

Programa Avançado

Nutrição e Atividade Física Aplicadas
à Medicina Antienvelhecimento





Programa Avançado Nutrição e Atividade Física Aplicadas à Medicina Antienvhecimento

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

Acesso ao site: www.techtute.com/br/medicina/programa-avancado/programa-avancado-nutricao-atividade-fisica-aplicadas-medicina-antienvhecimento

Índice

01

Apresentação

pág. 4

02

Objetivos

pág. 8

03

Direção do curso

pág. 12

04

Estrutura e conteúdo

pág. 18

05

Metodologia de estudo

pág. 24

06

Certificado

pág. 34

01

Apresentação

Evitar o envelhecimento precoce do corpo é a demanda de muitos dos pacientes que procuram uma consulta médica estética. Com o avanço das novas tecnologias, há uma infinidade de técnicas que podem ser aplicadas para alcançar o rejuvenescimento da pele, mas também é importante ter rotinas de exercícios e uma dieta saudável e equilibrada para reduzir o estresse oxidativo no corpo. Se você quer melhorar seu conhecimento neste campo, não pense duas vezes e junte-se à nossa comunidade de alunos.





“

A alimentação e o exercício físico têm grandes benefícios na prevenção do envelhecimento. É por isso que é importante ter um estilo de vida saudável”

O objetivo deste Programa Avançado de Nutrição e Atividade Física Aplicadas à Medicina Antienvhecimento é oferecer a nossos alunos uma preparação superior e multidisciplinar nestes campos, que permitirá oferecer a seus pacientes uma assistência integral e eficaz para melhorar sua aparência física.

A prática do exercício físico gera uma série de benefícios para certas patologias (doença coronária, hipertensão arterial, câncer, diabetes, benefícios psicológicos, mobilização musculoesquelética etc), mas também mantém nosso organismo ativo, oxigenado, favorecendo uma troca metabólica contínua que nos faz eliminar muitas toxinas. Ela também atua sobre os radicais livres que causam stress oxidativo no corpo, que por sua vez pode precipitar o envelhecimento normal e o início da senescência pode levar a uma pior qualidade de vida. Esta precipitação também pode ser adiantada por estilos de vida sedentários e pela obesidade.

Por sua vez, existem nutrientes com efeito antioxidante que ajudam a prevenir o envelhecimento precoce. Por isso, é importante conhecer as propriedades e benefícios dos diferentes tipos de alimentos.

Por outro lado, deve-se ter em mente que a medicina antienvhecimento, como tantas outras disciplinas médicas, é uma especialidade que é realizada principalmente no consultório. Por causa disso, é necessário fazer uma análise exaustiva de todos aqueles elementos necessários para o desenvolvimento de uma atividade adequada. Deve-se levar em conta todos os aspectos, desde como abordar a consulta com o paciente, até o que fazer se surgir algum problema legal.

A fim de incrementar o conhecimento neste campo, na TECH elaboramos este Programa Avançado, que prepara profissionais para realizar uma abordagem integral de seus pacientes, a partir de um ponto de vista multidisciplinar. Desta forma, entendemos que somente a partir de uma fonte de conhecimento em disciplinas que a princípio podem parecer independentes, mas que estão intimamente relacionadas entre si, é possível lidar com um processo tão complexo e multifatorial quanto o envelhecimento.

Este **Programa Avançado de Nutrição e Atividade Física Aplicadas à Medicina Antienvhecimento** conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado. Suas principais características são:

- ♦ O desenvolvimento de casos práticos apresentados por especialistas em Nutrição e Atividade Física Aplicadas à Medicina Antienvhecimento
- ♦ O conteúdo gráfico, esquemático e extremamente útil, fornece informações científicas e práticas sobre as disciplinas essenciais para o exercício da profissão
- ♦ As novidades em Nutrição e Atividade Física Aplicadas à Medicina Antienvhecimento
- ♦ Contém exercícios práticos em que o processo de autoavaliação é realizado para melhorar o aprendizado
- ♦ Ênfase particular em metodologias inovadoras em técnicas antienvhecimento
- ♦ Aulas teóricas, perguntas a especialistas, fóruns de discussão sobre temas controversos e trabalhos de reflexão individual
- ♦ Disponibilidade de acesso a todo o conteúdo a partir de qualquer dispositivo, fixo ou portátil, com conexão à Internet



Amplie seus conhecimentos com este Programa Avançado e qualifique-se e para alcançar a excelência nesta área"

“

Este Programa Avançado é o melhor investimento que você pode fazer na seleção de um curso por duas razões: além de atualizar seus conhecimentos sobre Nutrição e Atividade Física Aplicadas à Medicina Antienvhecimento, você obterá um certificado da TECH Universidade Tecnológica”

O corpo docente deste curso é formado por profissionais da área da medicina estética que transferem a experiência do seu trabalho para este programa, além de especialistas reconhecidos de sociedades científicas de referência e universidades de prestígio.

