

Programa Avançado

Nutrição Esportiva em Diabetes, Vegetarianismo e Veganismo

Reconhecido pela NBA





Programa Avançado

Nutrição Esportiva em Diabetes, Vegetarianismo e Veganismo

- » Modalidade: online
- » Duração: 6 meses
- » Certificado: TECH Universidade Tecnológica
- » Horário: no seu próprio ritmo
- » Provas: online

Acesso ao site: www.techtute.com/br/fisioterapia/programa-avancado/programa-avancado-nutricao-esportiva-diabetes-vegetarianismo-veganismo

Índice

01

Apresentação

pág. 4

02

Objetivos

pág. 8

03

Direção do curso

pág. 12

04

Estrutura e conteúdo

pág. 16

05

Metodologia

pág. 20

06

Certificado

pág. 28

01

Apresentação

Na área de Fisioterapia, o conhecimento avançado em nutrição é essencial para atletas que sofrem de diabetes ou que desejam seguir uma dieta vegetariana ou vegana. Tais condições exigem modificações muito específicas nos planos alimentares que são vitais para a saúde física. Isso requer conhecimento especializado e avançado na área, que é cada vez mais procurado no mercado de trabalho. É por isso que a TECH criou um curso que tem como objetivo proporcionar aos alunos as habilidades necessárias em Nutrição para Populações Específicas, Vegetarianismo e Veganismo ou Diabetes no esportista. Tudo isso em uma modalidade conveniente 100% online.



“

*Graças a este programa completo,
você será um especialista em Diabetes,
Vegetarianismo e Veganismo em apenas
alguns meses”*

Diante de problemas de saúde ou doenças crônicas, a dieta e a atividade física desempenham um papel fundamental que não pode ser negligenciado se quisermos evitar problemas reais de saúde. Este é o caso de esportistas que precisam de planos alimentares específicos para diabetes ou dietas para vegetarianos e veganos.

Profissionais com conhecimentos especializados e específicos, capazes de adaptar o planejamento no campo da nutrição esportiva, são cada vez mais procurados no mercado de trabalho.

Assim, a TECH criou um Programa Avançado de Nutrição Esportiva em Diabetes, Vegetarianismo e Veganismo que visa capacitar os alunos com as habilidades e competências necessárias para realizar este trabalho com a mais alta qualidade e eficiência para a saúde dos pacientes. E isso, através de um curso que aborda temas como Vegetarianismo e Veganismo na história do esporte, avaliação bioquímica, estratégias nutricionais, suplementação esportiva, entre outros.

Todos esses aspectos estarão disponíveis em um formato conveniente e 100% online, permitindo ao aluno conciliar seus estudos com outras atividades diárias, com total liberdade e sem sair de casa. Além disso, com a disponibilidade total dos materiais didáticos mais completos, as informações mais atualizadas e as tecnologias de ensino mais recentes.

Este **Programa Avançado de Nutrição Esportiva em Diabetes, Vegetarianismo e Veganismo** conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado. Suas principais características são:

- ♦ O desenvolvimento de estudos de caso apresentados por especialistas em Nutrição Esportiva em Diabetes, Vegetarianismo e Veganismo
- ♦ O conteúdo gráfico, esquemático e eminentemente prático oferece informações científicas e práticas sobre as disciplinas que são essenciais para a prática profissional
- ♦ Exercícios práticos em que o processo de autoavaliação é realizado para melhorar a aprendizagem
- ♦ Destaque especial para as metodologias inovadoras
- ♦ Aulas teóricas, perguntas a especialistas, fóruns de discussão sobre temas controversos e trabalhos de reflexão individual
- ♦ Disponibilidade de acesso a todo o conteúdo a partir de qualquer dispositivo, fixo ou portátil, com conexão à Internet



Consiga se destacar de forma ágil e precisa em um setor em expansão na área de Nutrição Esportiva”

“

Aprofunde seu conhecimento sobre os fundamentos de um plano alimentar vegetariano e vegano, sem sair de casa e de qualquer dispositivo com conexão à Internet”.

O corpo docente do curso conta com profissionais do setor, que transferem toda a experiência adquirida ao longo de suas carreiras para esta capacitação, além de especialistas reconhecidos de sociedades de referência e universidades de prestígio.

