

# Mestrado Próprio Semipresencial

Nutrição Esportiva Terapêutica





## Mestrado Próprio Semipresencial

### Nutrição Esportiva Terapêutica

- » Modalidade: online
- » Duração: 12 meses
- » Certificado: TECH Universidade Tecnológica
- » Horário: no seu próprio ritmo
- » Provas: online

Acesso ao site: [www.techtute.com/br/medicina/mestrado-proprio-semipresencial/mestrado-proprio-semipresencial-nutricao-esportiva-terapeutica](http://www.techtute.com/br/medicina/mestrado-proprio-semipresencial/mestrado-proprio-semipresencial-nutricao-esportiva-terapeutica)

# Índice

01	02	03	04
Apresentação	Por que fazer este Mestrado Próprio Semipresencial?	Objetivos	Competências
<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>
<i>pág. 4</i>	<i>pág. 8</i>	<i>pág. 12</i>	<i>pág. 18</i>
	05	06	07
	Direção do curso	Estrutura e conteúdo	Estágio Clínico
	<hr/>	<hr/>	<hr/>
	<i>pág. 22</i>	<i>pág. 26</i>	<i>pág. 34</i>
	08	09	10
	Onde posso realizar o Estágio Clínico?	Metodologia	Certificado
	<hr/>	<hr/>	<hr/>
	<i>pág. 40</i>	<i>pág. 44</i>	<i>pág. 52</i>

# 01

# Apresentação

As ciências do esporte evoluíram e, com elas, foram implementados protocolos de atendimento e recursos tecnológicos que, com base em uma nutrição adequada, podem prevenir diferentes doenças físicas em atletas de elite. No entanto, manter-se a par desses desenvolvimentos no campo da saúde pode ser um desafio para os especialistas. Portanto, essa qualificação oferece uma combinação excepcional de aprendizado teórico e prático em relação à Nutrição Esportiva Terapêutica. Para isso, essa modalidade educacional propõe, em primeiro lugar, um período de estudo 100% online, a partir de uma plataforma interativa com vários recursos multimídia, com duração de 1.500 horas. Em seguida, o médico concluirá um estágio intensivo de 3 semanas em um hospital de renome.



A person wearing a blue shirt is shown from the side, holding a pole with yellow, pink, and green sections. The background is a bright sky with light clouds. The image is partially obscured by a large blue diagonal graphic element.

“

*Atualize suas habilidades no monitoramento do gasto energético para atletas de diferentes modalidades por meio deste excelente programa teórico e prático da TECH”*

Há vários anos, a ciência e a tecnologia têm se empenhado em fornecer aos atletas de alto desempenho as melhores recomendações nutricionais. Por esse motivo, nos últimos tempos, houve um aumento nos estudos que analisam o impacto do gasto energético na saúde do atleta e como beneficiar seus resultados competitivos por meio de uma dieta personalizada para sua disciplina e características fisiológicas. Da mesma forma, essa área da medicina também se esforça para encontrar melhores oportunidades para que pessoas com deficiências ou doenças crônicas, como diabetes, desenvolvam exercícios físicos de qualidade e alcancem resultados campeões. Da mesma forma, essa área da medicina também se esforça para encontrar melhores oportunidades para que pessoas com deficiências ou doenças crônicas, como diabetes, desenvolvam exercícios físicos de qualidade e alcancem resultados campeões.

A TECH, disposta a romper com esse padrão, propõe uma modalidade acadêmica inovadora que se diferencia de qualquer outro concorrente no mercado, levando em conta os interesses e objetivos do profissional médico. É por isso que este programa é composto de dois estágios distintos. Em primeiro lugar, o médico terá em suas mãos os conceitos mais atualizados e o conhecimento teórico do assunto em questão. Em primeiro lugar, o médico terá em suas mãos os conceitos mais atualizados e o conhecimento teórico do assunto em questão. Para o estudo de todos esses conteúdos, o especialista terá 1.500 horas e a orientação personalizada de uma equipe de professores de alto nível.

atendimento clínico intensivo e abrangente em uma instituição hospitalar de última geração. Esse estágio será realizado em dias de 8 horas, de segunda a sexta-feira, por um total de 3 semanas. Durante esse tempo, o profissional de saúde terá acesso às mais modernas tecnologias no campo da Nutrição Esportiva Terapêutica e se aprofundará em seu uso e nas aplicações que podem ser desenvolvidas a partir delas. Ao mesmo tempo, será possível tratar pacientes reais com várias patologias. Além disso, será supervisionado e acompanhado o tempo todo por especialistas com ampla experiência e reconhecimento internacional.

Este **Mestrado Próprio Semipresencial em Nutrição Esportiva Terapêutica** conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado. Suas principais características são:

- ♦ Desenvolvimento de mais de 100 casos clínicos apresentados por profissionais de Nutrição Esportiva Terapêutica com experiência no tratamento de pacientes esportivos com diferentes necessidades dietéticas
- ♦ Seu conteúdo gráfico, esquemático e extremamente prático, projetado para fornecer informações científicas e assistenciais sobre as disciplinas médicas essenciais para a prática profissional
- ♦ Planos abrangentes para ação sistematizada sobre as principais patologias
- ♦ Apresentação de oficinas práticas sobre técnicas diagnósticas e terapêuticas
- ♦ Sistema interativo de aprendizagem baseado em algoritmos para a tomada de decisões sobre as situações clínicas levantadas
- ♦ Diretrizes de prática clínica sobre a abordagem das diferentes patologias
- ♦ Aulas teóricas, perguntas aos especialistas, fóruns de discussão sobre temas controversos e trabalhos de reflexão individual
- ♦ Disponibilidade de conteúdo através de qualquer dispositivo fixo ou portátil com conexão à Internet
- ♦ Além disso, o aluno poderá fazer um estágio clínico em um dos melhores hospitais do mundo



*Acrescente ao estudo online dos últimos avanços em Nutrição Esportiva Terapêutica uma prática clínica de alto nível, na qual você consolidará seus conhecimentos e habilidades com total garantia”*

“

*Acrescente ao estudo online dos últimos avanços em Nutrição Esportiva Terapêutica uma prática clínica de alto nível, na qual você consolidará seus conhecimentos e habilidades com total garantia e receber o guia personalizado de grandes especialistas”*

Nesta proposta de mestrado, de natureza profissional e modalidade semipresencial, o programa visa à atualização de profissionais em Nutrição Esportiva Terapêutica. O conteúdo é baseado nas últimas evidências científicas e orientado de forma didática, integrando o conhecimento teórico cotidiana prática profissional e os elementos teórico-práticos que facilitarão a atualização do conhecimento e possibilitarão a tomada de decisões no manejo do paciente.

O seu conteúdo multimídia, desenvolvido com a mais recente tecnologia educacional, oferece ao profissional da área da saúde uma aprendizagem situada e contextual, ou seja, um ambiente simulado que proporcionará uma aprendizagem imersiva programada para capacitar mediante situações reais. A concepção deste programa se concentra no aprendizado baseado em problemas, por meio do qual os estudantes devem tentar resolver as diferentes situações de prática profissional que surgem ao longo do programa. Para isso, contará com a ajuda de um inovador sistema de vídeo interativo realizado por especialistas reconhecidos.

*Para concluir a fase teórica deste Mestrado Próprio Semipresencial, você terá 1.500 horas de acesso à plataforma de aprendizagem 100% online e aos mais valiosos recursos multimídia.*

*Atualize-se sobre os avanços no campo da nutrição esportiva terapêutica e de precisão durante um estágio intensiva em um hospital de última geração.*



# 02

## Por que fazer este Mestrado Próprio Semipresencial?

A TECH criou este Mestrado Próprio Semipresencial para permitir que os profissionais se atualizem com os mais recentes desenvolvimentos na área de Nutrição Esportiva Terapêutica. Para esse processo educacional, o especialista contará com uma equipe de professores de excelência e um programa de estudos muito completo que estará disponível 100% online em uma plataforma de estudos inovadora. Por sua vez, em uma segunda etapa prática, o aluno aplicará esse conhecimento de forma presencial por meio de um estágio imersivo e rigoroso em uma instituição hospitalar de prestígio.



“

*A TECH lhe dá acesso a especialistas internacionais de prestígio e a oportunidade de atualizar seus conhecimentos com eles em renomados centros de saúde localizados em diferentes cidades e continentes”*

### **1. Atualizar-se através da mais recente tecnologia disponível**

Por meio dessa qualificação, o especialista será atualizado no uso das mais modernas ferramentas tecnológicas relacionadas à Nutrição Esportiva Terapêutica. A partir desse processo intensivo de estudos teóricos e práticos, os alunos formados poderão aprimorar suas habilidades e implementar a mais alta qualidade de assistência médica em suas vidas diárias.