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

Este programa se fundamenta na Aprendizagem Baseada em Problemas, onde o médico deverá resolver as diferentes situações de prática profissional que surgirem ao longo do programa. Para isso, o profissional contará com a ajuda de um sistema inovador de vídeo interativo, realizado por especialistas em Nutrição e Atividade Física Aplicadas à Medicina Antienvhecimento com ampla experiência.

Não hesite em fazer esta capacitação com a gente. Você encontrará o melhor material didático com aulas virtuais.

Este Programa Avançado 100% online lhe permitirá conciliar seus estudos com seu trabalho enquanto amplia conhecimentos nesta área.



02 Objetivos

O Programa Avançado de Nutrição e Atividade física Aplicados à Medicina Antienvhecimento visa facilitar a atuação do profissional com os últimos avanços e tratamentos mais inovadores no setor, obtendo uma preparação superior que lhe permita atuar com total segurança nos casos que surjam em sua prática.



“

Na TECH, nos comprometemos a lhe oferecer o mais completo programa de estudos em antienvhecimento do mercado, para que você possa adquirir um nível superior de preparação que lhe permitirá alcançar o sucesso profissional”



Objetivos gerais

- ♦ Estabelecer as bases fisiológicas para compreender o funcionamento do organismo durante o exercício físico
- ♦ Identificar adaptações de órgãos e sistemas de treinamento e avaliação fisiológica e aplicação a fim de melhorar o desempenho físico
- ♦ Desenvolver um plano de atividade física adaptado às características do paciente
- ♦ Estabelecer uma abordagem específica para a obesidade usando medicamentos
- ♦ Desenvolver os diferentes tipos de nutrientes nos alimentos
- ♦ Examinando diferentes tipos de alimentos com efeitos específicos sobre a saúde
- ♦ Apresentar tipos específicos de dietas
- ♦ Examinar dos aspectos legais, e componentes da prática médica antienvhecimento
- ♦ Analisar o paciente como um todo
- ♦ Avaliar os resultados e o acompanhamento com o paciente e outras especialidades





Objetivos específicos

Módulo 1. Atividade física. Sedentarismo. Obesidade

- ♦ Examinar a resposta metabólica durante o exercício físico
- ♦ Determinar as diferentes técnicas para a avaliação fisiológica do paciente
- ♦ Analisar os princípios básicos do treinamento esportivo para permitir o desenvolvimento de um plano de atividade física adaptado
- ♦ Conhecer a importância da atividade física em certas patologias como o câncer, patologias musculoesqueléticas, cardiovasculares e respiratórias
- ♦ Analisar as tendências de recuperação e readaptação ao esforço
- ♦ Estabelecer como a obesidade e os estilos de vida sedentários contribuem para acelerar o envelhecimento

Módulo 2. Nutrição

- ♦ Determinar as diretrizes e indicações para o tratamento farmacológico da obesidade
- ♦ Estabelecer a contribuição de micronutrientes para o estado nutricional normal
- ♦ Identificar doenças que se desenvolvem por deficiências nutricionais e como evitá-las
- ♦ Apresentar os diferentes tipos de alimentos funcionais, nutraceuticos, assim como as diferenças entre os dois.
- ♦ Analisar a contribuição dos prebióticos e probióticos para a saúde
- ♦ Analisar a teoria do envelhecimento associada à oxidação celular e o papel dos antioxidantes nos alimentos
- ♦ Identificar os diferentes aditivos alimentares e suas funções nos alimentos
- ♦ Apresentar tipos específicos de dietas e sua contribuição para melhorar as funções do organismo

Módulo 3. A consulta de Medicina Antienvhecimento. Aspectos práticos. Abordagem Global do Paciente

- ♦ Determinação dos aspectos legais essenciais da prática médica antienvhecimento
- ♦ Aplicar uma estratégia de marketing apropriada na prática e na captação de pacientes
- ♦ Estabelecendo aspectos básicos da história médica do paciente
- ♦ Definir uma abordagem integral para o paciente antienvhecimento ao lidar com ele/ela no consultório
- ♦ Relacionar os principais testes laboratoriais necessários para uma consulta completa de Medicina Antienvhecimento, bem como ser capaz de expandir para estudos mais avançados
- ♦ Planejar um tratamento integrativo e apropriado
- ♦ Avaliar os resultados e o acompanhamento do Programa Avançado, assim como a ligação interdisciplinar, se necessário



Com este curso, queremos cumprir seu objetivo de obter uma capacitação superior neste campo de alta demanda"

03

Direção do curso

O corpo docente do programa conta com especialistas de referência em técnicas de Antienvhecimento, que trazem à esta capacitação toda a experiência do seu trabalho. Além disso, outros profissionais de reconhecido prestígio participam de sua elaboração, completando o programa de forma interdisciplinar.





