

Corso Universitario

Nutrizione Sportiva nelle Categorie Specifiche in Infermieristica



Corso Universitario Nutrizione Sportiva nelle Categorie Specifiche in Infermieristica

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

Accesso al sito web: www.techitute.com/it/infermieristica/corso-universitario/nutrizione-sportiva-categorie-specifiche-infermieristica

Indice

01

Presentazione

pag. 4

02

Obiettivi

pag. 8

03

Direzione del corso

pag. 12

04

Struttura e contenuti

pag. 18

05

Metodologia

pag. 22

06

Titolo

pag. 30

01

Presentazione

Il campo della Nutrizione Sportiva ha registrato una crescita significativa negli ultimi anni, con un focus sempre più focalizzato sulle esigenze nutrizionali specifiche di diversi gruppi di popolazione. Di fronte a questo, gli infermieri svolgono un ruolo cruciale sia nella valutazione che nella gestione della dieta per gli atleti, specialmente in gruppi come donne incinte, bambini o anziani. Per questo è indispensabile che i professionisti siano all'avanguardia degli ultimi postulati scientifici e dei progressi in materia di alimentazione. Tuttavia, questo aggiornamento rappresenta una sfida per gli specialisti di fronte al loro elevato carico di lavoro. Per facilitare questo compito, TECH implementa un titolo all'avanguardia focalizzato sulla dieta adattata a gruppi specifici.





“

Grazie a questo Corso Universitario in modalità 100% online, potrai progettare i piani nutrizionali più efficaci e adattati alle condizioni specifiche di diversi atleti. Contribuirai a ottimizzare le tue prestazioni sportive!"

La Nutrizione svolge un ruolo critico nelle prestazioni sportive e nella salute generale. A questo proposito, un nuovo rapporto realizzato dall'Organizzazione mondiale della sanità mostra che una corretta alimentazione può migliorare le prestazioni atletiche fino al 20%. Tuttavia, questi bisogni nutrizionali possono variare significativamente tra diversi gruppi di popolazione, dai giovani atleti in piena crescita agli adulti che cercano di mantenere la loro attività fisica. In questo contesto, i professionisti dell'infermeria hanno la responsabilità di comprendere e affrontare efficacemente le esigenze specifiche di alimentazione dei diversi atleti.

Dato questo scenario, TECH sviluppa un Corso Universitario completo e innovativo in Nutrizione Sportiva nelle Categorie Specifiche in Infermieristica. Concepito da autentici in questo campo, il percorso accademico si concentrerà sulle esigenze dietetiche di gruppi come donne atlete, bambini o atleti anziani; prendendo in considerazione aspetti dei loro fattori limitanti, fisiologia, massa muscolare o richieste energetiche. A sua volta, i materiali didattici forniranno agli studenti le ultime tendenze in Supplementazione nutrizionale, tra cui la creatina e *Whey protein*. In questo modo, gli specialisti acquisiranno competenze per analizzare lo stato nutrizionale dei suoi pazienti e identificare eventuali carenze o eccessi. Inoltre, una prestigiosa Direttrice Ospite Internazionale terrà un corso di perfezionamento per aiutare gli infermieri a progettare piani alimentari personalizzati che soddisfino le esigenze specifiche delle diverse popolazioni.

Inoltre, questa proposta accademica si distingue per la sua metodologia 100% online. Questa modalità darà agli specialisti la flessibilità necessaria per adattarsi ai loro orari lavorativi. Allo stesso modo, la metodologia *Relearning*, basata sulla ripetizione di concetti chiave, sarà implementata per fissare le conoscenze e facilitare un apprendimento efficace. In questo modo, la combinazione tra accessibilità e approccio pedagogico innovativo garantirà che i professionisti acquisiscano competenze pratiche per elevare la loro prassi lavorativa.

Questo **Corso Universitario in Nutrizione Sportiva nelle Categorie Specifiche in Infermieristica** possiede il programma scientifico più completo e aggiornato del mercato. Le caratteristiche principali del programma sono:

- ◆ Sviluppo di casi di studio presentati da esperti in Nutrizione e Dietetica
- ◆ Contenuti grafici, schematici ed eminentemente pratici in base ai quali sono stati concepiti forniscono informazioni scientifiche e pratiche riguardo alle discipline essenziali per l'esercizio della professione
- ◆ Esercizi pratici che offrono un processo di autovalutazione per migliorare l'apprendimento
- ◆ La sua particolare enfasi sulle metodologie innovative
- ◆ Lezioni teoriche, domande all'esperto e/o al tutor, forum di discussione su questioni controverse e compiti di riflessione individuale
- ◆ Contenuti disponibili da qualsiasi dispositivo fisso o mobile dotato di connessione a internet