O conteúdo multimídia, desenvolvido com a mais recente tecnologia educacional, permitirá ao profissional uma aprendizagem contextualizada, ou seja, realizada através de um ambiente simulado, proporcionando uma capacitação imersiva e programada para praticar diante de situações reais.

A estrutura deste programa se concentra na Aprendizagem Baseada em Problemas, através da qual o profissional deverá resolver as diferentes situações de prática profissional que surgirem ao longo do curso acadêmico. Para isso, contará com a ajuda de um inovador sistema de vídeo interativo realizado por especialistas reconhecidos.

Adquira conhecimentos abrangentes e atualizados sobre erros comuns cometidos por esportistas veganos.

Saiba mais sobre Nutrição Esportiva em Diabetes, graças a um programa completo e dinâmico da TECH.



02 Objetivos

O objetivo deste programa de estudos é proporcionar ao aluno as competências e habilidades necessárias para que ele possa tratar pacientes que precisam de um plano específico para diabetes, vegetarianismo ou veganismo, com a maior qualidade e eficiência possíveis. Tudo isso, através do conteúdo teórico e prático mais completo e atualizado do mercado acadêmico.



“

O objetivo da TECH é impulsionar seu perfil profissional e ajudá-lo a atingir seus objetivos de forma rápida e precisa”



Objetivos gerais

- ♦ Dominar conhecimentos avançados sobre planejamento nutricional em atletas profissionais e não profissionais para o desempenho saudável do exercício físico
- ♦ Gerenciar conhecimentos avançados de planejamento nutricional para atletas profissionais de diferentes modalidades a fim de atingir o máximo desempenho esportivo
- ♦ Gerenciar conhecimentos avançados de planejamento nutricional para atletas profissionais em modalidades de equipes, a fim de atingir o máximo desempenho esportivo
- ♦ Manejar e consolidar a iniciativa, o espírito empreendedor para criar projetos relacionados à nutrição na atividade física e no esporte
- ♦ Saber incorporar os diferentes avanços científicos em seu próprio campo profissional
- ♦ Adquirir a capacidade de trabalhar em um ambiente multidisciplinar
- ♦ Obter uma compreensão avançada do contexto em que a área de sua especialidade se desenvolve
- ♦ Gerenciar habilidades avançadas para detectar os possíveis sinais de alteração nutricional associados à prática esportiva
- ♦ Gerenciar as habilidades necessárias através do processo de ensino-- aprendizagem que lhes permitirá continuar se capacitando e aprendendo no campo da nutrição no esporte, tanto através dos contatos estabelecidos com professores e profissionais do curso quanto de forma independente
- ♦ Especializar-se na estrutura do tecido muscular e suas implicações no esporte
- ♦ Compreender as necessidades energéticas e nutricionais dos atletas em diferentes situações fisiopatológicas
- ♦ Especializar-se nas necessidades energéticas e nutricionais dos atletas em diferentes situações específicas de idade e sexo
- ♦ Especializar-se em estratégias dietéticas para a prevenção e tratamento do atleta lesionado
- ♦ Especializar-se nas necessidades energéticas e nutricionais das crianças atletas
- ♦ Especializar-se nas necessidades energéticas e nutricionais dos atletas paraolímpicos



Alcance suas metas mais exigentes, graças às nossas ferramentas e atividades práticas sobre Vegetarianismo e Veganismo”



Objetivos específicos

Módulo 1. Diferentes etapas ou populações específicas

- ♦ Explicar as características fisiológicas particulares a serem levadas em conta na abordagem nutricional dos diferentes grupos
- ♦ Compreender em profundidade os fatores externos e internos que influenciam a abordagem nutricional desses grupos

Módulo 2. Vegetarianismo e Veganismo

- ♦ Diferenciar os diferentes tipos de atletas vegetarianos
- ♦ Compreender detalhadamente os principais erros cometidos
- ♦ Abordar as deficiências nutricionais significativas apresentadas pelos atletas
- ♦ Gerenciar habilidades para preparar o atleta com as melhores ferramentas para combinar alimentos

Módulo 3. Esportista com diabetes tipo 1

- ♦ Estabelecer o mecanismo fisiológico e bioquímico do diabetes tanto em repouso como durante o exercício
- ♦ Aprofundar o conhecimento sobre como funcionam os diferentes insulínicos ou medicamentos utilizados pelas pessoas com diabetes
- ♦ Avaliar as necessidades nutricionais de pessoas com diabetes, tanto na vida diária quanto no exercício, para melhorar sua saúde
- ♦ Aprofundar os conhecimentos necessários para poder planejar a alimentação de atletas de diferentes modalidades com diabetes, a fim de melhorar sua saúde e desempenho
- ♦ Estabelecer o estado atual das evidências sobre auxílios ergogênicos em pessoas com diabetes