“

Os principais especialistas em Medicina Estética se reuniram para lhe mostrar todo o conhecimento que possuem nesta área”

Direção



Dra. María Cristina Morante Tolbaños

- ♦ Cirurgiã capilar no Instituto Médico Laser
- ♦ Diretora Médica da Unidade de Cirurgia Capilar na Clínica MAN. Madri
- ♦ Professora do Mestrado de Transplante Capilar na Universidade Católica de Múrcia
- ♦ Professora do Mestrado de Medicina e Transplante Capilar da Universidade de Alcalá
- ♦ Doutora em Medicina Legal e Forense pela Universidade Complutense de Madri
- ♦ Especialista em Lesão Corporal pela Universidade da Corunha
- ♦ Mestrado em Medicina Capilar e Transplante, pela Universidade de Alcalá
- ♦ Mestrado em Medicina Estética e Antienvhecimento pela Universidade Complutense de Madri
- ♦ Mestrado em Medicina de Urgências e Emergências, pela Universidade Complutense de Madri
- ♦ Mestrado em Gestão da Saúde e de Centros R. de Ação Social pela Universidade Complutense de Madri

Professores

Dr. Sergio Calvache Castillo

- ♦ Médico do esporte no Valencia Basket Club
- ♦ Médico especialista em Pneumologia no Hospital Universitário Doutor Peset
- ♦ Formada em Medicina pela Universidade de Granada
- ♦ Formado em Ciências da Atividade Física e do Esporte
- ♦ Mestrado em Patologia Respiratória Grave, pela SEPAR/ALAT
- ♦ Mestrado em Medicina Esportiva, pela Escola Clínica e de Ciências da Saúde
- ♦ Mestrado em Medicina Clínica pela Universidade Camilo José Cela

Dra. María Soriano Micó

- ♦ Responsável pelo departamento de lesões cerebrais no Hospital de Pacientes Crônicos de Mislata
- ♦ Médica Preceptora do Departamento de Reabilitação no Hospital de Manises
- ♦ Formada em Medicina pela Universidade Miguel Hernández de Elche
- ♦ Especialista em Medicina Física e Reabilitação, no Hospital Universitário Doutor Peset
- ♦ Mestrado em Medicina de Manual no Hospital Clínico San Carlos
- ♦ Mestrado em Medicina Manual na Universidade Complutense de Madri
- ♦ Mestrado em Ultrassonografia Musculoesquelética e Intervenção Guiada por Ultrassom



Dra. Karen Gómez Arnáiz

- ♦ Fundadora da SIRCAM S.A. de C.V. Sistemas de regeneração celular aplicados à Medicina
- ♦ Criadora da marca SAHS (Saudáveis Atalhos para a Saúde)
- ♦ Cofundadora da Clínica Rejuvenate *NUR*/ Laser Regenerativo
- ♦ Médica percepta de clínicas médicas especializadas em técnicas de regeneração celular, no México
- ♦ Especialista em Medicina Ortomolecular pela Universidade Mexicana de Medicina Ortomolecular e Nutrição
- ♦ Curso de Medicina Antienvhecimento e Aperfeiçoamento em Técnicas Antienvhecimento, pelo Instituto Mexicano de Estudos da Longevidade
- ♦ Certificado em Medicina Estética pelo IMEL e instituições afiliadas ao International College of Advanced Longevity Medicine ICALM
- ♦ Formada em Medicina pela Universidade Autônoma de México
- ♦ Palestrante em fóruns médicos, como o National Medical Center

Dra. Elvira Rodríguez Cobos

- ♦ Responsável pela consulta médica especializada em Distúrbios do Movimento no Hospital Quironsalud Marbella
- ♦ Médica esteticista da Medical Imbrain e da Clínica Clavero Alhaurín de la Torre
- ♦ Formada em Medicina e Cirurgia pela Universidade de Málaga
- ♦ Especialista em Neurologia no Hospital Universitário Puerta de Hierro Majadahonda
- ♦ Mestrado em Medicina Estética e Antienvhecimento pela Universidade Complutense de Madri

Dra. María Natalia Gennaro Della Rossa

- ♦ Chefe do Departamento de Cirurgia Genital Estética da Clínica Dorsia
- ♦ CEO e diretora médica do Club Antiaging Forever Young
- ♦ CEO e diretora da clínica particular Dra. Natalia Gennaro
- ♦ Responsável pelo Departamento de Cirurgia Ginecológica do Hospital universitário Ruber Juan Bravo
- ♦ Formada em Medicina pela Universidade Nacional de Córdoba. Argentina
- ♦ Especialista em Ginecológica e Obstetrícia, pela Universidade da Argentina
- ♦ Mestrado em Antienvhecimento e Hormônios pela American Academy of Antiaging Medicine
- ♦ Mestrado em Gestão Clínica, Médica e Assistencial
- ♦ Mestrado em Cirurgia laparoscópica Ginecológica Avançada, pela Universidade de Valência
- ♦ Certificado Avançado em Antienvhecimento pela Faculdade de Medicina Dr. Hertoghe

Sra. Inés Vera López

- ♦ Especialista em Nutrição Esportiva
- ♦ Dietista e nutricionista nas Clínicas Dorsia
- ♦ Dietista e nutricionista na Clínica IVRE
- ♦ Formada em Nutrição Humana e Dietética pela Universidade de Valência
- ♦ Mestrado em Nutrição e Saúde, pela Universidade Aberta da Catalunha (UOC)
- ♦ Mestrado em Alimentação na Atividade Física e no Esporte, pela Universidade Aberta da Catalunha (UOC)