Un'illustre Direttrice Ospite Internazionale offrirà una masterclass intensiva per approfondire i recenti progressi nella Nutrizione Sportiva nelle Categorie Specifiche in Infermieristica"

“

Incorporerai nella tua pratica clinica gli integratori nutrizionali più innovativi per accelerare il recupero muscolare, come la Creatina o la Whey Protein”

Avrai a disposizione casi di studio reali che aumenteranno le tue competenze nell'assistenza alimentare mirata agli sportivi senior.

Sfrutta tutti i vantaggi della metodologia Relearning di TECH, tra cui la libertà di pianificare i tuoi orari.

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

Contenuti multimediali, sviluppati in base alle ultime tecnologie educative, forniranno al professionista un apprendimento coinvolgente e localizzato, ovvero inserito in un contesto reale.

La creazione di questo programma è incentrata sull'Apprendimento Basato su Problemi, mediante il quale il professionista deve cercare di risolvere le diverse situazioni che gli si presentano durante il corso. Lo studente potrà usufruire di un innovativo sistema di video interattivi creati da esperti di rinomata fama.



02

Obiettivi

Attraverso 180 ore di lezioni, i professionisti dell'infermeria avranno una comprensione completa dei fondamenti della nutrizione sportiva applicata a diverse popolazioni specifiche (come donne, bambini o anziani). Allo stesso modo, gli studenti saranno qualificati per effettuare valutazioni dietetiche olistiche tenendo conto di fattori quali le caratteristiche fisiologiche, l'età o l'intensità dello sport praticato. In questo modo, gli specialisti potenzieranno le loro capacità cliniche per progettare programmi nutrizionali adattati alle circostanze personali di ogni paziente e alle sue preferenze alimentari.



“

Svilupperai competenze avanzate per consigliare diversi gruppi di popolazione sull'importanza di adottare sane abitudini alimentari al fine di migliorare le loro prestazioni sportive e ottimizzare il loro benessere generale"



Obiettivi generali

- ◆ Acquisire una conoscenza avanzata della pianificazione nutrizionale negli atleti professionisti e non professionisti per una sana esecuzione dell'esercizio fisico
- ◆ Gestire la conoscenza avanzata della pianificazione nutrizionale per gli atleti professionisti di diverse discipline affinché possano ottenere il massimo dalla prestazione sportiva
- ◆ Gestire la conoscenza avanzata della pianificazione nutrizionale per gli atleti professionisti delle discipline di squadra al fine di ottenere il massimo delle prestazioni sportive
- ◆ Gestire e consolidare l'iniziativa e lo spirito imprenditoriale per creare progetti relativi alla nutrizione nell'attività fisica e nello sport
- ◆ Sapere come incorporare i diversi progressi scientifici nel proprio campo professionale
- ◆ Sviluppare le capacità di lavorare in un ambiente multidisciplinare





Obiettivi specifici

- ♦ 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 l'approccio nutrizionale di gruppi



Raggiungerai i tuoi obiettivi più ambiziosi grazie all'approccio distintivo di questo programma, che ti fornirà le tecniche di valutazione nutrizionale più innovative per identificare le esigenze dietetiche dei diversi atleti"

03

Direzione del corso

Nel suo fermo impegno per offrire i diplomi universitari più completi e aggiornati, TECH fa un processo minuzioso per formare i suoi docenti. Grazie a questo, il presente Corso Universitario è stato progettato da esperti riconosciuti nel campo della Nutrizione e Dietetica. Questi professionisti hanno una lunga carriera lavorativa, dove hanno ottimizzato sia la qualità della vita che le prestazioni sportive di numerose popolazioni specifiche attraverso piani nutrizionali personalizzati. Quindi, gli studenti hanno le garanzie che richiedono per entrare in un'esperienza accademica ad alta intensità che promuoverà la loro carriera professionale come infermieri.