03

Direção do curso

A administração e o corpo docente deste Programa Avançado de Nutrição Esportiva em Diabetes, Vegetarianismo e Veganismo foram selecionados pela TECH sob os mais rigorosos requisitos e com base em sua busca pela excelência no ensino. Estes profissionais fazem parte de uma equipe extraordinária de especialistas e aplicaram sua experiência em todo o conteúdo para formar um curso exclusivo e atualizado.





“

Torne-se um excelente profissional em Nutrição Esportiva, graças ao apoio constante dos melhores especialistas da área”

Direção



Dr. Javier Marhuenda Hernández

- ♦ Nutricionista em Clubes de Futebol Profissional
- ♦ Responsável pela área de Nutrição Esportiva, Club Albacete Balompié SAD
- ♦ Responsável pela área de Nutrição Esportiva, Universidade Católica de Múrcia, UCAM Múrcia Club de Fútbol
- ♦ Assessor Científico, Nutrium
- ♦ Assessor Nutricional, Centro Impulso
- ♦ Docente e Coordenador de Estudos de Pós-Graduação
- ♦ Doutor em Nutrição e Segurança Alimentar, Universidade Católica de San Antonio de Múrcia
- ♦ Graduado em Nutrição Humana e Dietética, Universidade Católica de San Antonio de Múrcia
- ♦ Mestrado em Nutrição Clínica, Universidade Católica de San Antonio de Múrcia
- ♦ Acadêmico, Academia Espanhola de Nutrição e Dietética (AEND)

Professores

Dr. Francisco Javier Martínez Noguera

- ♦ Nutricionista esportivo da CIARD-UCAM
- ♦ Nutricionista esportivo da Clínica Fisioterapia Jorge Lledó
- ♦ Assistente de pesquisa em CIARD-UCAM
- ♦ Nutricionista esportivo do UCAM Múrcia Clube de Futebol
- ♦ Nutricionista do SANO Center
- ♦ Nutricionista esportivo do UCAM Múrcia Clube de Basquetebol
- ♦ Doutor em Ciências do Esporte pela Universidade Católica San Antonio de Murcia
- ♦ Formado em Nutrição Humana e Dietética pela Universidade Católica San Antonio de Murcia
- ♦ Mestrado em Nutrição e Segurança Alimentar pela Universidade Católica San Antonio de Murcia

Dr. Raúl Arcusa Saura

- ♦ Nutricionista, Clube Esportivo de Castellón
- ♦ Nutricionista em diversos clubes semiprofissionais em Castellón
- ♦ Pesquisador. Universidade Católica de San Antonio de Múrcia
- ♦ Docente de graduação e pós-graduação
- ♦ Graduado em Nutrição Humana e Dietética
- ♦ Mestrado Oficial em Nutrição na Atividade Física e no Esporte

Dra. Marta Ramírez Munuera

- ♦ Nutricionista Esportiva especialista em Esportes de Força
- ♦ Nutricionista, M10 Salud y Fitness, Centro de Saúde e Esporte
- ♦ Nutricionista, Mario Ortiz Nutrición
- ♦ Formadora em cursos e workshops sobre Nutrição Esportiva
- ♦ Palestrante em conferências e seminários de Nutrição Esportiva
- ♦ Graduada em Nutrição Humana e Dietética, Universidade Católica de San Antonio de Múrcia
- ♦ Mestrado em Nutrição na Atividade Física e Esporte, Universidade Católica de San Antonio de Múrcia



Atualize seus conhecimentos com o programa de Nutrição Esportiva em Diabetes, Vegetarianismo e Veganismo para Fisioterapeutas”

04

Estrutura e conteúdo

A estrutura e o conteúdo deste programa de estudos foram elaborados pelos principais especialistas da área, que reuniram seu conhecimento especializado e sua vasta experiência para criar um curso universitário exclusivo de Programa Avançado de Nutrição Esportiva em Diabetes, Vegetarianismo e Veganismo que atende às mais altas expectativas.