Sra. Beatriz Villacampa Crespo

- ◆ Farmacêutica de atenção primária no Hospital Geral Universitário de Elche
- ◆ Farmacêutica adjunto na farmácia de Vinaròs
- ◆ Farmacêutica do programa REFAR (Revisão de Pacientes Crônicos Polimedicados) no departamento de Vinaròs
- ◆ Formada em Farmácia pela Universidade de Valência
- ◆ Curso em Nutrição Humana e Dietética pela Universidade de Valência

“

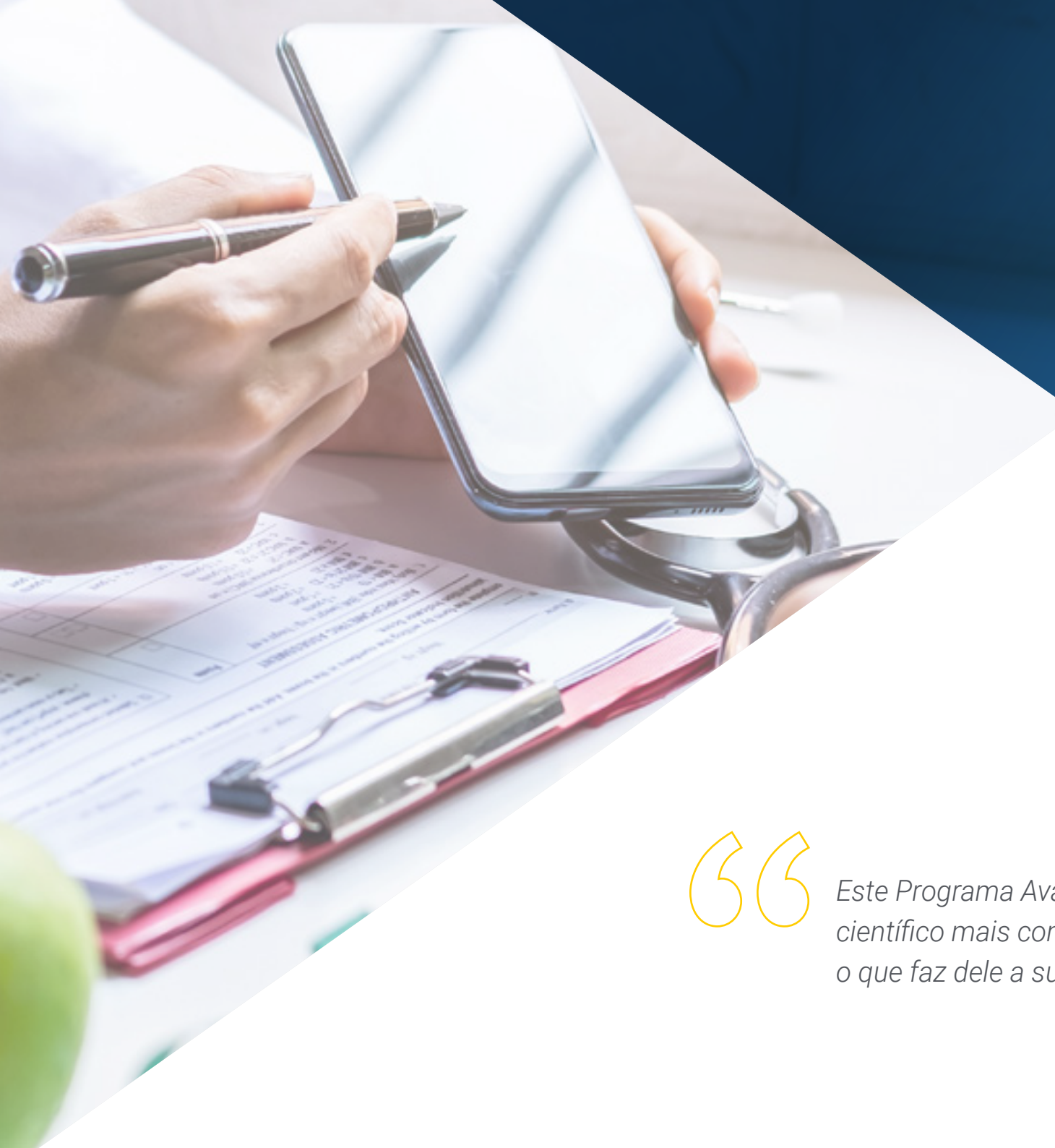
Os melhores profissionais estão na melhor universidade. Não perca a oportunidade de se qualificar com eles”

04

Estrutura e conteúdo

A estrutura do conteúdo foi elaborada pelos melhores profissionais do setor em técnicas antienvhecimento, com ampla experiência e prestígio na profissão, reconhecidos pelo volume de casos revisados, estudados e com um amplo domínio das novas tecnologias aplicadas à docência.





