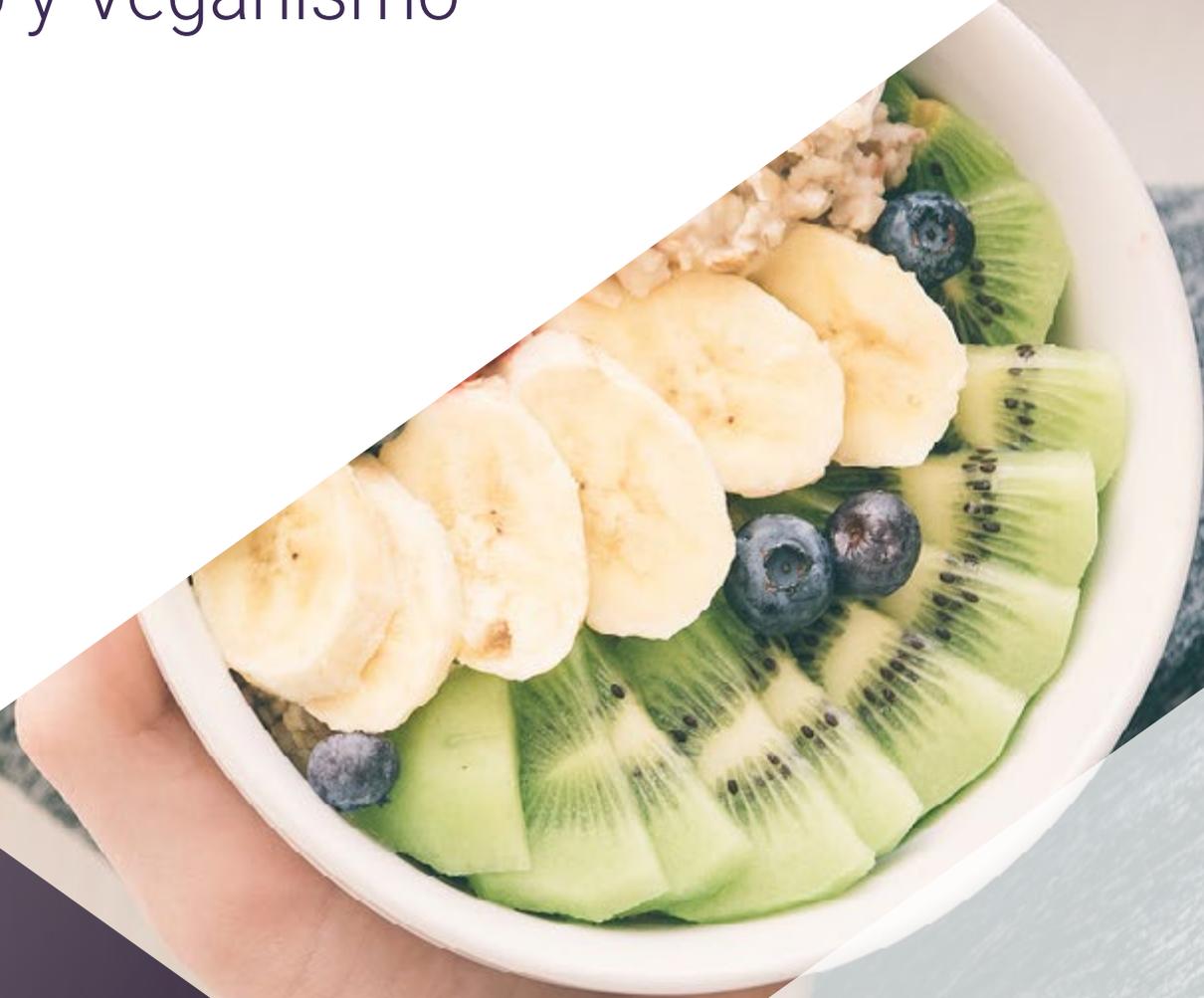


# Experto Universitario

## Nutrición Deportiva en Diabetes, Vegetarianismo y Veganismo

Avalado por la NBA





## Experto Universitario

Nutrición Deportiva  
en Diabetes,  
Vegetarianismo  
y Veganismo

- » Modalidad: No escolarizada (100% en línea)
- » Duración: 6 meses
- » Titulación: TECH Universidad
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

