

Corso Universitario

Nutrizione Sportiva in Condizioni Avverse

Approvato dall'NBA



tech università
tecnologica



tech università
tecnologica

Corso Universitario Nutrizione Sportiva in Condizioni Avverse

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

Accesso al sito web: www.techtitute.com/it/medicina/corso-universitario/

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

Questo programma ha contenuti multimediali che aiuta ad acquisire conoscenze avanzate in Nutrizione Sportiva in Condizioni Avverse, in modo rapido ed efficace, realizzato con la più recente tecnologia educativa. Un'opportunità unica per specializzarsi in un settore con una forte domanda di professionisti con una vasta esperienza nel campo.





“

*Immergiti nello studio di questo completo
Corso Universitario e migliora le tue abilità
nella consulenza nutrizionale per gli sportivi"*

Trattandosi di un percorso di studi online lo studente non è condizionato da orari fissi o dalla necessità di spostarsi presso una sede fisica, ma può accedere ai contenuti in qualsiasi momento della giornata, bilanciando il suo lavoro o la sua vita personale con quella accademica.

Gli atleti a volte gareggiano in situazioni molto diverse e molto più avverse di quelle a cui sono abituati di solito. Si pensi ad esempio a una squadra europea che partecipa alla Coppa del Mondo in Sud America in estate. In questi casi, il fabbisogno di liquidi e nutrienti aumenta e varia a seconda che le condizioni siano estremamente calde o fredde. Inoltre, un altro fattore da tenere in considerazione sarà l'altitudine, dove si verificheranno alcuni adattamenti fisiologici, in gran parte dovuti all'ipossia.

È fondamentale che il medico abbia conoscenze avanzate in nutrizione sportiva che fungano da complemento al trattamento medico di coloro che svolgono attività fisiche frequenti o esercizio ad alto rendimento in condizioni avverse. Con questo programma intensivo otterrai le conoscenze e le competenze necessarie per apportare modifiche alla dieta, che avranno un impatto positivo sugli atleti, a seconda di ogni situazione clinica.

Inoltre, questo programma offre agli studenti l'opportunità di imparare dalle mani di un importante Direttore Ospite Internazionale. Questo esperto fornirà una *Masterclass* per approfondire i contenuti più aggiornati.

Questo **Corso Universitario in Nutrizione Sportiva in Condizioni Avverse** possiede il programma scientifico più completo e aggiornato del mercato. Le caratteristiche principali del programma sono:

- ◆ I contenuti grafici, schematici ed eminentemente pratici con cui sono concepiti forniscono la preparazione essenziale per la pratica professionale.
- ◆ Esercizi in cui il processo di autovalutazione può essere realizzato per migliorare l'apprendimento
- ◆ Sistema di apprendimento interattivo basato su algoritmi per prendere decisioni in merito a problemi di alimentazione di un paziente
- ◆ Lezioni teoriche, domande all'esperto e/o al tutore, forum di discussione su questioni controverse e compiti di riflessione individuale
- ◆ Disponibilità di accesso ai contenuti da qualsiasi dispositivo fisso o portatile con una connessione internet



Sarai in grado di fornire consulenza con condizioni avverse e imparerai dalla mano di un Direttore Ospite Internazionale, che impartirà una masterclass unica"

“

Questo Corso Universitario è il miglior investimento che tu possa fare nella scelta di un programma di aggiornamento per due motivi: oltre a rinnovare le tue conoscenze in nutrizione sportiva, otterrai una qualifica rilasciata da TECH Global University”

Il personale docente del programma comprende rinomati professionisti dell'area della nutrizione, e riconosciuti specialisti appartenenti a prestigiose società e università, che forniscono agli studenti le competenze necessarie a intraprendere un percorso di studio eccellente.

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

Il Corso Universitario permette di fare pratica in ambienti simulati che forniscono un apprendimento coinvolgente pensato per far fronte a situazioni reali.