“

Este Programa Avançado conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado, o que faz dele a sua melhor opção de estudo”

Módulo 1. Atividade física. Sedentarismo. Obesidade

- 1.1. Fisiologia da atividade física
 - 1.1.1. Controle nervoso e muscular do movimento
 - 1.1.2. Metabolismo no exercício
 - 1.1.3. Respostas adaptativas ao exercício físico
 - 1.1.3.1. Hematologia
 - 1.1.3.2. Cardiovascular
 - 1.1.3.3. Pulmonar
 - 1.1.3.4. Muscular
- 1.2. Avaliação fisiológica e interpretação I
 - 1.2.1. Antropometria
 - 1.2.2. Capacidade funcional aeróbica e anaeróbica
 - 1.2.3. Testes de laboratório
 - 1.2.4. Testes de campo
- 1.3. Avaliação fisiológica e interpretação II
 - 1.3.1. Testes de esforço
 - 1.3.2. Interpretação de testes de esforço
 - 1.3.3. Casos clínicos
- 1.4. Prescrição personalizada de atividade física em adultos jovens
 - 1.4.1. Fundamentos do treino de força
 - 1.4.2. Fundamentos do treino de resistência
 - 1.4.3. Prevenção de lesões
 - 1.4.3.1. Treinamento sensório-motor
 - 1.4.3.2. Treinamento da flexibilidade
- 1.5. Prescrição personalizada de atividade física em idosos
 - 1.5.1. Fundamentos do treino cardiovascular e suas diferenças com adultos jovens
 - 1.5.2. Fundamentos do treino de força e resistência
 - 1.5.3. Prevenção de quedas





- 1.6. Atividade física, longevidade e qualidade de vida.
 - 1.6.1. Doenças cardiovasculares
 - 1.6.2. Doenças pulmonares
 - 1.6.3. Doenças neuromusculares
 - 1.6.4. Doenças musculoesqueléticas
 - 1.6.5. Populações especiais
 - 1.6.5.1. Gravidez
 - 1.6.5.2. Idade avançada
- 1.7. Estratégias para a reabilitação e recuperação do esforço.
 - 1.7.1. Técnicas de recuperação.
 - 1.7.1.1. Medidas físicas
 - 1.7.1.2. Nutrição (hidratação, dieta).
 - 1.7.2. Pré-condicionamento hipóxico
- 1.8. Sedentarismo e obesidade.
 - 1.8.1. Borrir
 - 1.8.2. Obesidade como uma doença metabólica
 - 1.8.3. Estratégias de prevenção da obesidade e sedentarismo
- 1.9. Tratamento farmacológico da obesidade. GLP1–Liraglutide
 - 1.9.1. Mecanismo de ação farmacológico
 - 1.9.2. Indicações e contraindicações
 - 1.9.3. Utilidade na prática clínica e suas aplicações
- 1.10. Suplementação dietética
 - 1.10.1. Vitaminas
 - 1.10.2. Antioxidantes
 - 1.10.3. Coenzima Q10
 - 1.10.4. Cálcio
 - 1.10.5. Condroprotetores
 - 1.10.6. Nutricosméticos

Módulo 2. Nutrição

- 2.1. Micronutrição
 - 2.1.1. Conceito micronutriente
 - 2.1.2. Vitaminas
 - 2.1.3. Minerais
 - 2.1.4. Oligoelementos
 - 2.1.5. Outros micronutrientes
- 2.2. Nutrição Ortomolecular
 - 2.2.1. Conceito de nutrição ortomolecular
 - 2.2.2. Nutrafarmacêuticos
 - 2.2.3. Utilidade da nutrição ortomolecular
- 2.3. Suplementação
 - 2.3.1. Conceito de Suplementação nutricional
 - 2.3.2. Tipos de Suplementação nutricional
 - 2.3.3. Utilidade dos suplementos nutricionais na medicina antienvhecimento
- 2.4. Nutrigenética Nutrigenômica
 - 2.4.1. Conceito de nutrigenética
 - 2.4.2. Conceito de nutrigenômica
 - 2.4.3. Aplicações de nutrigenética e nutrigenômica
- 2.5. Vitaminas e Prevenção de Doenças
 - 2.5.1. Tipos de vitaminas
 - 2.5.2. Hipovitaminose e hipervitaminose
 - 2.5.3. Tratamento e prevenção da hipovitaminose
- 2.6. Aditivos alimentares
 - 2.6.1. Conceito de aditivo alimentar
 - 2.6.2. Funções dos aditivos alimentares
 - 2.6.3. Classificação e identificação de aditivos alimentares
- 2.7. Nutrição e Alimentação Integrativa
 - 2.7.1. Conceito e fundamentos da nutrição integrativa
 - 2.7.2. Alimentos antiinflamatória
 - 2.7.3. Nutrição integrativa e o futuro

- 2.8. Nutracêuticos
 - 2.8.1. Nutracêuticos
 - 2.8.2. Diferenças entre nutracêuticos e suplementos alimentares
 - 2.8.3. Os nutracêuticos mais representativos
- 2.9. Prebióticos e Probióticos
 - 2.9.1. Conceito de prebiótico. Benefícios dos prebióticos
 - 2.9.2. Conceito de probióticos. Benefícios dos probióticos
 - 2.9.3. Conceito de simbiótico. Benefícios dos simbióticos
- 2.10. Radicais livres e antioxidantes
 - 2.10.1. Conceito de radicais livres e seu papel no envelhecimento celular
 - 2.10.2. Função e tipos de antioxidantes
 - 2.10.3. O papel dos antioxidantes na prevenção do envelhecimento