Acceso web: [www.techtitute.com/nutricion/experto-universitario/experto-nutricion-deportiva-diabetes-vegetarianismo-veganismo](http://www.techtitute.com/nutricion/experto-universitario/experto-nutricion-deportiva-diabetes-vegetarianismo-veganismo)

# Índice

01

Presentación

---

*pág. 4*

02

Objetivos

---

*pág. 8*

03

Dirección del curso

---

*pág. 12*

04

Estructura y contenido

---

*pág. 18*

05

Metodología de estudio

---

*pág. 22*

06

Titulación

---

*pág. 32*

# 01

# Presentación

La óptima alimentación, el trabajo físico y la medicación respectiva son esenciales en el tratamiento de la diabetes, manteniendo en equilibrio todos los sistemas del cuerpo humano. Por eso, la práctica deportiva es importante para el paciente que padece dicha patología, conllevando a la estabilidad nutritiva y adaptando la ingesta de alimentos en su rutina diaria. De acuerdo a la importancia y al auge de esta disciplina en los últimos años, este programa ha sido creado con el propósito de otorgarles a los especialistas de la Nutrición Deportiva una completa actualización relacionada con la profundidad de los factores externos e internos que influyen en el abordaje nutricional. Todo esto, con un formato 100% online a través de la institución académica digital más grande del mundo.



“

*Este Experto Universitario está orientado a expertos del sector de la Nutrición Deportiva como tú, donde fortalecerás tus conocimientos en el balance energético y el consumo de proteína”*

Tener en cuenta una dieta sana, equilibrada y ajustarla al modo de vida de cada persona que padezca de diabetes repercutirá de manera positiva en el paciente. De esta forma, la alimentación para la práctica deportiva tiene gran relevancia en todas las personas independientemente de su condición clínica. Por eso el especialista deberá estar a la vanguardia de los avances tecnológicos y técnicos para el tratamiento y seguimiento correcto de esta patología en pacientes que la padezcan.

En este sentido, las múltiples investigaciones integrales en esta área del conocimiento han progresado de manera positiva, logrando dar estabilidad y calidad de vida al paciente. Dada la importancia de esta disciplina, TECH ha decidido desarrollar este Experto Universitario, el cual aportará al profesional las más recientes actualizaciones relacionadas con el mecanismo fisiológico y bioquímico de la diabetes tanto en reposo como en el ejercicio.

El egresado potenciará sus conocimientos referentes a los requerimientos nutricionales para personas con diabetes tanto en su vida diaria como en el ejercicio, para mejorar su salud. Por eso, esta titulación cuenta con el soporte de un cuadro docente experto en Nutrición Deportiva enfocado en la diferencia de los distintos tipos de deportista vegetariano. Todo esto, acompañado de un material multimedia de la mejor calidad que proporciona un alto porcentaje de dinamismo y comodidad con la modalidad 100% online.

Además, la titulación universitaria se apoya en un cuadro docente de excelencia, integrado por especialistas de amplio prestigio en materia de Nutrición Deportiva para Poblaciones Especiales como pacientes con Diabetes. Este experto desarrolla durante el itinerario académico un exclusivo grupo de *Masterclasses* que permiten a los egresados de TECH alcanzar una actualización holística en su praxis clínica.

Este **Experto Universitario en Nutrición Deportiva en Diabetes, Vegetarianismo y Veganismo** contiene el programa educativo más completo y actualizado del mercado. Sus características más destacadas son:

- El desarrollo de casos prácticos presentados por expertos en Nutrición Deportiva
- Los contenidos gráficos, esquemáticos y eminentemente prácticos con los que está concebido recogen una información científica y práctica sobre aquellas disciplinas indispensables para el ejercicio profesional
- Los ejercicios prácticos donde realizar el proceso de autoevaluación para mejorar el aprendizaje
- Su especial hincapié en metodologías innovadoras
- Las lecciones teóricas, preguntas al experto, foros de discusión de temas controvertidos y trabajos de reflexión individual
- La disponibilidad de acceso a los contenidos desde cualquier dispositivo fijo o portátil con conexión a internet