“

Sarai sempre consigliato dal personale docente composto da professionisti con una vasta esperienza nel campo della nutrizione e della dietetica”

Direttrice Ospite Internazionale

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

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

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

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

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



Dott.ssa Meeks, Jamie

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

“

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

Direzione



Dott. Marhuenda Hernández, Javier

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

Personale docente

Dott. Arcusa Saura, Raúl

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



04

Struttura e contenuti

Attraverso questa qualifica, gli infermieri avranno una visione globale delle esigenze nutrizionali specifiche di diverse popolazioni, nonché dei fattori che influenzano la loro assunzione di cibo e le prestazioni sportive. Il piano di studi approfondirà i requisiti dietetici di atlete incinte, adolescenti e atleti anziani; tenendo conto sia delle loro caratteristiche fisiologiche che delle esigenze energetiche. In sintonia, il programma metterà in risalto come l'assunzione di proteine e carboidrati favorisce l'accelerazione del recupero muscolare dopo gli esercizi. Quindi, gli studenti progetteranno programmi dietetici altamente personalizzati in base alle condizioni specifiche di ogni atleta.



“

Implementerai nella tua pratica le strategie più sofisticate per promuovere l'aderenza ai piani nutrizionali nei bambini sportivi, garantendo un livello ottimale di proteine e carboidrati"

Modulo 1. Fasi diverse o popolazioni specifiche

- 1.1. Nutrizione nelle donne atlete
 - 1.1.1. Fattori limitanti
 - 1.1.2. Requisiti
- 1.2. Ciclo mestruale
 - 1.2.1. Fase luteale
 - 1.2.2. Fase follicolare
- 1.3. Triade
 - 1.3.1. Amenorrea
 - 1.3.2. Osteoporosi
- 1.4. Nutrizione nelle donne sportive in gravidanza
 - 1.4.1. Requisiti energetici
 - 1.4.2. Micronutrienti
- 1.5. Effetti dell'esercizio fisico sul bambino atleta
 - 1.5.1. Allenamento di forza
 - 1.5.2. Allenamento di resistenza
- 1.6. Educazione nutrizionale per il bambino atleta
 - 1.6.1. Zucchero
 - 1.6.2. DCA
- 1.7. Requisiti nutrizionali per il bambino atleta
 - 1.7.1. Carboidrati
 - 1.7.2. Proteine
- 1.8. Cambiamenti associati all'invecchiamento
 - 1.8.1. % Grasso corporeo
 - 1.8.2. Massa muscolare
- 1.9. Principali problemi dell'atleta anziano
 - 1.9.1. Articolazioni
 - 1.9.2. Salute cardiovascolare
- 1.10. Integrazione interessante per gli atleti anziani
 - 1.10.1. *Whey protein*
 - 1.10.2. Creatina





“

Questo titolo universitario ti permetterà di fornire una consulenza di qualità a diversi gruppi di popolazione, evidenziando l'importanza di un'alimentazione sana per ottimizzare le loro prestazioni sportive e la qualità della vita"

05

Metodologia

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

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



“

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

In TECH Nursing School applichiamo il Metodo Casistico

In una data situazione concreta, cosa dovrebbe fare un professionista? Durante il programma affronterai molteplici casi clinici simulati ma basati su pazienti reali, per risolvere i quali dovrai indagare, stabilire ipotesi e infine fornire una soluzione. Esistono molteplici prove scientifiche sull'efficacia del metodo. I professionisti imparano meglio, in modo più veloce e sostenibile nel tempo.

Con TECH l'infermiere sperimenta 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 sia radicato nella vita professionale attuale, cercando di ricreare le condizioni reali nella pratica professionale infermieristica.

“

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 raggiungono l'assimilazione dei concetti, ma sviluppano anche la loro capacità mentale, attraverso esercizi che valutano situazioni reali e l'applicazione delle conoscenze.
2. L'apprendimento è solidamente incorporato nelle abilità pratiche che permettono al professionista in infermieristica di integrare al meglio le sue conoscenze in ambito ospedaliero o in assistenza primaria.
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.



L'infermiere imparerà mediante casi reali e la risoluzione di situazioni complesse in contesti di apprendimento simulati. Queste simulazioni sono sviluppate utilizzando software all'avanguardia per facilitare un apprendimento coinvolgente.

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

Mediante questa metodologia abbiamo formato più di 175.000 infermieri con un successo senza precedenti in tutte le specializzazioni indipendentemente dal carico pratico. 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 da specialisti che insegneranno nel programma universitario, appositamente per esso, in modo che lo sviluppo didattico sia realmente specifico e concreto.

Questi contenuti sono poi applicati al formato audiovisivo che supporterà la modalità di lavoro online di TECH. Tutto questo, con le ultime tecniche che offrono componenti di alta qualità in ognuno dei materiali che vengono messi a disposizione dello studente.