### **2. Aprofundar-se através da experiência dos melhores especialistas**

Com a ajuda desse Mestrado Próprio Semipresencial, os profissionais de saúde terão acesso a uma equipe de professores de excelência. Por meio deles, o aluno será atualizado sobre as últimas tendências em gestão clínica e as metodologias de acompanhamento mais abrangentes para atletas saudáveis e paraolímpicos. Ao mesmo tempo, durante a segunda parte desse modelo de aprendizado, o aluno poderá aplicar seus novos conhecimentos sob a orientação dos melhores especialistas do setor durante seu treinamento prático.

### **3. Ter acesso a ambientes clínicos de excelência**

Após uma análise minuciosa dos centros de maior prestígio em relação ao campo da Nutrição Esportiva Terapêutica, a TECH escolheu as instituições onde as tecnologias médicas e o pessoal de saúde se unem de forma excepcional para a prática clínica desse curso. Dessa forma, o especialista terá à sua disposição as melhores ferramentas e consultores práticos para adquirir uma atualização mais exaustiva e rigorosa.





#### **4. Combinar a melhor teoria com a prática mais avançada**

Este programa acadêmico, composto por duas partes, se destaca no cenário educacional por sua capacidade de integrar o conhecimento teórico com a prática. Essa facilidade é possível devido à inclusão de uma segunda etapa, na qual o programa oferece um estágio presencial totalmente supervisionado por um orientador renomado.

#### **5. Ampliar as fronteiras do conhecimento**

A TECH, como uma instituição educacional de alcance internacional, possui acesso a centros especializados localizados em diversas partes do mundo. Assim, o médico que optar por esse programa de atualização poderá ampliar suas habilidades em diferentes fronteiras e exercitar seus conhecimentos ao lado dos especialistas mais reconhecidos no cenário mundial da saúde.

“

*Você irá vivenciar uma  
imersão prática completa  
na clínica que escolher”*

# 03

## Objetivos

Este Mestrado Próprio Semipresencial em Nutrição Esportiva Terapêutica é uma referência no panorama educacional devido ao seu conteúdo teórico e prático atualizado. Este plano de estudos impulsionará o especialista em sua carreira profissional por meio de uma formação mais versátil, alinhada com o uso de tecnologias modernas do ponto de vista do atendimento clínico. Da mesma forma, o cumprimento dos objetivos gerais e específicos dessa qualificação será supervisionado por especialistas com ampla experiência terapêutica e de ensino, que garantirão que o aluno tenha um domínio completo das últimas tendências nessa área da saúde.



“

*Você ampliará seus conhecimentos sobre as necessidades nutricionais e energéticas de atletas infantis e paraolímpicos por meio deste mestrado próprio semipresencial”*



## Objetivo geral

---

- Este programa acadêmico da TECH visa desenvolver vários objetivos educacionais. Por um lado, esse curso tem como objetivo fornecer aos alunos os conhecimentos mais avançados sobre planejamento nutricional para esportistas profissionais e não profissionais, para o desempenho saudável do exercício físico. Por sua vez, incorporará em sua prática diária os recursos tecnológicos, clínicos e, em suma, multidisciplinares, cuja aplicação já foi comprovada nesse campo de atendimento. Além disso, ele atualizará as necessidades energéticas e nutricionais de atletas com diferentes condições fisiopatológicas, marcadas por gênero, idade ou deficiência.

“

*Você aplicará, por meio da TECH, as técnicas mais modernas para a análise das necessidades nutricionais de pacientes esportivos, com base na Nutrigenética e na Nutrigenômica”*





## Objetivos específicos

---

### **Módulo 1. Fisiologia muscular e metabólica relacionada ao exercício**

- ♦ Conhecer detalhadamente a estrutura do músculo esquelético
- ♦ Compreender detalhadamente como o músculo esquelético funciona
- ♦ Aprofundar-se nas adaptações mais importantes que ocorrem nos atletas
- ♦ Aprofundar os mecanismos de produção de energia com base no tipo de exercício realizado
- ♦ Examinar conhecimento sobre a integração dos diferentes sistemas de energia que compõem o metabolismo energético muscular.

### **Módulo 2. Avaliação do esportista em diferentes momentos da temporada**

- ♦ Detectar déficits nutricionais ou estados de excesso de treinamento por meio da bioquímica do corpo humano
- ♦ Interpretação dos diferentes métodos de composição corporal, para otimizar o peso e a porcentagem de gordura adequados ao esporte que pratica
- ♦ Aprenda a monitorar o esportista ao longo da temporada
- ♦ Planejar os períodos da temporada de acordo com suas necessidades

### **Módulo 3. Esportes aquáticos**

- ♦ Aprofundar as características mais importantes dos principais esportes aquáticos
- ♦ Compreender as demandas e exigências envolvidas na atividade esportiva no meio aquático
- ♦ Diferenciar as necessidades nutricionais de diferentes esportes aquáticos

#### Módulo 4. Condições adversas

- ♦ Conhecer as principais restrições de desempenho causadas pelo clima
- ♦ Desenvolver um plano de aclimação de acordo com a situação em questão
- ♦ Delimitar as adaptações fisiológicas devido à altitude
- ♦ Estabelecer diretrizes de hidratação individual corretas de acordo com o clima

#### Módulo 5. Esportes por categoria de peso

- ♦ Examinar as diferentes características e necessidades dentro dos esportes por categoria de peso
- ♦ Compreender a fundo as estratégias nutricionais na preparação do atleta para a competição
- ♦ Otimizar a melhoria da composição corporal através de uma abordagem nutricional

#### Módulo 6. 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 7. Diferentes etapas ou populações específicas

- ♦ Explicar as características fisiológicas particulares a serem levadas em conta na abordagem nutricional dos diferentes grupos
- ♦ Entender a fundo os fatores externos e internos que influenciam a abordagem nutricional para esses grupos



**Módulo 8. Período de lesão**

- ♦ Determinar as diferentes fases da lesão
- ♦ Auxiliar na prevenção de lesões
- ♦ Melhorar o prognóstico da lesão
- ♦ Estabelecer uma estratégia nutricional de acordo com as novas necessidades nutricionais que surgem durante o período de lesão

**Módulo 9. Paratleta**

- ♦ Aprofundar as diferenças entre as distintas categorias de paratleta e suas limitações fisiológico-metabólicas
- ♦ Reconhecer as necessidades nutricionais dos diferentes atletas, a fim de estabelecer um plano nutricional preciso
- ♦ Aprofundar nos conhecimentos necessários para estabelecer interações entre a ingestão de fármacos e nutrientes nestes esportistas, a fim de evitar déficits
- ♦ Compreender a composição corporal dos paratletas em diferentes modalidades esportivas
- ♦ Aplicar as atuais evidências científicas sobre as ajudas nutricionais ergogênicas

**Módulo 10. Deportista diabético tipo 1**

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

# 04

## Competências

Ao final dos dois estágios de aprendizado desse mestrado próprio semipresencial, o profissional da área de saúde terá dominado as habilidades mais modernas e mais procuradas na área de saúde para oferecer aos pacientes uma Nutrição Esportiva Terapêutica de qualidade. Essas competências serão, ao mesmo tempo, apoiadas pelas evidências científicas e clínicas mais bem estabelecidas.





“

*Com este mestrado próprio semipresencial, o aluno explorará os critérios mais atualizados sobre a adaptação fisiológica a diferentes tipos de exercício e incorporará esses protocolos à sua prática diária imediatamente”*



## Competências gerais

---

- ♦ Aplicar as novas tendências em Nutrição Esportiva Terapêutica em seus pacientes
- ♦ Implementar as novas tendências em nutrição de acordo com as patologias dos adultos.
- ♦ Investigar os problemas nutricionais de seus pacientes

“

*Fique por dentro das mais recentes diretrizes sobre hidratação no esporte durante as fases teóricas e práticas desse excelente programa da TECH”*





## Competências específicas

---

- ♦ Consolidar a iniciativa e o espírito empreendedor o lançar projetos relacionados relacionados à nutrição na atividade física e no esporte
- ♦ Gerenciar habilidades avançadas para detectar os possíveis sinais de alteração nutricional associados à prática esportiva
- ♦ Gerenciar habilidades avançadas para detectar os possíveis sinais de alteração nutricional associados à prática esportiva
- ♦ Compreender as necessidades energéticas e nutricionais dos atletas em diferentes situações fisiopatológicas
- ♦ Avaliar as necessidades energéticas e nutricionais de crianças atletas
- ♦ Analisar as necessidades energéticas e nutricionais dos atletas paraolímpicos

# 05

## Direção do curso

Para este Mestrado Próprio Semipresencial em Nutrição Esportiva Terapêutica, a TECH reuniu uma equipe de professores de alto nível. Dessa forma, os médicos terão acesso aos profissionais mais qualificados do momento, que já estão aplicando os procedimentos e as tecnologias mais avançadas para essa especialidade em seus consultórios e na atividade clínica geral. Eles aceitaram o desafio de compor um programa de estudos com o conteúdo mais atualizado nessa área da saúde e o cumpriram, fornecendo conceitos teóricos e outros recursos audiovisuais de grande valor didático. Sua orientação personalizada fará com que o especialista se atualize da maneira mais rápida e flexível.