*Profundizarás en las innovaciones dietéticas más punteras mediante el asesoramiento y las Masterclasses de un reputado Director Invitado Internacional”*

“

*Reforzarás tus habilidades relacionadas con las fuentes proteicas en la alimentación vegana/vegetariana en tan solo horas de aprendizaje continuo”*

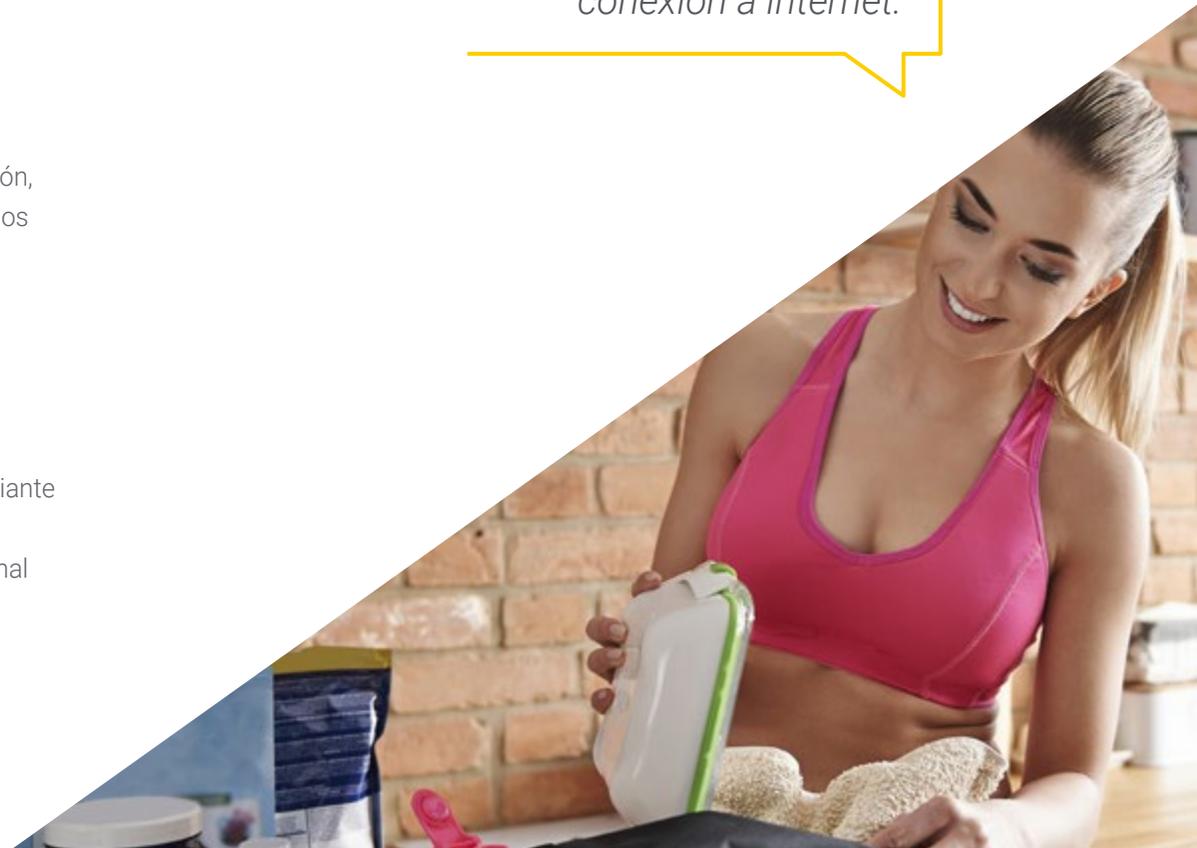
Incluye en su cuadro docente a profesionales pertenecientes al ámbito de la nutrición, que vierten en esta capacitación la experiencia de su trabajo, además de reconocidos especialistas de sociedades de referencia y universidades de prestigio.

Su contenido multimedia, elaborado con la última tecnología educativa, permitirá al profesional un aprendizaje situado y contextual, es decir, un entorno simulado que proporcionará una capacitación inmersiva programada para entrenarse ante situaciones reales.