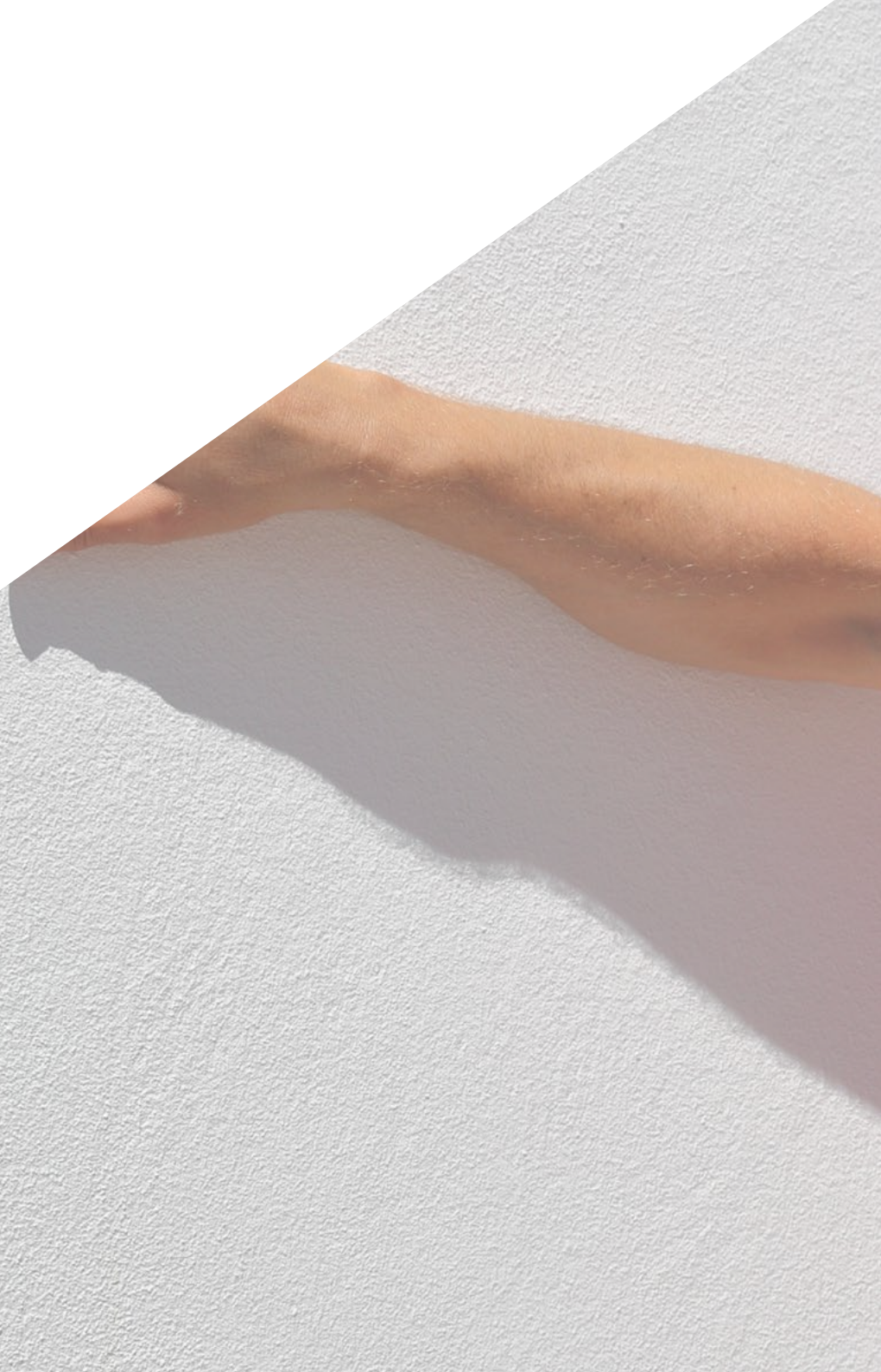
Questo Corso Universitario 100% online ti permetterà di combinare i tuoi studi con il lavoro, aumentando le tue conoscenze in questo campo.