Módulo 3. A Consulta de Medicina Antienvhecimento. Aspectos práticos. Abordagem Global do Paciente

- 3.1. Aspectos legais essenciais. Necessidades de uma consulta Antienvhecimento
 - 3.1.1. Introdução ao Direito da Saúde
 - 3.1.2. Responsabilidade civil
 - 3.1.3. *A Lex Artis ad hoc*
 - 3.1.4. Negligência médica
- 3.2. Marketing. Redes sociais Aspectos éticos. Medicina e publicidade
 - 3.2.1. Plano de Marketing
 - 3.2.1.1. Análise da situação (PESTEL, DAFO)
 - 3.2.1.2. Objetivos do plano
 - 3.2.1.3. Plano de ação
 - 3.2.2. Comunicação digital
 - 3.2.2.1. Social Media Plan
 - 3.2.2.2. Redes sociais
 - 3.2.3. Novas tecnologias

- 3.3. Histórico médico e consentimento informado
 - 3.3.1. Tipos de histórico médico
 - 3.3.2. Conteúdo de um prontuário médico
 - 3.3.2.1. Consentimento informado
 - 3.3.3. Aspectos legais do histórico médico
- 3.4. Abordagem global do paciente na consulta antienvhecimento
 - 3.4.1. Psicologia do atendimento ao paciente
 - 3.4.2. Coaching adaptado à consulta
 - 3.4.3. Identificação de problemas e necessidades dos pacientes
- 3.5. Avaliação da idade biológica
 - 3.5.1. Definição de conceitos
 - 3.5.2. Métodos de avaliação
 - 3.5.3. Outras calculadoras
- 3.6. Análise laboratorial básica
 - 3.6.1. Hemograma e bioquímica básica
 - 3.6.2. Vitaminas
 - 3.6.3. Triagem de Diabetes Mellitus e Dislipidemia
 - 3.6.4. Perfil da tireoide
- 3.7. Exames de laboratório específicos
 - 3.7.1. Estudo dos radicais livres
 - 3.7.2. Teste para Medição dos Telômeros
 - 3.7.3. Triagem de patologias
 - 3.7.3.1. Câncer colorretal
 - 3.7.3.2. Câncer de mama
 - 3.7.3.3. Doenças neurodegenerativas
- 3.8. Avaliação dos resultados e prescrição integrada
 - 3.8.1. Estudo detalhado dos resultados
 - 3.8.2. Definição dos objetivos
 - 3.8.3. Tratamento integral
- 3.9. Acompanhamento
 - 3.9.1. Planejamento da consulta
 - 3.9.2. Necessidade de testes complementares
 - 3.9.3. Reajuste de metas e consulta motivacional
- 3.10. Especialidades complementares e necessidade de encaminhamento
 - 3.10.1. Necessidade de colaboração
 - 3.10.2. Diagnóstico de doenças por casualidade
 - 3.10.3. Especialidades relacionadas
 - 3.10.3.1. Medicina Familiar e Comunidade
 - 3.10.3.2. Endocrinologia e Nutrição
 - 3.10.3.3. Cirurgia Plástica e Reparadora
 - 3.10.3.4. Psiquiatria/Psicologia



Uma experiência de capacitação única, fundamental e decisiva para impulsionar seu crescimento profissional"

05

Metodologia de estudo

A TECH é a primeira universidade do mundo a unir a metodologia dos **case studies** com o **Relearning**, um sistema de aprendizado 100% online baseado na repetição guiada.

Essa estratégia de ensino inovadora foi projetada para oferecer aos profissionais a oportunidade de atualizar conhecimentos e desenvolver habilidades de forma intensiva e rigorosa. Um modelo de aprendizagem que coloca o aluno no centro do processo acadêmico e lhe dá o papel principal, adaptando-se às suas necessidades e deixando de lado as metodologias mais convencionais.



“

A TECH prepara você para enfrentar novos desafios em ambientes incertos e alcançar o sucesso em sua carreira”

O aluno: a prioridade de todos os programas da TECH

Na metodologia de estudo da TECH, o aluno é o protagonista absoluto. As ferramentas pedagógicas de cada programa foram selecionadas levando-se em conta as demandas de tempo, disponibilidade e rigor acadêmico que, atualmente, os alunos, bem como os empregos mais competitivos do mercado, exigem.

Com o modelo educacional assíncrono da TECH, é o aluno quem escolhe quanto tempo passa estudando, como decide estabelecer suas rotinas e tudo isso no conforto do dispositivo eletrônico de sua escolha. O aluno não precisa assistir às aulas presenciais, que muitas vezes não poderá comparecer. As atividades de aprendizado serão realizadas de acordo com sua conveniência. O aluno sempre poderá decidir quando e de onde estudar.