El diseño de este programa se centra en el Aprendizaje Basado en Problemas, mediante el cual el profesional deberá tratar de resolver las distintas situaciones de práctica profesional que se le planteen a lo largo del curso académico. Para ello, el profesional contará con la ayuda de un novedoso sistema de vídeo interactivo realizado por reconocidos expertos en nutrición deportiva y con gran experiencia.

*Si deseas estar a la vanguardia en Nutrición Deportiva, con TECH podrás hacerlo llevándote las actualizaciones más completas de sector.*

*TECH aporta confort con su flexibilidad horaria y el acceso a su plataforma virtual desde un dispositivo electrónico con conexión a internet.*



# 02 Objetivos

Este Experto Universitario en Nutrición Deportiva en Diabetes, Vegetarianismo y Veganismo ha sido desarrollado primordialmente para proporcionarle al especialista las más innovadoras actualizaciones en torno al estado de evidencia actual sobre las ayudas ergogénicas en diabéticos. Así, TECH ofrece diversas herramientas didácticas, asegurando con éxito el proceso y finalización del programa. Al terminar esta titulación, el alumnado habrá realizado una efectiva puesta al día mediante casos de estudio que contribuirán a la aplicación de las técnicas más adecuadas para el debido tratamiento en pacientes con diabetes.





“

*Con las herramientas tecnológicas que TECH te proporciona lograrás con éxito culminar tu proceso de actualización en torno a la Fisiología del ejercicio en personas con diabetes”*



## Objetivos generales

---

- ♦ Manejar conocimientos avanzados sobre la planificación nutricional en los deportistas profesionales y no profesionales para la realización saludable de ejercicio físico
- ♦ Manejar conocimientos avanzados sobre la planificación nutricional en los deportistas profesionales de diferentes disciplinas para conseguir el máximo rendimiento deportivo
- ♦ Manejar conocimientos avanzados sobre la planificación nutricional en los deportistas profesionales de disciplinas de equipo para conseguir el máximo rendimiento deportivo
- ♦ Manejar y consolidar la iniciativa, el espíritu emprendedor para poner en marcha proyectos relacionados con la nutrición en la actividad física y el deporte
- ♦ Saber incorporar los distintos avances científicos al propio campo profesional
- ♦ Capacidad para trabajar en un entorno multidisciplinar
- ♦ Comprensión avanzada del contexto en el que se desarrolla el área de su especialidad
- ♦ Manejar habilidades avanzadas para detectar los posibles signos de alteración nutricional asociados a la práctica deportiva
- ♦ Manejar las habilidades necesarias mediante el proceso enseñanza-aprendizaje que les permita seguir formándose y aprendiendo en el ámbito de la nutrición en el deporte, tanto por los contactos establecidos con profesores y profesionales de esta formación, como de modo autónomo
- ♦ Especializarse en la estructura del tejido muscular y su implicación en el deporte
- ♦ Conocer las necesidades energéticas y nutricionales de los deportistas en distintas situaciones fisiopatológicas
- ♦ Especializarse en las necesidades energéticas y nutricionales de los deportistas en distintas situaciones propias de la edad y el sexo
- ♦ Especializarse en estrategias dietéticas para la prevención y tratamiento del deportista lesionado
- ♦ Especializarse en las necesidades energéticas y nutricionales de los niños deportistas
- ♦ Especializarse en las necesidades energéticas y nutricionales de los deportistas paralímpicos



*Durante el desarrollo del programa académico encontrarás contenidos referentes a factores que disminuyen la absorción de nutrientes”*



## Objetivos específicos

---

### Módulo 1. Diferentes etapas o poblaciones específicas

- ♦ Explicar características particulares a nivel fisiológico a tener en cuenta en el abordaje nutricional de los diferentes colectivos
- ♦ Comprender en profundidad los factores externos e internos que influyen en el abordaje nutricional de estos colectivos

### Módulo 2. Vegetarianismo y veganismo

- ♦ Diferenciar entre los distintos tipos de deportista vegetariano
- ♦ Conocer de manera profunda los principales errores cometidos
- ♦ Tratar las notables carencias nutricionales que presentan los deportistas
- ♦ Manejar habilidades que permitan dotar al deportista de las mejores herramientas a la hora de combinar alimentos