“

*Os profissionais de maior prestígio na área de Nutrição Esportiva Terapêutica compõem esse excelente corpo docente”*

## Direção



### Dr. Javier Marhuenda Hernández

- ♦ Nutricionista em clubes profissionais de futebol
- ♦ Chefe da Área de Nutrição Esportiva Club Albacete Balompié SAD
- ♦ Chefe da Área de Nutrição Esportiva Universidad Católica de Murcia, UCAM Murcia Club de Fútbol
- ♦ Consultor científico. Nutrium
- ♦ Consultor nutricional. Centro Impulso
- ♦ Palestrante e coordenador de estudos de pós-graduação
- ♦ Doutor em Nutrição e Segurança Alimentar. Universidad Católica San Antonio de Murcia
- ♦ Formado em Nutrição Humana e Dietética. Universidad Católica San Antonio de Murcia
- ♦ Mestrado em Nutrição Clínica Universidad Católica San Antonio de Murcia
- ♦ Acadêmico. Academia Española de Nutrición e Dietética (AEND)

## Professores

### Sr. Raúl Arcusa Saura

- ♦ Nutricionista Club Deportivo Castellón
- ♦ Nutricionista em diversos clubes semiprofissionais em Castellón
- ♦ Pesquisador. Universidad Católica San Antonio de Murcia
- ♦ Professor de graduação e pós-graduação
- ♦ Formado em Nutrição Humana e Dietética
- ♦ Mestrado Oficial em Nutrição na Atividade Física e no Esporte

### Sra. Johana Montoya Castaño

- ♦ Nutricionista Esportiva
- ♦ Nutricionista Ministério do Esporte da Colômbia (Mindeportes)
- ♦ Consultora científica. Bionutrition, Medellín
- ♦ Professora de nutrição esportiva
- ♦ Nutricionista Dietista. Universidade de Antioquia
- ♦ Mestrado em Nutrição na Atividade Física e Esporte Universidad Católica San Antonio de Murcia

**Sra. Marta Ramírez Munuera**

- ♦ Nutricionista esportiva com experiência em esportes de força.
- ♦ Nutricionista M10 Salus y Fitness. Centro de Saúde e Esportes
- ♦ Nutricionista Mario Ortiz Nutrition
- ♦ Formadora em cursos e workshops sobre Nutrição Esportiva
- ♦ Palestrante em conferências e seminários sobre Nutrição Esportiva
- ♦ Formada em Nutrição Humana e Dietética. Universidad Católica San Antonio de Murcia
- ♦ Mestrado em Nutrição na Atividade Física e Esporte Universidad Católica San Antonio de Murcia
- ♦ Mestrado em Nutrição na Atividade Física e no Esporte pela UCAM

“

*Os professores escolhidos pela TECH para esse Mestrado Próprio Semipresencial obtiveram sucesso por meio de uma prática profissional altamente atualizada, baseada nas mais recentes evidências científicas”*

# 06

## Estrutura e conteúdo

O plano de estudos deste Curso reúne um grande número de módulos acadêmicos que abrangem as inovações mais recentes no campo da Nutrição Esportiva Terapêutica. Entre os assuntos que se destacam nesse programa está uma análise aprofundada das patologias musculares e metabólicas relacionadas ao exercício físico e à atividade atlética de alto desempenho. A seguir, exploramos as contribuições de uma nutrição adequada para evitar lesões e outros danos fisiológicos que podem resultar de esportes intensos. Ele também examina as necessidades nutricionais mais comuns de atletas saudáveis, crianças e atletas paraolímpicos.





“

*Esse programa educacional é baseado em metodologias didáticas modernas, como o Relearning, para atualizar o especialista com relação aos conhecimentos mais complexos”*

## Módulo 1. Fisiologia muscular e metabólica relacionada ao exercício

- 1.1. Adaptações cardiovasculares relacionadas com o exercício
  - 1.1.1. Aumento do volume sistólico
  - 1.1.2. Diminuição da frequência cardíaca
- 1.2. Adaptações ventilatórias relacionadas com o exercício
  - 1.2.1. Mudanças no volume ventilatório
  - 1.2.2. Mudanças no consumo de oxigênio
- 1.3. Adaptações Hormonais relacionadas com o exercício
  - 1.3.1. Cortisol
  - 1.3.2. Testosterona
- 1.4. Estrutura muscular e tipos de fibras musculares
  - 1.4.1. A fibra muscular
  - 1.4.2. Fibras musculares tipo I
  - 1.4.3. Fibras musculares tipo II
- 1.5. Conceito de limiar láctico
- 1.6. ATP e o metabolismo do fosfagênio
  - 1.6.1. Caminhos metabólicos para a ressíntese do ATP durante o exercício
  - 1.6.2. Metabolismo do fosfagênio
- 1.7. Metabolismo dos carboidratos
  - 1.7.1. Mobilização de carboidratos durante o exercício
  - 1.7.2. Tipos de glicólise
- 1.8. Metabolismo dos lipídios
  - 1.8.1. Lipólise
  - 1.8.2. Oxidação de gordura durante o exercício
  - 1.8.3. Corpos cetônicos
- 1.9. Metabolismo das proteínas
  - 1.9.1. Metabolismo da amônia
  - 1.9.2. Oxidação de aminoácidos
- 1.10. Bioenergética mista das fibras musculares
  - 1.10.1. Fontes energéticas e sua relação com o exercício
  - 1.10.2. Fatores que determinam o uso de uma ou outra fonte de energia durante o exercício

## Módulo 2. Avaliação do atleta em diferentes momentos da temporada

- 2.1. Avaliação bioquímica
  - 2.1.1. Hemograma
  - 2.1.2. Marcadores de excesso de treinamento
- 2.2. Avaliação antropométrica
  - 2.2.1. Composição corporal
  - 2.2.2. Perfil ISAK
- 2.3. Pré-temporada
  - 2.3.1. Carga de trabalho elevada
  - 2.3.2. Garantir a ingestão de calorias e proteínas
- 2.4. Temporada competitiva
  - 2.4.1. Desempenho esportivo
  - 2.4.2. Recuperação entre partidas
- 2.5. Período de transição
  - 2.5.1. Período vocacional
  - 2.5.2. Mudanças na composição corporal
- 2.6. Viagens
  - 2.6.1. Torneios durante a temporada
  - 2.6.2. Torneios fora de temporada (Copas do Mundo, Copas Europeias e Jogos Olímpicos)
- 2.7. Monitoramento de atletas
  - 2.7.1. Nível basal do atleta
  - 2.7.2. Evolução durante a temporada
- 2.8. Cálculo da taxa de suor
  - 2.8.1. Perdas de líquidos
  - 2.8.2. Protocolo de cálculo
- 2.9. Trabalho multidisciplinar
  - 2.9.1. O papel do nutricionista no ambiente do atleta
  - 2.9.2. Comunicação com as demais áreas
- 2.10. Doping
  - 2.10.1. Lista WADA
  - 2.10.2. Testes antidoping