02

Obiettivi

L'obiettivo principale del programma è lo sviluppo dell'apprendimento teorico e pratico, in modo che il professionista possa padroneggiare in modo pratico e rigoroso lo studio della nutrizione sportiva.





“

Questo programma di aggiornamento darà un senso di sicurezza nella pratica quotidiana e ti aiuterà a crescere personalmente e professionalmente”



Obiettivi generali

- ◆ Padroneggiare la conoscenza avanzata della pianificazione nutrizionale negli atleti professionisti e amatoriali per una sana esecuzione dell'esercizio fisico
- ◆ Gestire la conoscenza avanzata della pianificazione nutrizionale per gli atleti professionisti in 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
- ◆ Saper lavorare in un ambiente multidisciplinare
- ◆ Comprendere il contesto in cui si svolge l'area della propria specializzazione
- ◆ Gestire competenze avanzate per individuare i possibili segni di alterazione nutrizionale associati alla pratica sportiva
- ◆ Gestire le competenze necessarie attraverso il processo di insegnamento-apprendimento che permetterà di continuare a modi e imparare nel campo della nutrizione sportiva sia Da i contatti stabiliti con i professori e i professionisti di questa specializzazione sia in modo autonomo
- ◆ Specializzarsi nella struttura del tessuto muscolare e le sue implicazioni nello sport
- ◆ Capire i bisogni energetici e nutrizionali degli atleti in diverse situazioni fisiopatologiche
- ◆ Specializzarsi nei bisogni energetici e nutrizionali degli atleti in diverse situazioni specifiche di età e sesso
- ◆ Specializzarsi in strategie alimentari per la prevenzione e il trattamento dell'atleta infortunato
- ◆ Specializzarsi nei bisogni energetici e nutrizionali dei bambini sportivi
- ◆ Specializzarsi nelle esigenze energetiche e nutrizionali degli atleti paralimpici



Obiettivi specifici

- ◆ Distinguere i principali limiti alla performance derivanti dalle condizioni climatiche
- ◆ Sviluppare un piano di acclimatazione secondo la situazione data
- ◆ Approfondire gli adattamenti fisiologici dovuti all'altitudine
- ◆ Stabilire le corrette linee guida di idratazione in base al clima

“

Il nostro obiettivo è raggiungere l'eccellenza accademica e aiutarti affinché anche tu possa raggiungerla"



03

Direzione del corso

Il nostro personale docente, esperti in Nutrizione Sportiva, possiede un ampio prestigio, si tratta di professionisti con anni di esperienza nell'insegnamento che si sono riuniti per aiutarti a dare una svolta alla tua professione. Hanno creato per tale motivo questo Corso Universitario con le ultime novità in materia, che ti permetterà di specializzarti ancora di più e di aumentare le tue competenze in questo settore.





“

Impara dai migliori esperti e diventa tu stesso un professionista di successo”

Direttrice Ospite Internazionale

Jamie Meeks ha dimostrato nel corso della sua carriera la sua dedizione alla **Nutrizione Sportiva**. Dopo essersi laureata in quel campo alla Louisiana State University, si è subito distinta. Il suo talento e impegno sono stati riconosciuti quando ha ricevuto il prestigioso **premio di Giovane Dietista dell'Anno** dall'Associazione Dietetica della Louisiana, un traguardo che ha segnato l'inizio di una carriera di successo.

Dopo aver completato la sua laurea, Jamie Meeks ha continuato la sua istruzione presso l'Università di Arkansas, dove ha completato il suo tirocinio in **Dietetica**. Ha conseguito un Master in Kinesiologia con specializzazione in **Fisiologia dell'Esercizio** presso la Louisiana State University. La sua passione per aiutare gli atleti a raggiungere il loro massimo potenziale e il suo impegno instancabile verso l'eccellenza la rendono una figura di spicco nella comunità sportiva e nutrizionale.