### Módulo 3. Deportista diabético tipo 1

- ♦ Establecer el mecanismo fisiológico y bioquímico de la diabetes tanto en reposo como en el ejercicio
- ♦ Profundizar en cómo funcionan las diferentes insulinas o medicamentos que utilizan los diabéticos/as
- ♦ Valorar los requerimientos nutricionales para personas con diabetes tanto en su vida diaria como en el ejercicio, para mejorar su salud
- ♦ Profundizar en los conocimientos necesarios para poder planificar la nutrición a deportistas de diferentes disciplinas con diabetes, para mejorar su salud y rendimiento
- ♦ Establecer el estado de evidencia actual sobre las ayudas ergogénicas en diabéticos/as

# 03

## Dirección del curso

TECH tiene el objetivo de aportar al profesional el mejor y más actualizado contenido en Nutrición Deportiva. De esta manera, el alumnado tendrá acceso a las herramientas didácticas más innovadoras, logrando desarrollar con éxito el proceso en cada una de sus titulaciones. De esta forma, el egresado dispondrá de un material específicamente diseñado por un equipo docente especializado en estrategias nutricionales durante el deporte y el ejercicio en diabetes. Por ende, su amplia experiencia y su dilatado conocimiento llevarán al egresado a la cima de su carrera profesional sin duda alguna.





“

*Si quieres una actualización de alto nivel, hazlo con el mejor y más especializado claustro docente en Nutrición Deportiva en Diabetes, Vegetarianismo y Veganismo”*

## Directora Invitada Internacional

Jamie Meeks ha demostrado a lo largo de su trayectoria profesional su dedicación por la **Nutrición Deportiva**. Tras graduarse en esa especialidad en la Universidad Estatal de Luisiana, destacó rápidamente. Su talento y compromiso fueron reconocidos cuando recibió el prestigioso **premio de Joven Dietista del Año** por la Asociación Dietética de Luisiana, un logro que marcó el comienzo de una exitosa carrera.

Después de completar su licenciatura, Jamie Meeks continuó su educación en la Universidad de Arkansas, donde completó sus prácticas en **Dietética**. Luego, obtuvo un Máster en Kinesiología con especialización en **Fisiología del Ejercicio** por la Universidad Estatal de Luisiana. Su pasión por ayudar a los atletas a alcanzar su máximo potencial y su incansable compromiso con la excelencia la convierten en una figura destacada en la comunidad deportiva y de nutrición.

Su profundo conocimiento en esta área la llevó a convertirse en la primera **Directora de Nutrición Deportiva** en la historia del departamento atlético de la Universidad Estatal de Luisiana. Allí, desarrolló programas innovadores para satisfacer las necesidades dietéticas de los atletas y educarlos sobre la importancia de una **alimentación adecuada para el rendimiento óptimo**.

Posteriormente, ha ocupado el cargo de **Directora de Nutrición Deportiva** en el equipo **New Orleans Saints** de la NFL. En este puesto, se dedica a garantizar que los jugadores profesionales reciban la mejor atención nutricional posible, trabajando en estrecha colaboración con entrenadores, preparadores físicos y personal médico para optimizar el desempeño y la salud individual.

Así, Jamie Meeks es considerada una verdadera líder en su campo, siendo miembro activo de varias asociaciones profesionales y participando en el avance de la **Nutrición Deportiva** a nivel nacional. En este sentido, es también integrante de la **Academia de Nutrición y Dietética** y de la **Asociación de Dietistas Deportivos Colegiados y Profesionales**.