### Módulo 3. Esportes aquáticos

- 3.1. História dos esportes aquáticos
  - 3.1.1. Olimpíadas e principais torneios
  - 3.1.2. Esportes aquáticos na atualidade
- 3.2. Limitações de desempenho
  - 3.2.1. Esportes aquáticos na água (natação, pólo aquático, etc.)
  - 3.2.2. Esportes aquáticos na água (surfe, vela, canoagem, etc.)
- 3.3. Características básicas dos esportes aquáticos
  - 3.3.1. Esportes aquáticos na água (natação, pólo aquático, etc.)
  - 3.3.2. Esportes aquáticos na água (surfe, vela, canoagem, etc.)
- 3.4. Fisiologia dos esportes aquáticos
  - 3.4.1. Metabolismo energético
  - 3.4.2. Biótipo do atleta
- 3.5. Treinamento
  - 3.5.1. Força
  - 3.5.2. Resistência
- 3.6. Composição corporal
  - 3.6.1. Natação
  - 3.6.2. Pólo aquático
- 3.7. Pré-competição
  - 3.7.1. 3 horas antes
  - 3.7.2. 1 hora antes
- 3.8. Pré-competição
  - 3.8.1. Carboidratos
  - 3.8.2. Hidratação
- 3.9. Pós-competição
  - 3.9.1. Hidratação
  - 3.9.2. Proteína
- 3.10. Ajudas ergogênicas
  - 3.10.1. Creatina
  - 3.10.2. Cafeína

### Módulo 4. Condições adversas

- 4.1. História do esporte em condições extremas
  - 4.1.1. Competições de inverno na história
  - 4.1.2. Competições em ambientes quentes atualmente
- 4.2. Limitações de desempenho em climas quentes
  - 4.2.1. Desidratação
  - 4.2.2. Fadiga
- 4.3. Características básicas em climas quentes
  - 4.3.1. Temperatura e umidade elevadas
  - 4.3.2. Aclimação
- 4.4. Nutrição e hidratação em climas quentes
  - 4.4.1. Hidratação e eletrólitos
  - 4.4.2. Carboidratos
- 4.5. Limitações de desempenho em climas frios
  - 4.5.1. Fadiga
  - 4.5.2. Roupas volumosas
- 4.6. Características básicas em climas frios
  - 4.6.1. Frio extremo
  - 4.6.2. VO<sub>2</sub>max reduzido
- 4.7. Nutrição e hidratação em climas frios
  - 4.7.1. Hidratação
  - 4.7.2. Carboidratos

### Módulo 5. Esportes por categoria de peso

- 5.1. Características dos principais esportes por categoria de peso
  - 5.1.1. Regulamento
  - 5.1.2. Categoria:
- 5.2. Programação da temporada
  - 5.2.1. Concursos
  - 5.2.2. Macro ciclo
- 5.3. Composição corporal
  - 5.3.1. Esportes de combate
  - 5.3.2. Levantamento de peso

- 5.4. Etapas do ganho de massa muscular
  - 5.4.1. Porcentagem de gordura corporal
  - 5.4.2. Programação
- 5.5. Etapas de definição
  - 5.5.1. Carboidratos
  - 5.5.2. Proteína
- 5.6. Pré-competição
  - 5.6.1. Peek week
  - 5.6.2. Antes da pesagem
- 5.7. Pré-competição
  - 5.7.1. Aplicações práticas
  - 5.7.2. *Timing*
- 5.8. Pós-competição
  - 5.8.1. Hidratação
  - 5.8.2. Proteína
- 5.9. Ajudas ergogênicas
  - 5.9.1. Creatina
  - 5.9.2. Whey protein

## Módulo 6. Vegetarianismo e veganismo

- 6.1. O vegetarianismo e o veganismo na história do esporte
  - 6.1.1. Início do veganismo no esporte
  - 6.1.2. Atletas vegetarianos na atualidade
- 6.2. Diferentes tipos de alimentação naturista
  - 6.2.1. Atleta vegano
  - 6.2.2. Atleta vegetariano
- 6.3. Erros frequentes cometidos pelo atleta vegano
  - 6.3.1. Balanço energético
  - 6.3.2. Consumo de proteína
- 6.4. Vitamina B12
  - 6.4.1. Suplementação de B12
  - 6.4.2. Biodisponibilidade das algas spirulina



- 6.5. Fontes de proteína em dietas veganas/vegetarianas
  - 6.5.1. Qualidade proteica
  - 6.5.2. Sustentabilidade ambiental
- 6.6. Outros nutrientes essenciais em veganos
  - 6.6.1. Conversão da ALA para EPA/DHA
  - 6.6.2. Fe, Ca, Vit-D e Zn
- 6.7. Avaliação bioquímica/deficiências nutricionais
  - 6.7.1. Anemia
  - 6.7.2. Sarcopênia
- 6.8. Alimentação vegana vs. Alimentação onívora
  - 6.8.1. Alimentação evolutiva
  - 6.8.2. Alimentação atual
- 6.9. Ajudas ergogênicas
  - 6.9.1. Creatina
  - 6.9.2. Proteína vegetal
- 6.10. Fatores que diminuem a absorção de nutrientes
  - 6.10.1. Alto consumo de fibra
  - 6.10.2. Oxalatos

## Módulo 7. Diferentes etapas ou populações específicas

- 7.1. Nutrição em atletas mulheres
  - 7.1.1. Fatores limitantes
  - 7.1.2. Requisitos
- 7.2. Ciclo menstrual
  - 7.2.1. Fase lútea
  - 7.2.2. Fase Folicular
- 7.3. Tríade
  - 7.3.1. Amenorreia
  - 7.3.2. Osteoporose
- 7.4. Nutrição na atleta gestante
  - 7.4.1. Necessidades energéticas
  - 7.4.2. Micronutrientes

- 7.5. Efeitos do exercício físico na criança atleta
  - 7.5.1. Treinamento de força
  - 7.5.2. Treinamento de resistência
- 7.6. Educação nutricional para a criança atleta
  - 7.6.1. Açúcar
  - 7.6.2. Transtorno Alimentar (TA)
- 7.7. Necessidades nutricionais da criança atleta
  - 7.7.1. Carboidratos
  - 7.7.2. Proteínas
- 7.8. Mudanças associadas ao envelhecimento
  - 7.8.1. Porcentagem de gordura corporal
  - 7.8.2. Massa muscular
- 7.9. Principais problemas no esportista sênior
  - 7.9.1. Articulações
  - 7.9.2. Saúde cardiovascular
- 7.10. Suplementação interessante para esportistas seniores
  - 7.10.1. Whey protein
  - 7.10.2. Creatina

## Módulo 8. Período de lesão

- 8.1. Introdução
- 8.2. Prevenção de lesões em atletas
  - 8.2.1. Disponibilidade relativa de energia no esporte
  - 8.2.2. Saúde bucal e implicações para as lesões
  - 8.2.3. Fadiga, nutrição e lesões
  - 8.2.4. Sono, nutrição e lesões
- 8.3. Fases da lesão
  - 8.3.1. Fase de imobilização Inflamação e mudanças que ocorrem durante esta fase
  - 8.3.2. Fase de retorno da atividade
- 8.4. Consumo de energia durante o período de lesão

- 8.5. Consumo de macronutrientes durante o período de lesão
  - 8.5.1. Consumo de carboidratos
  - 8.5.2. Consumo de gordura
  - 8.5.3. Consumo de proteínas
- 8.6. Consumo de micronutrientes de especial interesse durante a lesão
- 8.7. Suplementos esportivos com evidências durante o período de lesão
  - 8.7.1. Creatina
  - 8.7.2. Ômega 3
  - 8.7.3. Outros
- 8.8. Lesões de tendões e ligamentos
  - 8.8.1. Introdução às lesões de tendões e ligamentos. Estrutura do tendão
  - 8.8.2. Colágeno, gelatina e vitamina C podem ajudar?
  - 8.8.3. Outros nutrientes envolvidos na síntese de colágeno
- 8.9. Retorno à competição
  - 8.9.1. Considerações nutricionais no retorno à competição
- 8.10. Estudos de casos interessantes na literatura científica sobre lesões

## Módulo 9. Paratleta

- 9.1. Classificação e categorias em paratletas
  - 9.1.1. O que é um paratleta?
  - 9.1.2. Como são classificados os paratletas?
- 9.2. Ciência do esporte em paratletas
  - 9.2.1. Metabolismo e fisiologia
  - 9.2.2. Biomecânica
  - 9.2.3. Psicologia
- 9.3. Requisitos de energia e hidratação em paratletas
  - 9.3.1. Ótimas demandas de energia para treinamento
  - 9.3.2. Planejamento de hidratação antes, durante e depois dos treinamentos e competições