La sua profonda conoscenza in questo settore l'ha portata a diventare la prima **Direttrice di Nutrizione Sportiva** nella storia del dipartimento atletico della Louisiana State University. Lì, ha sviluppato programmi innovativi per soddisfare le esigenze alimentari degli atleti e istruirli sull'importanza di un'**alimentazione corretta** per la **prestazione ottimale**.

Successivamente, ha ricoperto il ruolo di **Direttrice della Nutrizione Sportiva** nella squadra **New Orleans Saints** della NFL. In questa posizione, si impegna a garantire che i giocatori professionisti ricevano la migliore assistenza nutrizionale possibile, lavorando a stretto contatto con gli allenatori, i preparatori fisici e il personale medico per ottimizzare le prestazioni individuali e la salute.

Jamie Meeks è considerata una vera leader nel suo campo, essendo un membro attivo di diverse associazioni professionali e partecipando al progresso della **Nutrizione Sportiva** a livello nazionale.

A questo proposito, è anche membro dell'**Accademia di Nutrizione e Dietetica** e dell'**Associazione di Dietisti Sportivi e Professionali**.



Dott.ssa Meeks, Jamie

- ♦ Direttrice della Nutrizione Sportiva dei New Orleans Saints della NFL, Louisiana, Stati Uniti
- ♦ Coordinatrice di Nutrizione Sportiva alla Louisiana State University
- ♦ Dietista registrata presso l'Accademia di Nutrizione e Dietetica
- ♦ Specialista certificata in dietetica sportiva
- ♦ Master in Kinesiologia con specializzazione in Fisiologia dell'Esercizio dalla Louisiana State University
- ♦ Laurea in Dietetica presso la Louisiana State University
- ♦ Membro di: Associazione Dietetica della Louisiana, Associazione dei Dietologi Sportivi Collegiali e Professionali, Gruppo di Pratica Dietetica di Nutrizione Sportiva Cardiovascolare e del Benessere

“

*Grazie a TECH potrai
apprendere accanto ai 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 di Murcia
- ◆ Docente Universitario
- ◆ Laurea in Nutrizione Umana e Dietetica
- ◆ Master Universitario in Nutrizione applicata all'Attività Fisica e allo Sport



04

Struttura e contenuti

La struttura dei contenuti è stata ideata da un team di professionisti consapevoli dell'importanza di una specializzazione e un aggiornamento costanti al momento di svolgere il proprio lavoro e che si impegnano a impartire un insegnamento di qualità basato sulle nuove tecnologie educative.



“

Questo Corso Universitario in Nutrizione Sportiva in Condizioni Avverse possiede il programma scientifico più completo e aggiornato del mercato”

Modulo 1. Condizioni avverse

- 1.1. Storia dello sport in condizioni estreme
 - 1.1.1. Gare invernali nella storia
 - 1.1.2. Gare in ambienti caldi oggi
- 1.2. Limiti di rendimento nei climi caldi
 - 1.2.1. Disidratazione
 - 1.2.2. Affaticamento
- 1.3. Caratteristiche di base nei climi caldi
 - 1.3.1. Alta temperatura e umidità
 - 1.3.2. Acclimatazione
- 1.4. Nutrizione e idratazione nei climi caldi
 - 1.4.1. Idratazione ed elettroliti
 - 1.4.2. Carboidrati
- 1.5. Vincoli di rendimento nei climi freddi
 - 1.5.1. Affaticamento
 - 1.5.2. Indumenti
- 1.6. Caratteristiche di base nei climi freddi
 - 1.6.1. Freddo estremo
 - 1.6.2. Riduzione del $\dot{V}O_2\text{max}$
- 1.7. Nutrizione e idratazione nei climi freddi
 - 1.7.1. Idratazione
 - 1.7.2. Carboidrati





“

*Un'esperienza educativa unica,
chiave e decisiva per potenziare
il tuo sviluppo professionale”*

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 applichiamo il Metodo Casistico

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

Grazie a TECH potrai sperimentare un modo di imparare che sta scuotendo le fondamenta delle università tradizionali di tutto il mondo.