## Dña. Meeks, Jamie

---

- ♦ Directora de Nutrición Deportiva de los New Orleans Saints de la NFL, Luisiana, Estados Unidos
- ♦ Coordinadora de Nutrición Deportiva en la Universidad Estatal de Luisiana
- ♦ Dietista registrada por la Academia de Nutrición y Dietética
- ♦ Especialista certificada en dietética deportiva
- ♦ Máster en Kinesiología con especialización en Fisiología del ejercicio por la Universidad Estatal de Luisiana
- ♦ Graduada en Dietética por la Universidad Estatal de Luisiana
- ♦ Miembro de: Asociación Dietética de Luisiana, Asociación de Dietistas Deportivos Colegiados y Profesionales, Grupo de Práctica Dietética de Nutrición Deportiva Cardiovascular y de Bienestar

“

*Gracias a TECH podrás aprender con los mejores profesionales del mundo”*

## Dirección



### **Dr. Marhuenda Hernández, Javier**

- ♦ Nutricionista en Clubes de Fútbol Profesional
- ♦ Responsable del Área de Nutrición Deportiva. Club Albacete Balompié SAD
- ♦ Responsable del Área de Nutrición Deportiva. Universidad Católica de Murcia, UCAM Murcia Club de Fútbol
- ♦ Asesor Científico. Nutrium
- ♦ Asesor Nutricional. Centro Impulso
- ♦ Docente y Coordinador de Estudios Posuniversitarios
- ♦ Doctor en Nutrición y Seguridad Alimentaria. Universidad Católica San Antonio de Murcia
- ♦ Graduado en Nutrición Humana y Dietética. Universidad Católica San Antonio de Murcia
- ♦ Máster en Nutrición Clínica. Universidad Católica San Antonio de Murcia
- ♦ Académico. Academia Española de Nutrición y Dietética (AEND)

## Profesores

### Dr. Martínez Noguera, Francisco Javier

- ♦ Nutricionista Deportivo en CIARD-UCAM
- ♦ Nutricionista deportivo en Clínica Fisioterapia Jorge Lledó
- ♦ Ayudante de Investigación en CIARD-UCAM
- ♦ Nutricionista Deportivo del UCAM Murcia Club de Fútbol
- ♦ Nutricionista de SANO Center
- ♦ Nutricionista Deportivo de UCAM Murcia Club de Baloncesto
- ♦ Doctor en Ciencias del Deporte por la Universidad Católica San Antonio de Murcia
- ♦ Graduado en Nutrición Humana y Dietética por la Universidad Católica San Antonio de Murcia
- ♦ Máster en Nutrición y Seguridad Alimentaria por la Universidad Católica San Antonio de Murcia

### Dra. Ramírez Munuera, Marta

- ♦ Nutricionista Deportiva experta en Deportes de Fuerza
- ♦ Nutricionista. M10 Salud y Fitness. Centro de Salud y Deporte
- ♦ Nutricionista. Mario Ortiz Nutrición
- ♦ Formadora en Cursos y Talleres sobre Nutrición Deportiva
- ♦ Ponente en Conferencias y Seminarios de Nutrición Deportiva
- ♦ Graduada en Nutrición Humana y Dietética. Universidad Católica San Antonio de Murcia
- ♦ Máster en Nutrición en la Actividad Física y el Deporte. Universidad Católica San Antonio de Murcia

### Dr. Arcusa Saura, Raúl

- ♦ Nutricionista. Club Deportivo Castellón
- ♦ Nutricionista en varios clubes semiprofesionales de Castellón
- ♦ Investigador. Universidad Católica San Antonio de Murcia
- ♦ Docente de Pregrado y Posgrado
- ♦ Graduado en Nutrición Humana y Dietética
- ♦ Máster Oficial en Nutrición en la Actividad Física y el Deporte



*Aprovecha la oportunidad para conocer los últimos avances en esta materia para aplicarla a tu práctica diaria"*

# 04

## Estructura y contenido

Esta titulación universitaria se ha diseñado de acuerdo a las más recientes investigaciones del campo nutricional, garantizando un plan de estudios que ofrece un exclusivo contenido sobre las diferencias a nivel metabólico durante el ejercicio en personas con diabetes. Este Experto Universitario se enfoca en proporcionarle al especialista un material de prestigio en torno a las ayudas ergogénicas como la creatina y la proteína vegetal. Todo esto, a través de una serie de herramientas multimedia que ofrecen dinamismo y un mayor atractivo a este itinerario académico.