“

Um plano de estudos elaborado por especialistas e conteúdo de qualidade que vai conduzi-lo até o sucesso no campo da Nutrição Esportiva”

Módulo 1. Diferentes etapas ou populações específicas

- 1.1. Nutrição em atletas mulheres
 - 1.1.1. Fatores limitantes
 - 1.1.2. Requisitos
- 1.2. Ciclo menstrual
 - 1.2.1. Fase lútea
 - 1.2.2. Fase Folicular
- 1.3. Tríade
 - 1.3.1. Amenorreia
 - 1.3.2. Osteoporose
- 1.4. Nutrição na atleta gestante
 - 1.4.1. Necessidades energéticas
 - 1.4.2. Micronutrientes
- 1.5. Efeitos do exercício físico na criança atleta
 - 1.5.1. Treinamento de força
 - 1.5.2. Treinamento de resistência
- 1.6. Educação nutricional para a criança atleta
 - 1.6.1. Açúcar
 - 1.6.2. TCA
- 1.7. Necessidades nutricionais da criança atleta
 - 1.7.1. Carboidratos
 - 1.7.2. Proteínas
- 1.8. Mudanças associadas ao envelhecimento
 - 1.8.1. % gordura corporal
 - 1.8.2. Massa muscular
- 1.9. Principais problemas no esportista sênior
 - 1.9.1. Articulações
 - 1.9.2. Saúde cardiovascular
- 1.10. Suplementação interessante para esportistas seniores
 - 1.10.1. Whey protein
 - 1.10.2. Creatina



Módulo 2. Vegetarianismo e Veganismo

- 2.1. O vegetarianismo e o veganismo na história do esporte
 - 2.1.1. Início do veganismo no esporte
 - 2.1.2. Atletas vegetarianos na atualidade
- 2.2. Diferentes tipos de dietas vegetarianas (mudar a palavra vegetariana)
 - 2.2.1. Atleta vegano
 - 2.2.2. Atleta vegetariano
- 2.3. Erros frequentes cometidos pelo atleta vegano
 - 2.3.1. Balanço energético
 - 2.3.2. Consumo de proteína
- 2.4. Vitamina B12
 - 2.4.1. Suplementação de B12
 - 2.4.2. Biodisponibilidade das algas espirulina
- 2.5. Fontes de proteína em dietas veganas/vegetarianas
 - 2.5.1. Qualidade proteica
 - 2.5.2. Sustentabilidade ambiental
- 2.6. Outros nutrientes essenciais em veganos
 - 2.6.1. Conversão da ALA para EPA/DHA
 - 2.6.2. Fe, Ca, Vit-D e Zn
- 2.7. Avaliação bioquímica/deficiências nutricionais
 - 2.7.1. Anemia
 - 2.7.2. Sarcopenia
- 2.8. Alimentação vegana vs. Alimentação onívora
 - 2.8.1. Alimentação evolutiva
 - 2.8.2. Alimentação atual
- 2.9. Recursos ergogênicos
 - 2.9.1. Creatina
 - 2.9.2. Proteína vegetal
- 2.10. Fatores que diminuem a absorção de nutrientes
 - 2.10.1. Alto consumo de fibra
 - 2.10.2. Oxalatos

Módulo 3. Esportista com diabetes tipo 1

- 3.1. Entendendo o diabetes e sua patologia
 - 3.1.1. Incidência do diabetes
 - 3.1.2. Fisiopatologia do diabetes
 - 3.1.3. Consequências do diabetes
- 3.2. Fisiologia do exercício em pessoas com diabetes
 - 3.2.1. Exercício máximo, submaximal e metabolismo muscular durante o exercício
 - 3.2.2. Diferenças metabólicas durante o exercício em pessoas com diabetes
- 3.3. Exercício em pessoas com diabetes tipo 1
 - 3.3.1. Hipoglicemia, hiperglicemia e ajuste do tratamento nutricional
 - 3.3.2. Tempo de exercício e ingestão de carboidratos
- 3.4. Exercício em pessoas com diabetes tipo 2. Controle da glicemia
 - 3.4.1. Riscos de atividade física em pessoas com diabetes tipo 2
 - 3.4.2. Benefícios do exercício para pessoas com diabetes tipo 2
- 3.5. Exercício em crianças e adolescentes com diabetes
 - 3.5.1. Efeitos metabólicos do exercício
 - 3.5.2. Precauções durante o exercício
- 3.6. Insulinoterapia e exercício
 - 3.6.1. Bomba de infusão de insulina
 - 3.6.2. Tipos de insulinas
- 3.7. Estratégias nutricionais durante o esporte e o exercício em diabetes tipo 1
 - 3.7.1. Da teoria à prática
 - 3.7.2. Ingestão de carboidratos antes, durante e após o exercício físico
 - 3.7.3. Hidratação antes, durante e depois do exercício físico
- 3.8. planejamento nutricional em esportes de resistência
 - 3.8.1. Maratona
 - 3.8.2. Ciclismo
- 3.9. Planejamento nutricional em esportes coletivos
 - 3.9.1. Futebol
 - 3.9.2. Rugby
- 3.10. Suplementação esportiva e diabetes
 - 3.10.1. Suplementos potencialmente benéficos para os atletas com diabetes

