza di malattie legate a una scorretta alimentazione
	Indicare la dieta per rafforzare il sistema immunitario dell'atleta grazie all'alimentazione
	Decidere gli alimenti per ottenere la regolazione fisiologica dell'atleta
	Analizzare il rapporto emotivo dell'atleta con l'assunzione di cibo
Valutazione dello stato nutrizionale e della dieta dell'atleta	Indicare una dieta che favorisca la regolazione del sonno
	Partecipare all'analisi della bioenergetica e della nutrizione
	Controllare lo stato nutrizionale del paziente nelle diverse fasi dell'età
	Valutare l'apporto giornaliero del paziente ed eventuali variazioni dietetiche.
Alimentazione nell'attività sportiva	Valutare l'alimentazione nell'adulto sano e nella donna in menopausa
	Verificare l'adattamento fisiologico e metabolico ai diversi tipi di esercizio
	Partecipare alla valutazione del fabbisogno energetico e dello stato nutrizionale dell'atleta
	Accompagnare lo specialista nella valutazione della capacità fisica dell'atleta
	Applicare l'analisi dell'alimentazione e dell'idratazione nelle diverse fasi della pratica sportiva
Collaborare alla pianificazione della dieta adattata alle modalità sportive e al recupero degli infortuni	

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. MANCATA PRESENTAZIONE: 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?

Il professionista che accede a questo Master Semipresenziale potrà svolgere un tirocinio pratico presso un'azienda del settore della Nutrizione Sportiva, accuratamente selezionata da TECH, la quale cerca di garantire agli studenti un insegnamento di altissima qualità e di soddisfare i loro obiettivi di aggiornamento in questo campo. Inoltre, durante questo tirocinio, gli studenti avranno un'esperienza molto più ravvicinata con pazienti reali, che permetterà loro di applicare tutte le informazioni ricevute nella fase teorica di questo programma.





“

In 3 settimane sarà possibile applicare tutte le conoscenze aggiornate ricevute nella fase teorica di questo Master Semipresenziale"



Gli studenti potranno svolgere il tirocinio di questo Master Semipresenziale presso i seguenti centri:



Fisioterapia

Prosystem Nutrición

Paese Città
Spagna Madrid

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

Clinica incentrata sull'attività fisica e sulla
pianificazione nutrizionale

Ambiti pratici di competenza:

- Nutrizione Sportiva
- Nutrizione Sportiva per Infermieristica



Fisioterapia

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



Fisioterapia

Policlínico HM Matogrande

Paese Città
Spagna La Coruña

Indirizzo: R. Enrique Mariñas Romero, 32G, 2º,
15009, A Coruña

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

Ambiti pratici di competenza:

- Fisioterapia Sportiva
- Malattie Neurodegenerative



Fisioterapia

Sabier Fisiomedic

Paese Città
Spagna Madrid

Indirizzo: C. María Zambrano, 3, Local
8-9, 28522 Rivas-Vaciamadrid, Madrid

Centro specializzato in Fisioterapia, Osteopatia,
Medicina Estetica, Podologia, Biomeccanica, Estetica
del viso e del corpo

Ambiti pratici di competenza:

- Diagnosi in Fisioterapia
- Fisioterapia Sportiva





Fisioterapia

Nutriperformance

Paese Città
Messico Città del Messico

Indirizzo: Av. Toluca 585-Local 6, Olivar de los Padres, Álvaro Obregón, 01780 Ciudad de México, CDMX

Team di Nutrizionisti specializzati con una vasta esperienza in un'ampia gamma di discipline sportive

Ambiti pratici di competenza:

- Nutrizione Sportiva per Fisioterapisti
- Nutrizione Sportiva



Cogli questa opportunità per circondarti di professionisti esperti e nutrirti della loro metodologia di lavoro"

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 Gérvas, il caso clinico è una presentazione con osservazioni del paziente, o di un gruppo di pazienti, che diventa un "caso", un esempio o un modello che illustra qualche componente clinica particolare, sia per il suo potenziale didattico che per la sua singolarità o rarità. È essenziale che il caso 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

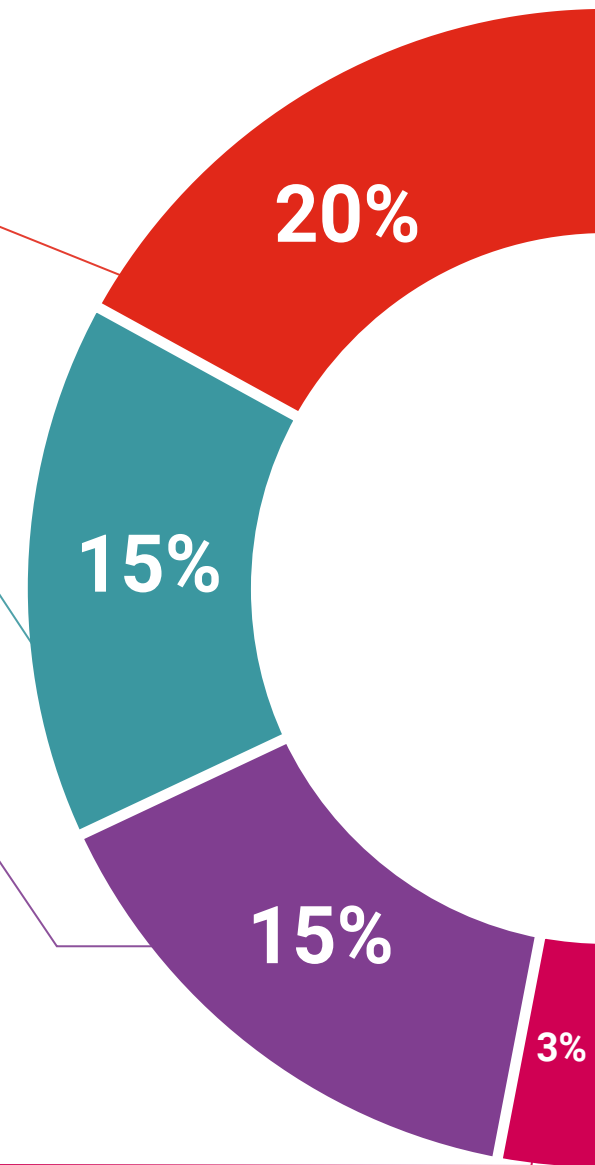
Il team di TECH presenta i contenuti in modo accattivante e dinamico in pillole multimediali che includono audio, video, immagini, diagrammi e mappe concettuali per consolidare la conoscenza.