“

*Na TECH, o aluno NÃO terá aulas ao vivo
(das quais poderá nunca participar)”*



Os programas de ensino mais abrangentes do mundo

A TECH se caracteriza por oferecer os programas acadêmicos mais completos no ambiente universitário. Essa abrangência é obtida por meio da criação de programas de estudo que cobrem não apenas o conhecimento essencial, mas também as últimas inovações em cada área.

Por serem constantemente atualizados, esses programas permitem que os alunos acompanhem as mudanças do mercado e adquiram as habilidades mais valorizadas pelos empregadores. Dessa forma, os alunos da TECH recebem uma preparação abrangente que lhes dá uma vantagem competitiva significativa para avançar em suas carreiras.

Além disso, eles podem fazer isso de qualquer dispositivo, PC, tablet ou smartphone.

“

O modelo da TECH é assíncrono, portanto, você poderá estudar com seu PC, tablet ou smartphone onde quiser, quando quiser e pelo tempo que quiser”

Case studies ou Método de caso

O método de casos tem sido o sistema de aprendizado mais amplamente utilizado pelas melhores escolas de negócios do mundo. Desenvolvido em 1912 para que os estudantes de direito não aprendessem a lei apenas com base no conteúdo teórico, sua função também era apresentar a eles situações complexas da vida real. Assim, eles poderiam tomar decisões informadas e fazer julgamentos de valor sobre como resolvê-los. Em 1924 foi estabelecido como o método de ensino padrão em Harvard.

Com esse modelo de ensino, é o próprio aluno que desenvolve sua competência profissional por meio de estratégias como o *Learning by doing* ou o *Design Thinking*, usados por outras instituições renomadas, como Yale ou Stanford.

Esse método orientado para a ação será aplicado em toda a trajetória acadêmica do aluno com a TECH. Dessa forma, o aluno será confrontado com várias situações da vida real e terá de integrar conhecimentos, pesquisar, argumentar e defender suas ideias e decisões. A premissa era responder à pergunta sobre como eles agiriam diante de eventos específicos de complexidade em seu trabalho diário.



Método *Relearning*

Na TECH os *case studies* são alimentados pelo melhor método de ensino 100% online: o *Relearning*.

Esse método rompe com as técnicas tradicionais de ensino para colocar o aluno no centro da equação, fornecendo o melhor conteúdo em diferentes formatos. Dessa forma, consegue revisar e reiterar os principais conceitos de cada matéria e aprender a aplicá-los em um ambiente real.

Na mesma linha, e de acordo com várias pesquisas científicas, a repetição é a melhor maneira de aprender. Portanto, a TECH oferece entre 8 e 16 repetições de cada conceito-chave dentro da mesma lição, apresentadas de uma forma diferente, a fim de garantir que o conhecimento seja totalmente incorporado durante o processo de estudo.

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



Um Campus Virtual 100% online com os melhores recursos didáticos

Para aplicar sua metodologia de forma eficaz, a TECH se concentra em fornecer aos alunos materiais didáticos em diferentes formatos: textos, vídeos interativos, ilustrações e mapas de conhecimento, entre outros. Todos eles são projetados por professores qualificados que concentram seu trabalho na combinação de casos reais com a resolução de situações complexas por meio de simulação, o estudo de contextos aplicados a cada carreira profissional e o aprendizado baseado na repetição, por meio de áudios, apresentações, animações, imagens etc.

As evidências científicas mais recentes no campo da neurociência apontam para a importância de levar em conta o local e o contexto em que o conteúdo é acessado antes de iniciar um novo processo de aprendizagem. A capacidade de ajustar essas variáveis de forma personalizada ajuda as pessoas a lembrar e armazenar o conhecimento no hipocampo para retenção a longo prazo. Trata-se de um modelo chamado *Neurocognitive context-dependent e-learning* que é aplicado conscientemente nesse curso universitário.

Por outro lado, também para favorecer ao máximo o contato entre mentor e mentorado, é oferecida uma ampla variedade de possibilidades de comunicação, tanto em tempo real quanto em diferido (mensagens internas, fóruns de discussão, serviço telefônico, contato por e-mail com a secretaria técnica, bate-papo, videoconferência etc.).

Da mesma forma, esse Campus Virtual muito completo permitirá que os alunos da TECH organizem seus horários de estudo de acordo com sua disponibilidade pessoal ou obrigações de trabalho. Dessa forma, eles terão um controle global dos conteúdos acadêmicos e de suas ferramentas didáticas, em função de sua atualização profissional acelerada.



O modo de estudo online deste programa permitirá que você organize seu tempo e ritmo de aprendizado, adaptando-o à sua agenda”

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 intelectual 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 eficiente, graças à abordagem 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.

A metodologia universitária mais bem avaliada por seus alunos

Os resultados desse modelo acadêmico inovador podem ser vistos nos níveis gerais de satisfação dos alunos da TECH.

A avaliação dos alunos sobre a qualidade do ensino, a qualidade dos materiais, a estrutura e os objetivos do curso é excelente. Não é de surpreender que a instituição tenha se tornado a universidade mais bem avaliada por seus alunos na plataforma de avaliação Trustpilot, com uma pontuação de 4,9 de 5.