05

Metodologia

Este curso oferece uma maneira diferente de aprender. Nossa metodologia é desenvolvida através de um modo de aprendizagem cíclico: **o Relearning**. Este sistema de ensino é utilizado, por exemplo, nas faculdades de medicina mais prestigiadas do mundo e foi considerado um dos mais eficazes pelas principais publicações científicas, como o **New England Journal of Medicine**.



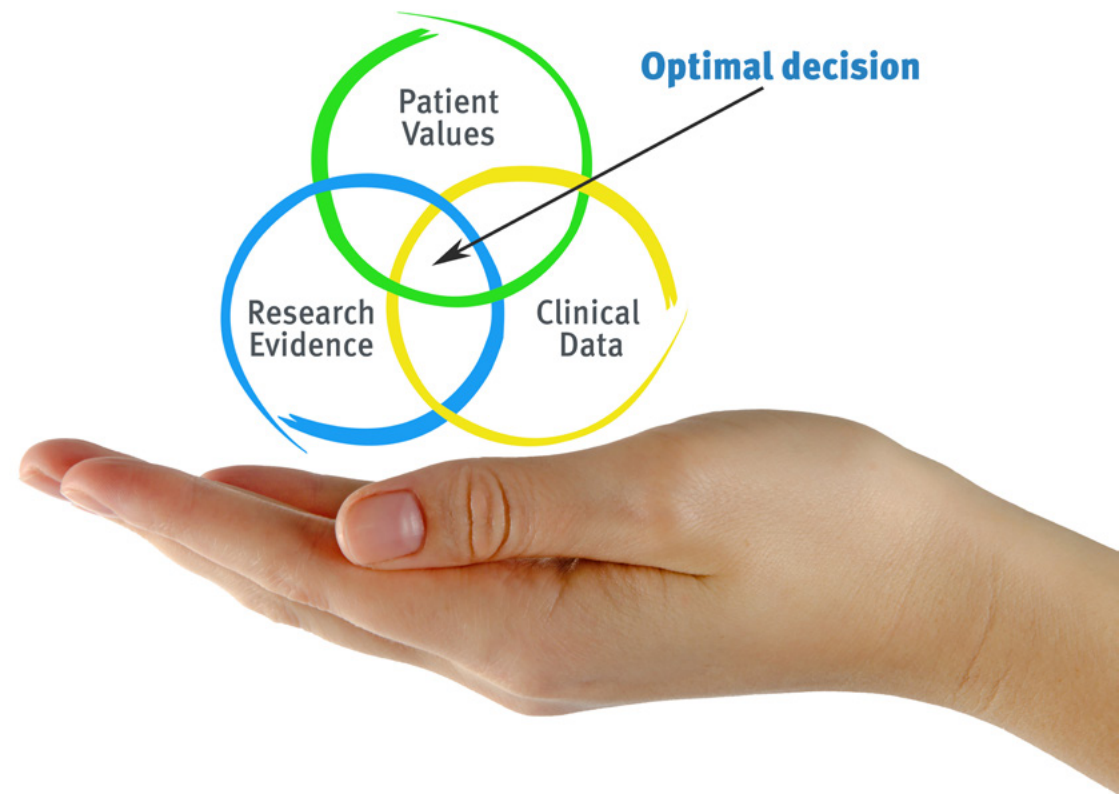
“

Descubra o Relearning, um sistema que abandona a aprendizagem linear convencional para realizá-la através de sistemas de ensino cíclicos: uma forma de aprendizagem que se mostrou extremamente eficaz, especialmente em disciplinas que requerem memorização”

Na TECH usamos o Método do Caso

Em uma determinada situação, o que um profissional deveria fazer? Ao longo do programa, os alunos irão se deparar com diversos casos simulados baseados em situações reais, onde deverão investigar, estabelecer hipóteses e finalmente resolver as situações. Há inúmeras evidências científicas sobre a eficácia deste método. Os fisioterapeutas/profissionais de cinesiologia aprendem melhor, mais rápido e de forma mais sustentável ao longo do tempo.