- 9.4. Problemas nutricionais em diferentes categorias de paratletas de acordo com sua patologia ou anomalia
  - 9.4.1. Lesões da medula espinhal
  - 9.4.2. Paralisia cerebral e lesões cerebrais adquiridas
  - 9.4.3. Amputados
  - 9.4.4. Deficiência visual e auditiva
  - 9.4.5. Deficiências intelectuais
- 9.5. Planejamento nutricional em paratletas com lesão medular, paralisia cerebral e lesões cerebrais adquiridas
  - 9.5.1. Requisitos nutricionais (macro e micronutrientes)
  - 9.5.2. Transpiração e reposição de líquidos durante o exercício
- 9.6. Planejamento nutricional em paratletas com amputações
  - 9.6.1. Necessidades energéticas
  - 9.6.2. Macronutrientes
  - 9.6.3. Termorregulação e hidratação
  - 9.6.4. Questões nutricionais relacionadas às próteses
- 9.7. Planejamento e problemas nutricionais em paratletas com deficiência visual e déficits intelectuais
  - 9.7.1. Problemas de nutrição esportiva com deficiência visual: retinite pigmentosa, retinopatia diabética, albinismo, doença de Stargardt e patologias da audição
  - 9.7.2. Problemas de nutrição esportiva com deficiências intelectuais: síndrome de Down, autismo e síndrome de Asperger e fenilcetonúria
- 9.8. Composição do corpo em paratletas
  - 9.8.1. Técnicas de medição
  - 9.8.2. Fatores que influenciam a confiabilidade de diferentes métodos de medição
- 9.9. Farmacologia e interações com nutrientes
  - 9.9.1. Diferentes tipos de medicamentos ingeridos por paratletas
  - 9.9.2. Carências de micronutrientes em paratletas
- 9.10. Ajudas ergogênicas
  - 9.10.1. Suplementos potencialmente benéficos para os paratletas
  - 9.10.2. Consequências negativas para a saúde e contaminação e problemas de doping devido à ingestão de produtos ergogênicos

## Módulo 10. Deportista diabético tipo 1

- 10.1. Entendendo o diabetes e sua patologia
  - 10.1.1. Incidência do diabetes
  - 10.1.2. Fisiopatologia do diabetes
  - 10.1.3. Consequências do diabetes
- 10.2. Fisiologia do exercício em pessoas com diabetes
  - 10.2.1. Exercício máximo, submaximal e metabolismo muscular durante o exercício
  - 10.2.2. Diferenças metabólicas durante o exercício em pessoas com diabetes
- 10.3. Exercício em pessoas com diabetes tipo 1
  - 10.3.1. Hipoglicemia, hiperglicemia e ajuste do tratamento nutricional
  - 10.3.2. Tempo de exercício e ingestão de carboidratos
- 10.4. Exercício em pessoas com diabetes tipo 2 Controle da glicemia
  - 10.4.1. Riscos de atividade física em pessoas com diabetes tipo 2
  - 10.4.2. Benefícios do exercício para pessoas com diabetes tipo 2
- 10.5. Exercício em crianças e adolescentes com diabetes
  - 10.5.1. Efeitos metabólicos do exercício
  - 10.5.2. Precauções durante o exercício
- 10.6. Insulinoterapia e exercício
  - 10.6.1. Bomba de infusão de insulina
  - 10.6.2. Tipos de insulinas
- 10.7. Estratégias nutricionais durante o esporte e o exercício em diabetes tipo 1
  - 10.7.1. Da teoria à prática
  - 10.7.2. Ingestão de carboidratos antes, durante e após o exercício físico
  - 10.7.3. Hidratação antes, durante e depois do exercício físico
- 10.8. Planejamento nutricional em esportes de resistência
  - 10.8.1. Maratona
  - 10.8.2. Ciclismo
- 10.9. Planejamento nutricional em esportes coletivos
  - 10.9.1. Futebol
  - 10.9.2. Rugby
- 10.10. Suplementação esportiva e diabetes
  - 10.10.1. Suplementos potencialmente benéficos para os atletas com diabetes

07

# Estágio Clínico

Para concluir essa qualificação, o especialista deve fazer um estágio prático no local em um centro de terapia clínica líder. Durante esse período de capacitação, o médico aplicará os conhecimentos teóricos adquiridos para beneficiar pacientes reais, fazendo uso de tecnologia de última geração como recurso.



“

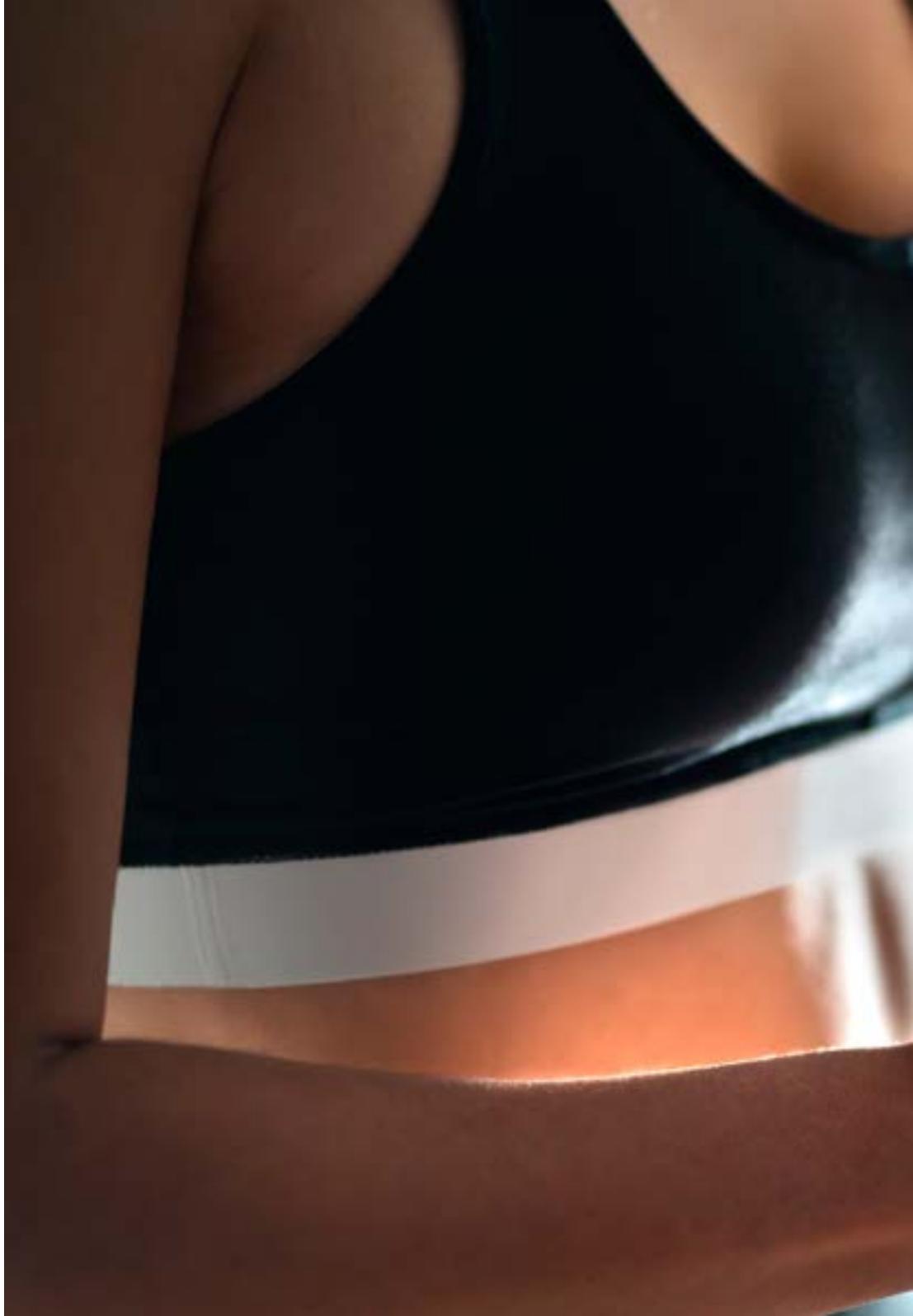
*Durante a segunda etapa deste Mestrado Próprio Semipresencial, você desenvolverá práticas profissionais precisas para o benefício de pacientes reais, como o monitoramento de requisitos nutricionais para atletas com diabetes”*

A segunda parte desse Mestrado Próprio Semipresencial em Nutrição Esportiva Terapêutica consiste em 3 semanas de aprendizado presencial em um centro de referência internacional. O especialista cumprirá 8 horas, de segunda a sexta-feira, nos quais aplicará os conhecimentos desenvolvidos na fase teórica e contribuirá para o tratamento e o aconselhamento clínico de pacientes reais.

Um tutor assistente será responsável por supervisionar essa etapa acadêmica e também por atribuir novas tarefas profissionais e analisar a execução correta dos procedimentos de atendimento. Ao mesmo tempo, o médico terá a oportunidade de interagir com outros especialistas e aprender sobre suas metodologias profissionais.