Acesse o conteúdo do estudo de qualquer dispositivo com conexão à Internet (computador, tablet, smartphone) graças ao fato da TECH estar na vanguarda da tecnologia e do ensino.

Você poderá aprender com as vantagens do acesso a ambientes de aprendizagem simulados e com a abordagem de aprendizagem por observação, ou seja, aprender com um especialista.



Assim, os melhores materiais educacionais, cuidadosamente preparados, estarão disponíveis neste programa:



Material de estudo

O conteúdo didático foi elaborado especialmente para este curso pelos especialistas que irão ministrá-lo, o que permite que o desenvolvimento didático seja realmente específico e concreto.

Posteriormente, esse conteúdo é adaptado ao formato audiovisual, para criar o método de trabalho online, com as técnicas mais recentes que nos permitem lhe oferecer a melhor qualidade em cada uma das peças que colocaremos a seu serviço.



Práticas de aptidões e competências

Serão realizadas atividades para desenvolver as habilidades e competências específicas em cada área temática. Práticas e dinâmicas para adquirir e desenvolver as competências e habilidades que um especialista precisa desenvolver no âmbito da globalização.



Resumos interativos

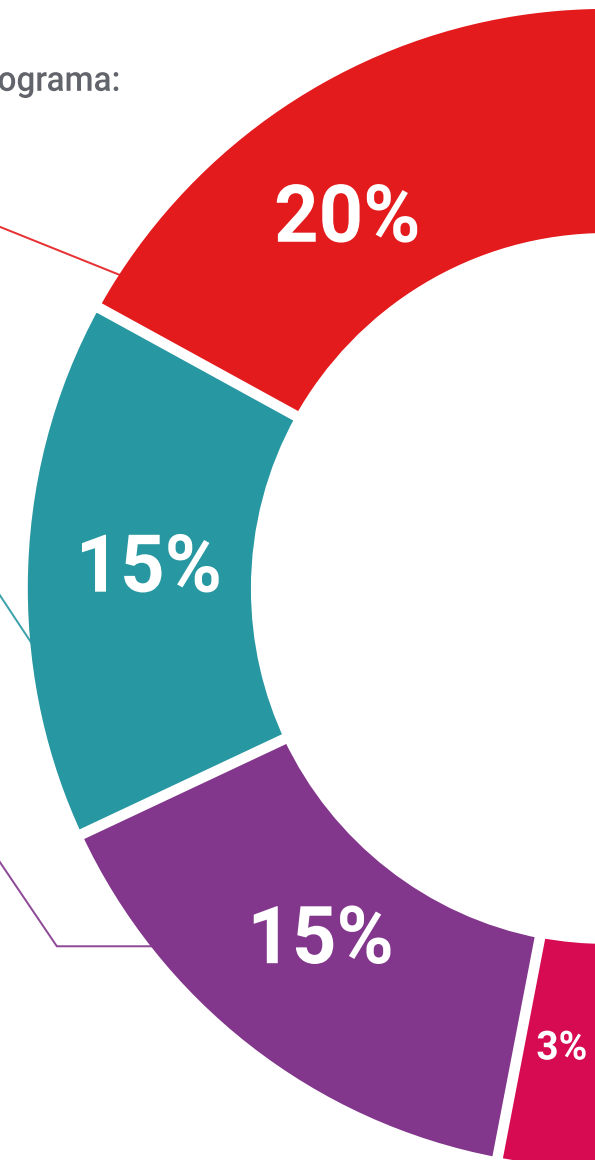
Apresentamos os conteúdos de forma atraente e dinâmica em pílulas multimídia que incluem áudio, vídeos, imagens, diagramas e mapas conceituais com o objetivo de reforçar o conhecimento.

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 científicos, guias internacionais, entre outros. Na biblioteca virtual do estudante você terá acesso a tudo o que for necessário para completar sua capacitação.





Case Studies

Você concluirá uma seleção dos melhores *case studies* da disciplina. Casos apresentados, analisados e orientados pelos melhores especialistas no cenário internacional.



Testing & Retesting

Avaliamos e reavaliamos periodicamente seus conhecimentos ao longo de todo o programa. Fazemos isso em 3 dos 4 níveis da Pirâmide de Miller.



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 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.



06

Certificado

O Programa Avançado de Nutrição e Atividade Física Aplicadas à Medicina Antienvhecimento garante, além da capacitação mais rigorosa e atualizada, o acesso a um título de Programa Avançado emitido pela TECH Universidade Tecnológica.



“

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

Este **Programa Avançado de Nutrição e Atividade Física Aplicadas à Medicina Antienvhecimento** conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado.

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

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

Título: **Programa Avançado de Nutrição e Atividade Física Aplicadas à Medicina Antienvhecimento**

Modalidade: **online**

Duração: **6 meses**



*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 sustentabilidade

tech universidade
tecnológica

Programa Avançado
Nutrição e Atividade Física
Aplicadas à Medicina
Antienvhecimento

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

Programa Avançado

Nutrição e Atividade Física Aplicadas
à Medicina Antienvelhecimento