Com a TECH você irá experimentar uma forma de aprender que está revolucionando as bases das universidades tradicionais em todo o mundo.



Segundo o Dr. Gérvas, o caso clínico é a apresentação comentada de um paciente, ou grupo de pacientes, que se torna um "caso", um exemplo ou modelo que ilustra algum componente clínico peculiar, seja pelo seu poder de ensino ou pela sua singularidade ou raridade. É essencial que o caso estudado seja fundamentado na vida profissional atual, recriando as condições reais da prática profissional da fisioterapia.

“

Você sabia que este método foi desenvolvido em 1912, em Harvard, para os alunos de Direito? O método do caso consistia em apresentar situações reais e complexas para que os alunos tomassem decisões e justificassem como resolvê-las. Em 1924 foi estabelecido como o método de ensino padrão em Harvard”

A eficácia do método é justificada por quatro conquistas fundamentais:

1. Os fisioterapeutas/profissionais de cinesiologia que seguem este método não só assimilam os conceitos, mas também desenvolvem a capacidade mental, através de exercícios de avaliação de situações reais e de aplicação de conhecimentos.
2. A aprendizagem se consolida através das habilidades práticas, permitindo ao fisioterapeuta/profissional de cinesiologia uma melhor integração com o mundo real.
3. A assimilação de ideias e conceitos se torna mais fácil e mais eficiente, graças ao uso de situações decorrentes da realidade.
4. A sensação de eficiência do esforço investido se torna um estímulo muito importante para os alunos, o que se traduz em um maior interesse pela aprendizagem e um aumento no tempo dedicado ao curso.



Metodologia Relearning

A TECH utiliza de maneira eficaz a metodologia do estudo de caso com um sistema de aprendizagem 100% online, baseado na repetição, combinando 8 elementos didáticos diferentes em cada aula.

Potencializamos o Estudo de Caso com o melhor método de ensino 100% online: o Relearning.

O fisioterapeuta/profissional de cinesiologia aprenderá através de casos reais e da resolução de situações complexas em ambientes simulados de aprendizagem. Estes simulados são realizados através de software de última geração para facilitar a aprendizagem imersiva.



Na vanguarda da pedagogia mundial, o método Relearning conseguiu melhorar os níveis de satisfação geral dos profissionais que concluíram seus estudos, com relação aos indicadores de qualidade da melhor universidade online do mundo (Universidade de Columbia).

Esta metodologia já capacitou mais de 65.000 fisioterapeutas/profissionais de cinesiologia com um sucesso sem precedentes, em todas as especialidades clínicas, independentemente da carga manual/prática. Nossa metodologia de ensino é desenvolvida em um ambiente altamente exigente, com um corpo discente com um perfil socioeconômico médio-alto e uma média de idade de 43,5 anos.

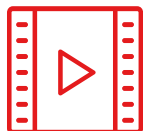
O Relearning lhe permitirá aprender com menos esforço e mais desempenho, fazendo com que você se envolva mais na sua capacitação, desenvolvendo seu espírito crítico e sua capacidade de defender argumentos e contrastar opiniões, ou seja, uma equação de sucesso.

No nosso programa, a aprendizagem não é um processo linear, ela acontece em espiral (aprender, desaprender, esquecer e reaprender). Portanto, combinamos cada um desses elementos de forma concêntrica.

A pontuação geral do nosso sistema de aprendizagem é 8,01, de acordo com os mais altos padrões internacionais.



Neste programa, oferecemos o melhor material educacional, preparado especialmente para os profissionais:



Material de estudo

Todo o conteúdo didático foi criado especialmente para o programa pelos especialistas que irão ministrá-lo, o que permite que o desenvolvimento didático seja realmente específico e concreto.

Esse conteúdo é adaptado ao formato audiovisual, para criar o método de trabalho online da TECH. Tudo isso com as técnicas mais inovadoras e oferecendo alta qualidade em cada um dos materiais que colocamos à disposição do aluno.