A parte prática será realizada com a participação ativa do aluno executando as atividades e os procedimentos de cada área de competência (aprender a aprender e aprender a fazer), com o acompanhamento e a orientação de professores e outros parceiros de capacitação que facilitam o trabalho em equipe e a integração multidisciplinar como competências transversais para a prática médica (aprender a ser e aprender a se relacionar).

Os procedimentos descritos abaixo formarão a base da parte prática da capacitação, e sua implementação está sujeita tanto à idoneidade dos pacientes quanto à disponibilidade do centro e sua carga de trabalho, tendo as seguintes atividades propostas:





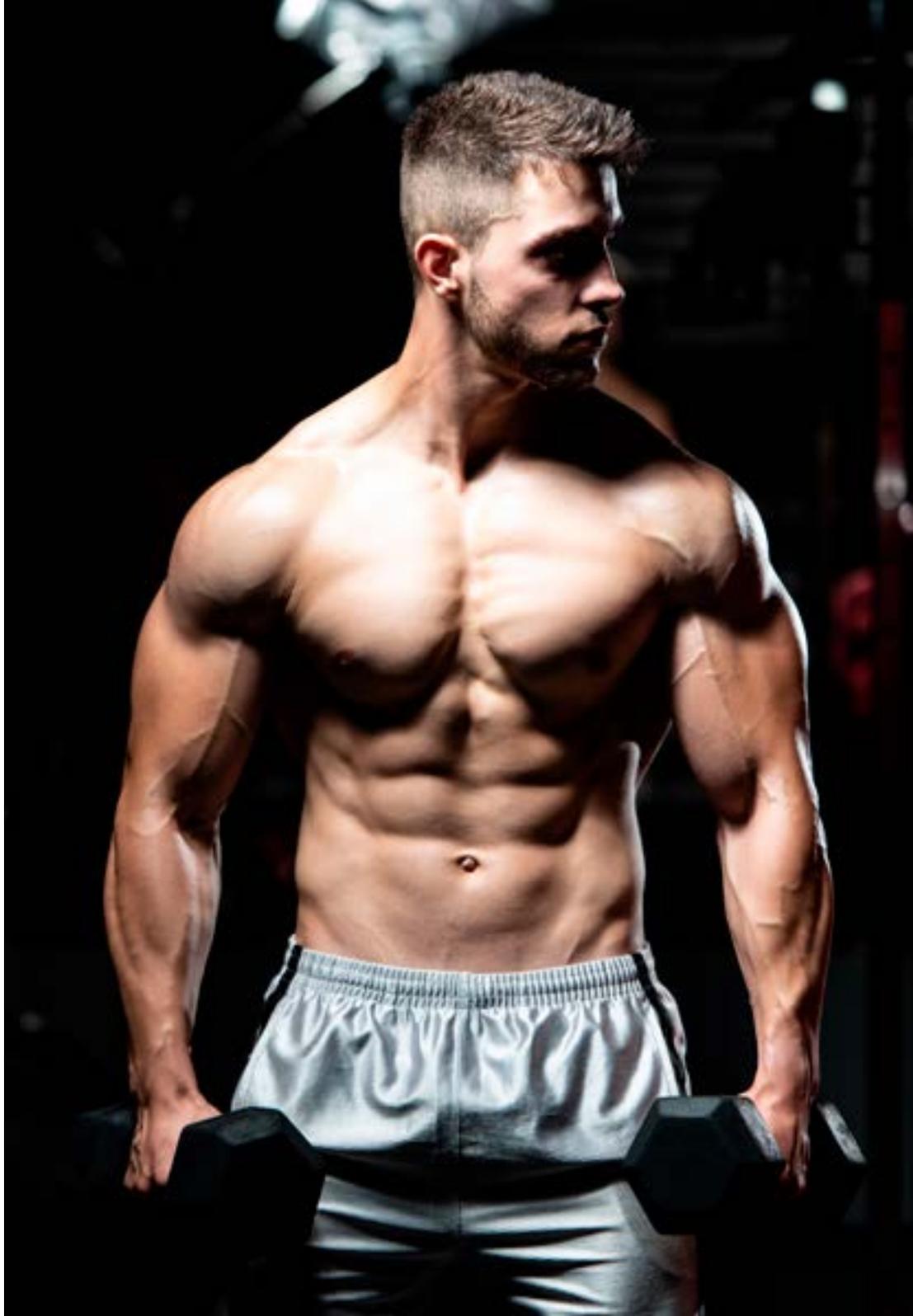
Módulo	Atividade Prática
<b>Avaliação do estado nutricional e da dieta dos atletas de elite</b>	Determinar o gasto de energia usando métodos de avaliação específicos
	Diferenciar o estado nutricional a partir da composição corporal do atleta e por métodos bioquímicos, hematológicos e imunológicos
	Aplicar objetivos e orientações nutricionais específicas para os requisitos nutricionais e a ingestão recomendada de adultos saudáveis
	Prevenir distúrbios alimentares, como vigorexia, ortorexia e anorexia, por meio da assistência psicológica necessária
<b>Nutrição de precisão no esporte</b>	Incorporar o colágeno hidrolisado a outros produtos alimentícios para aumentar a absorção de polissacarídeos e de colágeno natural
	Prevenir problemas gastrointestinais por meio de bebidas energéticas e geis feitos com tecnologia de hidrogel
	Otimizar a ingestão de proteínas por meio da absorção de micronutrientes, como a vitamina D
<b>Nutrição para atletas e para-atletas diabéticos</b>	Avaliar as diferentes insulinas ou medicamentos usados por diabéticos e determinar a melhor forma de uso, de acordo com o exercício físico realizado pelo atleta doente
	Monitorar as necessidades nutricionais de pessoas com diabetes, tanto na vida diária quanto durante o exercício, para melhorar seu estado de saúde
	Implementar recursos ergogênicos nutricionais de precisão para o atleta com patologias secundárias
	Estabelecer um plano nutricional específico para o para-atleta, dependendo de suas limitações fisiológicas e metabólicas
	Medir adequadamente as interações entre a ingestão de medicamentos nesses atletas e os nutrientes, para evitar déficits
<b>Novos avanços em alimentação e nutrição para atletas</b>	Aplicar técnicas de análise de pacientes com base na Nutrigenética e Nutrigenômica
	Avaliar as implicações de fitoquímicos e compostos não nutricionais na dieta diária de atletas
	Incorporar alimentos transgênicos nas abordagens dietéticas contemporâneas
	Treinar diretrizes modernas sobre a hidratação na prática esportiva
	Examinar periodicamente a base da regulação fisiológica dos alimentos, do apetite e da saciedade
	Explorar a adaptação fisiológica a diferentes tipos de exercícios físicos

## Seguro de responsabilidade civil

A principal preocupação desta instituição é garantir a segurança dos profissionais que realizam o estágio e dos demais colaboradores necessários para o processo de capacitação prática na empresa. Entre as medidas adotadas para alcançar este objetivo está a resposta a qualquer incidente que possa ocorrer ao longo do processo de ensino-aprendizagem.

Para isso, esta entidade educacional se compromete a fazer um seguro de responsabilidade civil que cubra qualquer eventualidade que possa surgir durante o período de estágio no centro onde se realiza a capacitação prática.

Esta apólice de responsabilidade civil terá uma cobertura ampla e deverá ser aceita antes do início da capacitação prática. Desta forma, o profissional não terá que se preocupar com situações inesperadas, estando amparado até a conclusão do programa prático no centro.



## Condições da Capacitação Prática

As condições gerais do contrato de estágio para o programa são as seguintes:

**1. ORIENTAÇÃO:** durante o Mestrado Próprio Semipresencial o aluno contará com dois orientadores que irão acompanhá-lo durante todo o processo, esclarecendo as dúvidas e respondendo perguntas que possam surgir. Por um lado, contará com um orientador profissional, pertencente ao centro onde é realizado o estágio, que terá o objetivo de orientar e dar suporte ao aluno a todo momento. E por outro, contará com um orientador acadêmico cuja missão será coordenar e ajudar o aluno durante todo o processo, esclarecendo dúvidas e viabilizando o que for necessário. Assim, o aluno estará sempre acompanhado e poderá resolver as dúvidas que possam surgir, tanto de natureza prática quanto acadêmica.

**2. DURAÇÃO:** o programa de estágio terá uma duração de três semanas contínuas de capacitação prática, distribuídas em jornadas de 8 horas, cinco dias por semana. Os dias e horários do programa serão de responsabilidade do centro e o profissional será informado com antecedência suficiente para que possa se organizar.