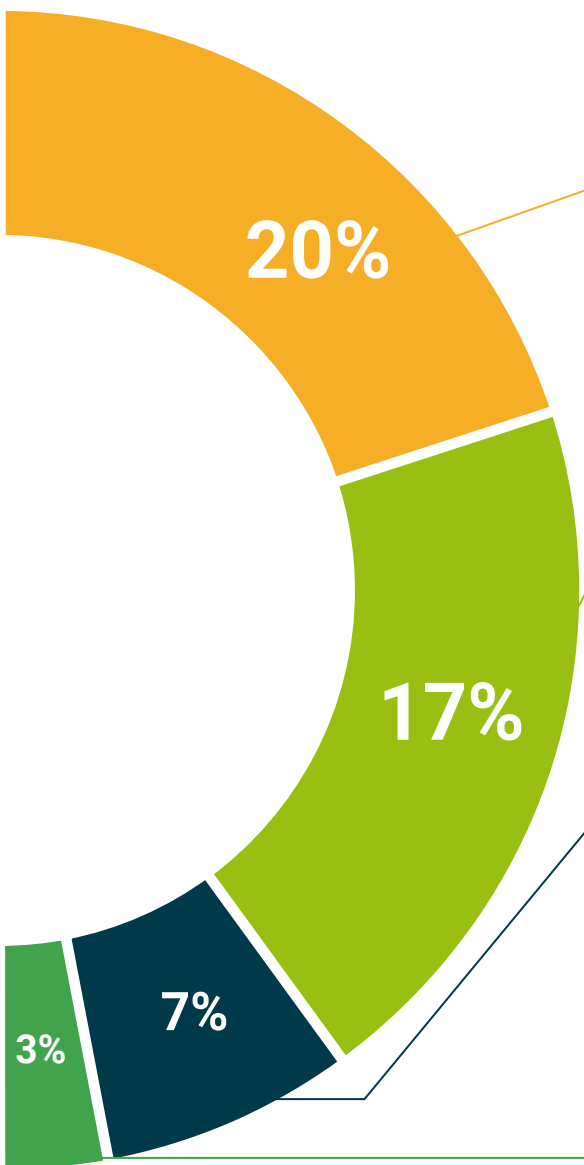
Questo esclusivo sistema di specializzazione per la presentazione di contenuti multimediali è stato premiato da Microsoft come "Caso di successo in Europa".



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 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** 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**

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

Durata: **12 mesi**

Titolo: **TECH Università Tecnologica**

N° Ore Ufficiali: **1.620 o.**



Master Semipresenziale in Nutrizione Sportiva

Tipo di Insegnamento	Ore
Obbligatorio (OB)	1.500
Opzionale (OP)	0
Tirocinio Esterno (TE)	120
Tesi di Master (TM)	0
Totale	1.620

Distribuzione generale del Programma

Corso	Insegnamento	Ore	Codice
1°	Nuovi progressi in alimentazione	150	OB
1°	Tendenze attuali in nutrizione	150	OB
1°	Valutazione dello stato nutrizionale e della dieta	150	OB
	Attuazione nella pratica		
1°	Alimentazione nell'attività sportiva	150	OB
1°	Fisiologia muscolare e metabolica legata all'esercizio fisico	150	OB
1°	Vegetarismo e veganismo	150	OB
1°	Differenti fasi o pazienti affetti da patologie specifiche	150	OB
1°	Alimentazione per la riabilitazione e il recupero funzionale	150	OB
1°	Dieta, salute e prevenzione delle malattie: problemi attuali e raccomandazioni per la popolazione generale	150	OB
1°	Valutazione dello stato nutrizionale e calcolo di piani nutrizionali personalizzati, raccomandazioni e follow-up	150	OB

Tere Guevara Navarro
Tere Guevara Navarro
Rettrice

tech università tecnologica

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

tech università
tecnologica

Master Semipresenziale
Nutrizione Sportiva

Modalità: Semipresenziale (Online + Tirocinio Clinico)

Durata: 12 mesi

Titolo: TECH Università Tecnologica

Ore teoriche: 1.620

Master Semipresenziale

Nutrizione Sportiva