Técnicas e procedimentos de fisioterapia em vídeo

A TECH aproxima o aluno das técnicas mais recentes, dos últimos avanços educacionais e da vanguarda dos procedimentos atuais de fisioterapia/cinesioterapia. Tudo isso, explicado detalhadamente para sua total assimilação e compreensão. E o melhor de tudo, você poderá assistí-los quantas vezes quiser.



Resumos interativos

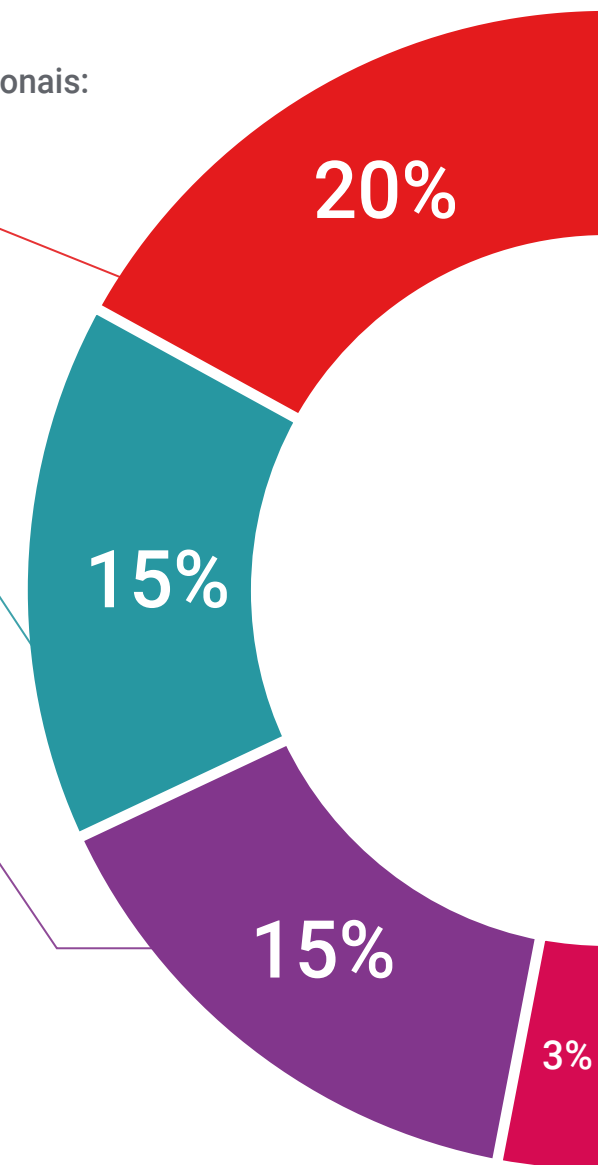
A equipe da TECH apresenta o conteúdo de forma atraente e dinâmica através de pílulas multimídia que incluem áudios, vídeos, imagens, gráficos e mapas conceituais para consolidar o conhecimento.