**3. NÃO COMPARECIMENTO:** em caso de não comparecimento no dia de início do Mestrado Próprio Semipresencial, o aluno perderá o direito de realizá-lo sem que haja a possibilidade de reembolso ou mudança das datas estabelecidas. A ausência por mais de dois dias sem causa justificada/médica resultará na renúncia ao estágio e, conseqüentemente, em seu cancelamento automático. Qualquer problema que possa surgir durante a realização do estágio, deverá ser devidamente comunicado ao orientador acadêmico com caráter de urgência.

**4. CERTIFICAÇÃO:** ao passar nas provas do Mestrado Próprio Semipresencial, o aluno receberá um certificado que comprovará o período de estágio no centro em questão.

**5. RELAÇÃO DE EMPREGO:** o Mestrado Próprio Semipresencial não constitui relação de emprego de nenhum tipo.

**6. ESTUDOS PRÉVIOS:** alguns centros podem exigir um certificado de estudos prévios para a realização do Mestrado Próprio Semipresencial. Nesses casos, será necessário apresentá-lo ao departamento de estágio da TECH para que seja confirmada a atribuição do centro escolhido.

**7. NÃO INCLUÍDO:** o Mestrado Próprio Semipresencial não incluirá nenhum elemento não descrito nas presentes condições. Portanto, não inclui acomodação, transporte para a cidade onde o estágio será realizado, vistos ou qualquer outro serviço não mencionado anteriormente.

Entretanto, em caso de dúvidas ou recomendações a respeito, o aluno poderá consultar seu orientador acadêmico. Este lhe proporcionará as informações necessárias para facilitar os procedimentos.

# 08

## Onde posso realizar o Estágio Clínico?

A prática em sala de aula dessa formação ocorrerá em uma instituição médica equipada com as mais modernas tecnologias em relação à Nutrição Esportiva Terapêutica. Esses centros também contam com os especialistas mais altamente treinados que já estão aplicando novos protocolos relacionados à Nutrição de Precisão para o benefício de atletas com necessidades energéticas individualizadas. Os alunos da TECH poderão tirar o máximo proveito de todos esses elementos, tornando-se especialistas de alto nível ao desenvolver habilidades que são amplamente procuradas na prática médica.





“

*Realize procedimentos inovadores para a supervisão dietética terapêutica de esportistas de alto desempenho durante as 3 semanas de estágio prático intensivo que essa qualificação oferece”*



Os alunos poderão realizar a parte prática deste Mestrado Próprio Semipresencial nos seguintes centros:



Medicina

### Hospital HM Regla

País	Cidade
Espanha	León

Endereço: Calle Cardenal Landázuri, 2, 24003, León

Rede de clínicas, hospitais e centros especializados privados distribuídos por toda a Espanha

#### Capacitações práticas relacionadas:

-Atualização de Tratamientos Psiquiátricos en Pacientes Menores



Medicina

### Hospital HM Nou Delfos

País	Cidade
Espanha	Barcelona

Endereço: Avinguda de Vallcarca, 151, 08023, Barcelona

Rede de clínicas, hospitais e centros especializados privados distribuídos por toda a Espanha

#### Capacitações práticas relacionadas:

-Medicina Estética  
-Nutrição Clínica em Medicina



Medicina

### Hospital HM Nuevo Belén

País	Cidade
Espanha	Madrid

Endereço: Calle José Silva, 7, 28043, Madrid

Rede de clínicas, hospitais e centros especializados privados distribuídos por toda a Espanha

#### Capacitações práticas relacionadas:

-Cirurgia Geral e do Aparelho Digestivo  
-Nutrição Clínica em Medicina



Medicina

### Policlínico HM Distrito Telefónica

País	Cidade
Espanha	Madrid

Endereço: Ronda de la Comunicación, 28050, Madrid

Rede de clínicas, hospitais e centros especializados privados distribuídos por toda a Espanha

#### Capacitações práticas relacionadas:

-Tecnologias Ópticas e Optometria Clínica  
-Cirurgia Geral e do Aparelho Digestivo



Medicina

### Policlínico HM Gabinete Velázquez

País	Cidade
Espanha	Madrid

Endereço: C. de Jorge Juan, 19, 1º 28001, 28001, Madrid

Rede de clínicas, hospitais e centros especializados privados distribuídos por toda a Espanha

#### Capacitações práticas relacionadas:

-Nutrição Clínica em Medicina  
-Cirurgia Plástica Estética



Medicina

### Policlínico HM Las Tablas

País	Cidade
Espanha	Madrid

Endereço: C. de la Sierra de Atapuerca, 5, 28050, Madrid

Rede de clínicas, hospitais e centros especializados privados distribuídos por toda a Espanha

#### Capacitações práticas relacionadas:

-Enfermagem no Departamento de Traumatologia  
- Diagnóstico em Fisioterapia



Medicina

### Policlínico HM Moraleja

País	Cidade
Espanha	Madrid

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

Rede de clínicas, hospitais e centros especializados privados distribuídos por toda a Espanha

#### Capacitações práticas relacionadas:

-Medicina de Reabilitação na Abordagem da Lesão Cerebral Adquirida



Medicina

### Policlínico HM Sanchinarro

País	Cidade
Espanha	Madrid

Endereço: Av. de Manoteras, 10, 28050, Madrid

Rede de clínicas, hospitais e centros especializados privados distribuídos por toda a Espanha

#### Capacitações práticas relacionadas:

- Atendimento Ginecológico para Enfermagem Obstétrica  
- Enfermagem na área de Sistema Digestório



“

*Aproveite essa oportunidade para estar perto de profissionais experientes e aprender com a metodologia de trabalho deles”*

09

# 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 especialistas 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 seja fundamentado na vida profissional atual, tentando recriar as condições reais na prática profissional do médico.

“

*Você sabia que este método foi desenvolvido em 1912, em Harvard, para alunos de Direito? O método do caso consistia em apresentar situações complexas reais 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 alunos 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 nas habilidades práticas permitindo ao aluno integrar melhor o conhecimento à prática clínica.
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 profissional aprenderá através de casos reais e da resolução de situações complexas em ambientes simulados de aprendizagem. Estes simulados são realizados através de um 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).

Usando esta metodologia, mais de 250 mil médicos se capacitaram, com sucesso sem precedentes, em todas as especialidades clínicas independentemente da carga cirúrgica. 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.

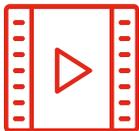
*O Relearning permitirá uma aprendizagem com menos esforço e mais desempenho, fazendo com que você se envolva mais em sua especialização, desenvolvendo o espírito crítico e sua capacidade de defender argumentos e contrastar opiniões: uma equação de sucesso.*

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 nota geral do sistema de aprendizagem da TECH é de 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 foi criado especialmente para o curso pelos especialistas que irão ministrá-lo, o que faz com que o desenvolvimento didático seja realmente específico e concreto.

Posteriormente, 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 cirúrgicas e procedimentos em vídeo

A TECH aproxima os alunos às técnicas mais recentes, aos últimos avanços educacionais e à vanguarda das técnicas médicas atuais. Tudo isso, explicado detalhadamente para sua total assimilação e compreensão. E o melhor de tudo, você poderá assistí-los quantas vezes quiser.