Tecniche e procedure di infermieristica in video

TECH aggiorna lo studente sulle ultime tecniche, progressi educativi e all'avanguardia delle tecniche infermieristiche 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.

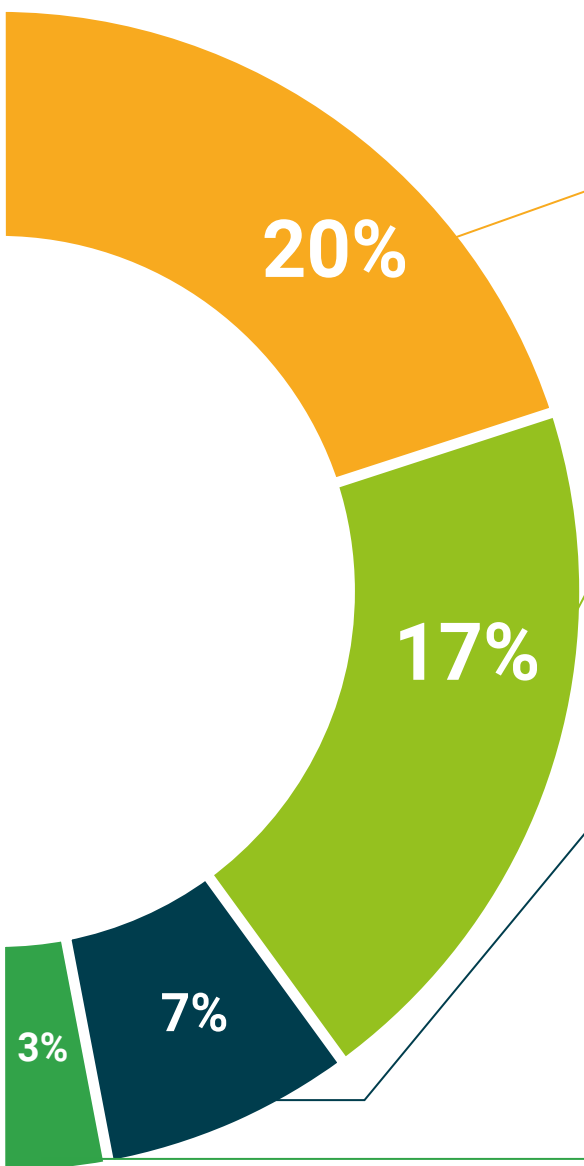
Questo esclusivo sistema di specializzazione per la presentazione di contenuti multimediali è stato premiato da Microsoft come "Caso di successo in Europa".



Lecture 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. Imparare da un esperto rafforza la conoscenza e la memoria, costruisce la fiducia nelle nostre future decisioni difficili.



Guide di consultazione veloce

TECH ti offre i contenuti più rilevanti del corso in formato schede o guide di consultazione veloce. Un modo sintetico, pratico ed efficace per aiutare lo studente a progredire nel suo apprendimento.



06 Titolo

Il Corso Universitario in Nutrizione Sportiva nelle Categorie Specifiche in Infermieristica garantisce, oltre alla preparazione più rigorosa e aggiornata, il conseguimento di una qualifica di Corso Universitario rilasciata da TECH Università Tecnologica.



“

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

Questo **Corso Universitario in Nutrizione Sportiva nelle Categorie Specifiche in Infermieristica** possiede il programma scientifico più completo e aggiornato del mercato.

Dopo aver superato la valutazione, lo studente riceverà mediante lettera certificata* con ricevuta di ritorno, la sua corrispondente qualifica di **Corso Universitario** rilasciata da **TECH Università Tecnologica**.

Il titolo rilasciato da **TECH Università Tecnologica** esprime la qualifica ottenuta nel Corso Universitario, e riunisce tutti i requisiti comunemente richiesti da borse di lavoro, concorsi e commissioni di valutazione di carriere professionali.

Titolo: **Corso Universitario in Nutrizione Sportiva nelle Categorie Specifiche in Infermieristica**

Modalità **online**

Durata: **6 settimane**



*Apostille dell'Aia. Se lo studente dovesse richiedere che il suo diploma cartaceo sia provvisto di Apostille dell'Aia, TECH EDUCATION effettuerà le gestioni opportune per ottenerla pagando un costo aggiuntivo.

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

tech università
tecnologica

Corso Universitario
Nutrizione Sportiva nelle
Categorie Specifiche
in Infermieristica

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

Corso Universitario

Nutrizione Sportiva nelle Categorie Specifiche in Infermieristica