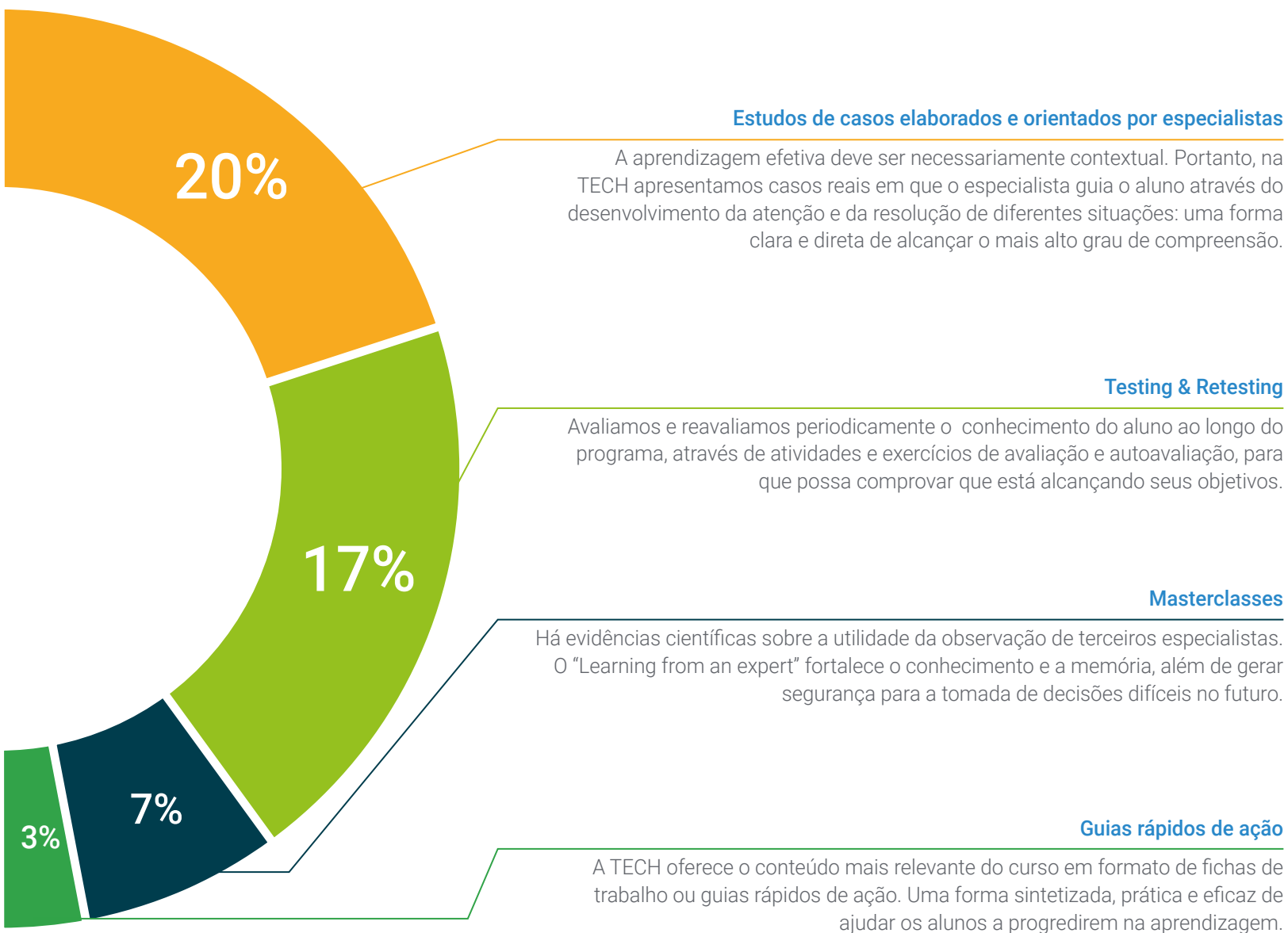
Este sistema exclusivo para a apresentação de conteúdo multimídia foi premiado pela Microsoft como "Caso de sucesso na Europa".



Leituras complementares

Artigos recentes, documentos de consenso e diretrizes internacionais, entre outros. Na biblioteca virtual da TECH o aluno terá acesso a tudo o que for necessário para complementar a sua capacitação.





06 Certificado

O Programa Avançado de Nutrição Esportiva em Diabetes, Vegetarianismo e Veganismo garante, além da capacitação mais rigorosa e atualizada, o acesso a um título de Programa Avançado emitido pela TECH Universidade Tecnológica.



“

Conclua este programa de estudos com sucesso e receba o seu certificado sem sair de casa e sem burocracias”

Este **Programa Avançado de Nutrição Esportiva em Diabetes, Vegetarianismo e Veganismo** conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado.

Uma vez aprovadas as avaliações, o aluno receberá por correio o certificado* correspondente ao título de **Programa Avançado** emitido pela **TECH Universidade Tecnológica**.

O certificado emitido pela TECH Universidade Tecnológica expressará a qualificação obtida no Programa Avançado, atendendo aos requisitos normalmente exigidos pelas bolsas de empregos, concursos públicos e avaliação de carreira profissional.

Título: **Programa Avançado de Nutrição Esportiva em Diabetes, Vegetarianismo e Veganismo**

Modalidade: **online**

Duração: **6 meses**

Reconhecido pela NBA





Programa Avançado
Nutrição Esportiva em
Diabetes, Vegetarianismo
e Veganismo

- » Modalidade: online
- » Duração: 6 meses
- » Certificado: TECH Universidade Tecnológica
- » Horário: no seu próprio ritmo
- » Provas: online

Programa Avançado

Nutrição Esportiva em Diabetes, Vegetarianismo e Veganismo

Reconhecido pela NBA



tech universidade
tecnológica