#### Resumos interativos

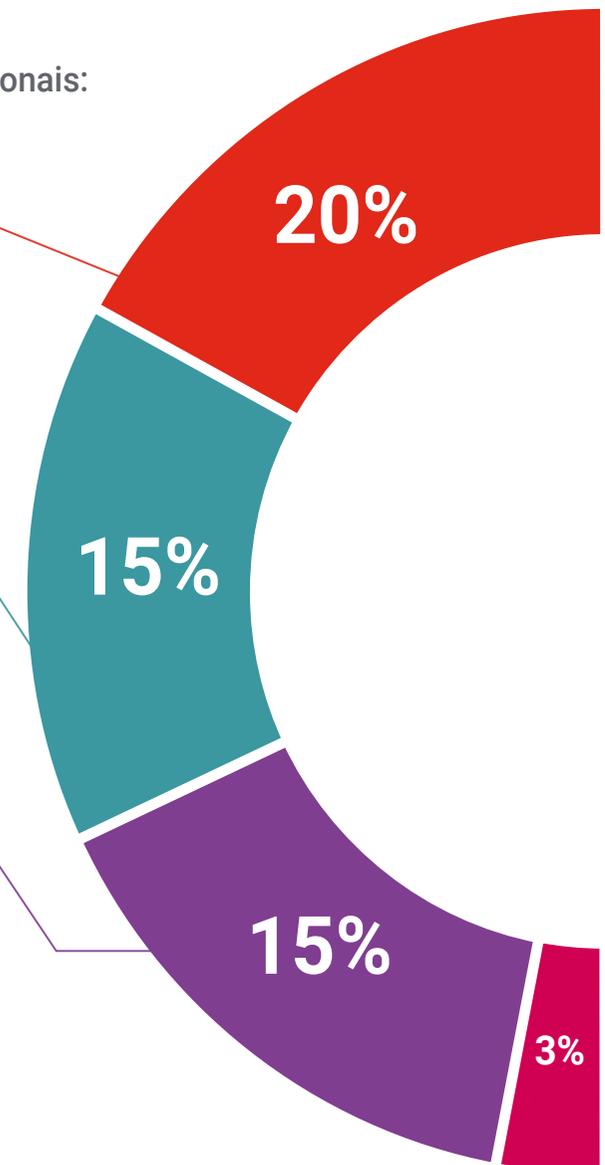
A equipe da TECH apresenta o conteúdo de forma atraente e dinâmica através de pílulas multimídia que incluem áudios, vídeos, imagens, gráficos e mapas conceituais para consolidar o conhecimento.

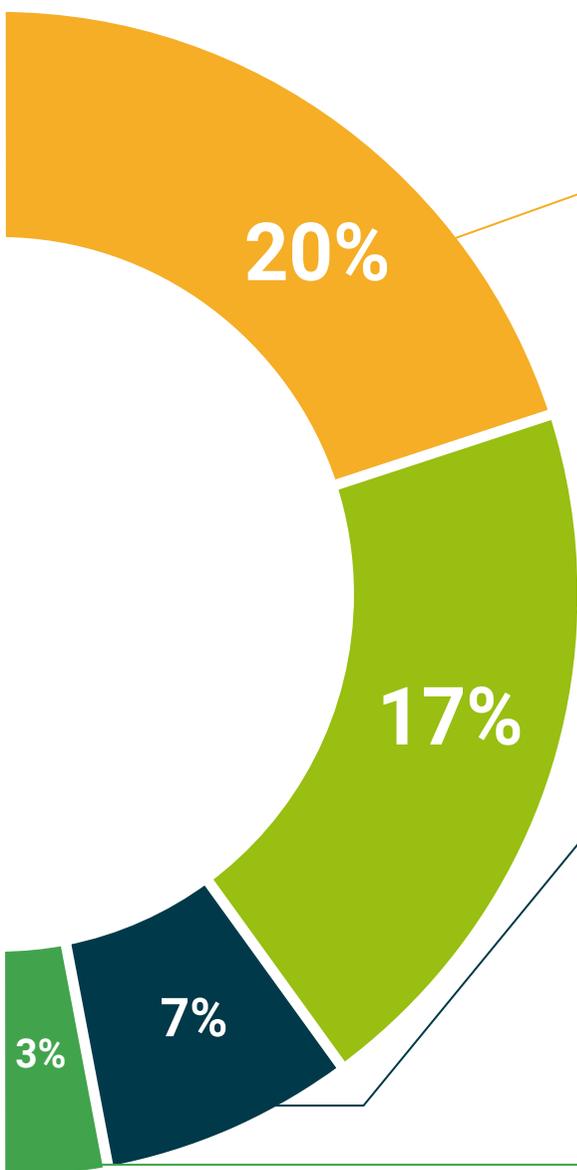
Este sistema exclusivo de capacitação por meio da apresentação de conteúdo multimídia foi premiado pela Microsoft como "Caso de sucesso na Europa".



#### 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.





#### Estudos de casos elaborados e orientados por especialistas

A aprendizagem efetiva deve ser necessariamente contextual. Portanto, na TECH apresentaremos casos reais em que o especialista guiará o aluno através do desenvolvimento da atenção e da resolução de diferentes situações: uma forma clara e direta de alcançar o mais alto grau de compreensão.



#### Testing & Retesting

Avaliamos e reavaliamos periodicamente o conhecimento do aluno ao longo do programa, através de atividades e exercícios de avaliação e autoavaliação, para que possa comprovar que está alcançando seus objetivos.



#### Masterclasses

Há evidências científicas sobre a utilidade da observação de terceiros especialistas. O "Learning from an expert" fortalece o conhecimento e a memória e aumenta a nossa confiança para tomar decisões difíceis no futuro.



#### Guias rápidos de ação

A TECH oferece o conteúdo mais relevante do curso em formato de fichas de trabalho ou guias rápidos de ação. Uma forma sintetizada, prática e eficaz de ajudar os alunos a progredirem na aprendizagem.



# 10 Certificado

Este programa permitirá a obtenção do certificado de Mestrado Próprio Semipresencial em Nutrição Esportiva Terapêutica garante, além da capacitação mais rigorosa e atualizada, o acesso a um título de Mestrado Próprio 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 **Mestrado Próprio Semipresencial em Nutrição Esportiva Terapêutica** conta com o conteúdo mais completo e atualizado do mercado.

Uma vez aprovadas as avaliações, o aluno receberá por correio o certificado\* do Mestrado Próprio emitido pela TECH Universidade Tecnológica.

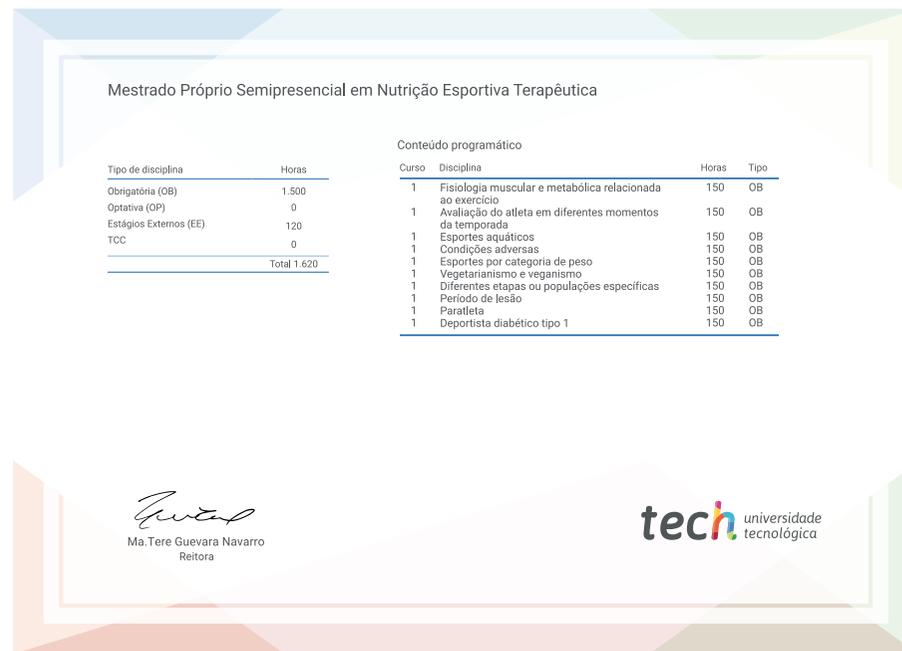
O certificado emitido pela TECH Universidade Tecnológica expressará a qualificação obtida no Mestrado Próprio, atendendo aos requisitos normalmente exigidos pelas bolsas de empregos, concursos públicos e avaliação de carreira profissional.

Título: **Mestrado Próprio Semipresencial em Nutrição Esportiva Terapêutica**

Modalidade: **Semipresencial (Online + Estágio Clínico)**

Duração: **12 meses**

Certificado: **TECH Universidade Tecnológica**



\*Apostila de Haia: Caso o aluno solicite que seu certificado seja apostilado, a TECH EDUCATION providenciará a obtenção do mesmo a um custo adicional.

futuro  
saúde confiança pessoas  
informação orientadores  
educação certificação ensino  
garantia aprendizagem  
instituições tecnologia  
comunidade compromisso  
atenção personalizada  
conhecimento inovação  
presente qualidade  
desenvolvimento sustentável

**tech** universidade  
tecnológica

**Mestrado Próprio  
Semipresencial**

Nutrição Esportiva  
Terapêutica

- » Modalidade: online
- » Duração: 12 meses
- » Certificado: TECH Universidade Tecnológica
- » Horário: no seu próprio ritmo
- » Provas: online

# Mestrado Próprio Semipresencial

Nutrição Esportiva Terapêutica