Secondo il dottor Gervas, il caso clinico è una presentazione con osservazioni del paziente, o di un gruppo di pazienti, che diventa un "caso", un esempio o un modello che illustra qualche componente clinica particolare, sia per il suo potenziale didattico che per la sua singolarità o rarità. È essenziale che il caso faccia riferimento alla vita professionale attuale, cercando di ricreare le condizioni reali della pratica professionale del medico.

“

Sapevi che questo metodo è stato sviluppato ad Harvard nel 1912 per gli studenti di Diritto? Il metodo casistico consisteva nel presentare agli studenti situazioni reali complesse per far prendere loro decisioni e giustificare come risolverle. Nel 1924 fu stabilito come metodo di insegnamento standard ad Harvard”

L'efficacia del metodo è giustificata da quattro risultati chiave:

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



Metodologia Relearning

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

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

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



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

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

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

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

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



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



Materiali di studio

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

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



Tecniche chirurgiche e procedure in video

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



Riepiloghi interattivi

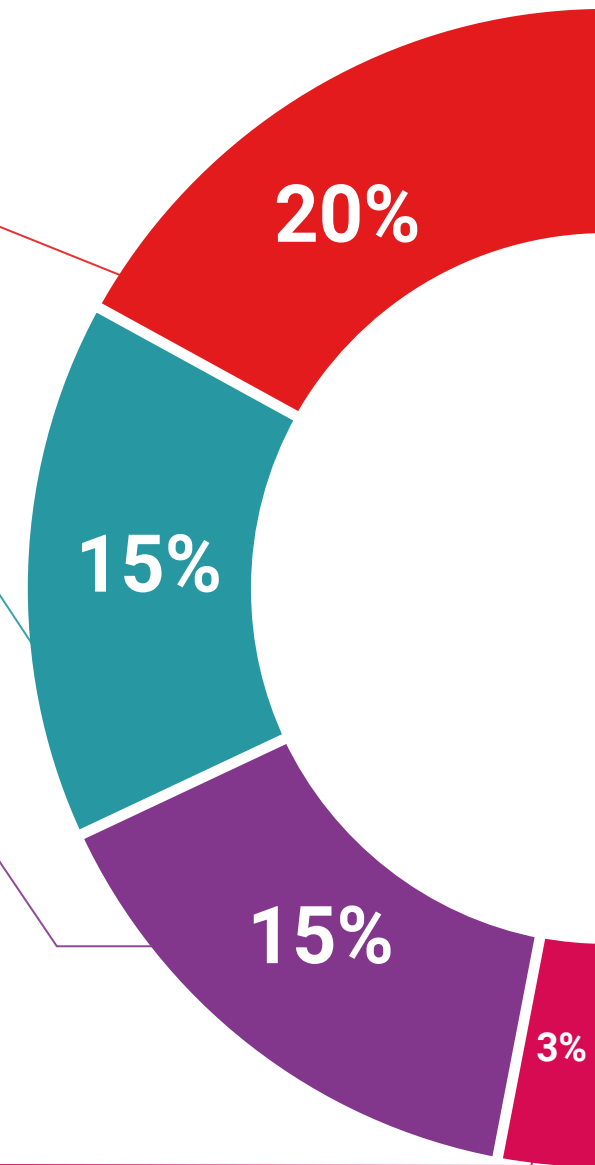
Il team di TECH presenta i contenuti in modo accattivante e dinamico in pillole multimediali che includono audio, video, immagini, diagrammi e mappe concettuali per consolidare la conoscenza.

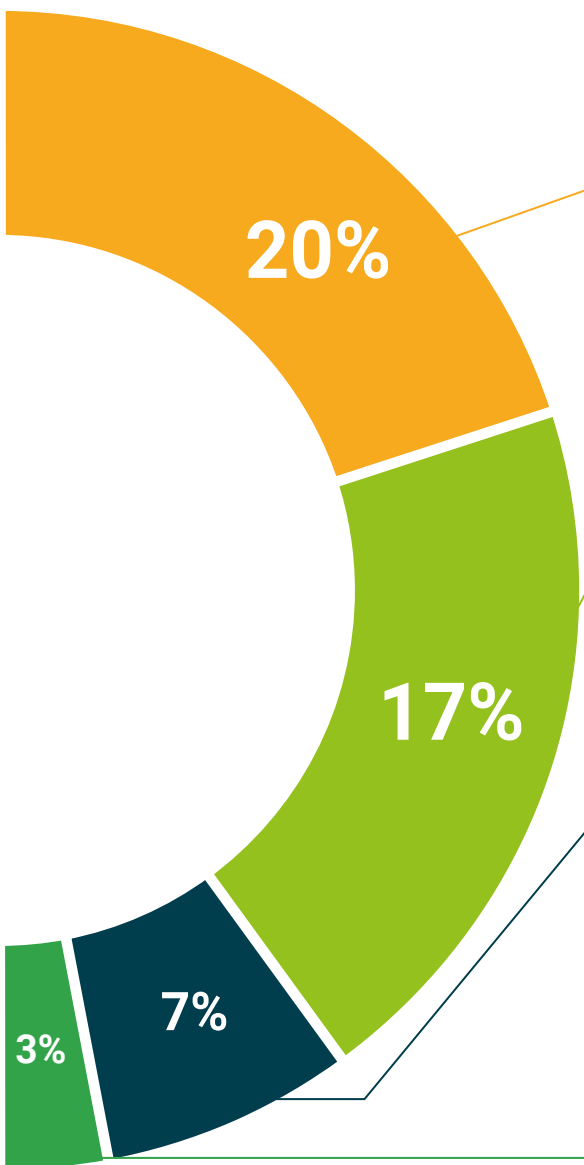
Questo esclusivo sistema di specializzazione per la presentazione di contenuti multimediali è stato premiato da Microsoft come "Caso di successo in Europa".



Letture complementari

Articoli recenti, documenti di consenso e linee guida internazionali, tra gli altri. Nella biblioteca virtuale di TECH potrai accedere a tutto il materiale necessario per completare la tua specializzazione.





Analisi di casi elaborati e condotti da esperti

Un apprendimento efficace deve necessariamente essere contestuale. Per questa ragione, TECH ti presenta il trattamento di alcuni casi reali in cui l'esperto ti guiderà attraverso lo sviluppo dell'attenzione e della risoluzione di diverse situazioni: un modo chiaro e diretto per raggiungere il massimo grado di comprensione.



Testing & Retesting

Valutiamo e rivalutiamo periodicamente le tue conoscenze durante tutto il programma con attività ed esercizi di valutazione e autovalutazione, affinché tu possa verificare come raggiungi progressivamente i tuoi obiettivi.



Master class

Esistono evidenze scientifiche sull'utilità dell'osservazione di esperti terzi: la denominazione "Learning from an Expert" rafforza le conoscenze e i ricordi e genera sicurezza nel futuro processo decisionale.



Guide di consultazione veloce

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



06 Titolo

Il Corso Universitario in Nutrizione Sportiva in Condizioni Avverse 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 in Condizioni Avverse** 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 in Condizioni Avverse**

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
in Condizioni Avverse

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

Corso Universitario

Nutrizione Sportiva in Condizioni Avverse

Approvato dall'NBA