“

*Esta titulación está enfocada en proporcionarte una variedad de contenidos de amplio valor como en la educación nutricional en el niño deportista”*

## Módulo 1. Diferentes Etapas o Poblaciones Específicas

- 1.1. Nutrición en la mujer deportista
  - 1.1.1. Factores limitantes
  - 1.1.2. Requerimientos
- 1.2. Ciclo menstrual
  - 1.2.1. Fase lútea
  - 1.2.2. Fase Folicular
- 1.3. Triada
  - 1.3.1. Amenorrea
  - 1.3.2. Osteoporosis
- 1.4. Nutrición en la mujer deportista embarazada
  - 1.4.1. Requerimientos energéticos
  - 1.4.2. Micronutrientes
- 1.5. Efectos del ejercicio físico en el niño deportista
  - 1.5.1. Entrenamiento de fuerza
  - 1.5.2. Entrenamiento de resistencia
- 1.6. Educación nutricional en el niño deportista
  - 1.6.1. Azúcar
  - 1.6.2. TCA
- 1.7. Requerimientos nutricionales en el niño deportista
  - 1.7.1. Hidratos de carbono
  - 1.7.2. Proteínas
- 1.8. Cambios asociados al envejecimiento
  - 1.8.1. % Grasa corporal
  - 1.8.2. Masa muscular
- 1.9. Principales problemas en el deportista sénior
  - 1.9.1. Articulaciones
  - 1.9.2. Salud cardiovascular
- 1.10. Suplementación interesante en el deportista sénior
  - 1.10.1. *Whey Protein*
  - 1.10.2. Creatina



## Módulo 2. Vegetarianismo y Veganismo

- 2.1. Vegetarianismo y veganismo en la historia del deporte
  - 2.1.1. Comienzos del veganismo en el deporte
  - 2.1.2. Deportistas vegetarianos en la actualidad
- 2.2. Diferentes tipos de alimentación vegetariana (cambiar palabra vegetariana)
  - 2.2.1. Deportista vegano
  - 2.2.2. Deportista vegetariano
- 2.3. Errores frecuentes en el deportista vegano
  - 2.3.1. Balance energético
  - 2.3.2. Consumo de proteína
- 2.4. Vitamina B12
  - 2.4.1. Suplementación de B12
  - 2.4.2. Biodisponibilidad de alga espirulina
- 2.5. Fuentes proteicas en la alimentación vegana/vegetariana
  - 2.5.1. Calidad proteica
  - 2.5.2. Sostenibilidad ambiental
- 2.6. Otros nutrientes clave en veganos
  - 2.6.1. Conversión ALA en EPA/DHA
  - 2.6.2. Fe, Ca, Vit-D y Zn
- 2.7. Valoración bioquímica/Carencias nutricionales
  - 2.7.1. Anemia
  - 2.7.2. Sarcopenia
- 2.8. Alimentación vegana vs Alimentación omnívora
  - 2.8.1. Alimentación evolutiva
  - 2.8.2. Alimentación actual
- 2.9. Ayudas ergogénicas
  - 2.9.1. Creatina
  - 2.9.2. Proteína vegetal
- 2.10. Factores que disminuyen la absorción de nutrientes
  - 2.10.1. Alto consumo de fibra
  - 2.10.2. Oxalatos

## Módulo 3. Deportista Diabético Tipo 1

- 3.1. Conocer la diabetes y su patología
  - 3.1.1. Incidencia de la diabetes
  - 3.1.2. Fisiopatología de la diabetes
  - 3.1.3. Consecuencias de la diabetes
- 3.2. Fisiología del ejercicio en personas con diabetes
  - 3.2.1. Ejercicio máximo, submáximo y metabolismo muscular durante el ejercicio
  - 3.2.2. Diferencias a nivel metabólico durante el ejercicio en personas con diabetes
- 3.3. Ejercicio en personas con diabetes tipo 1
  - 3.3.1. Hipoglucemia, hiperglucemia y ajuste del tratamiento nutricional
  - 3.3.2. Tiempo de ejercicio e ingesta de hidratos de carbono
- 3.4. Ejercicio en personas con diabetes tipo 2. Control de la glucemia
  - 3.4.1. Riesgos de la actividad física en personas con diabetes tipo 2
  - 3.4.2. Beneficios del ejercicio en personas con diabetes tipo 2
- 3.5. Ejercicio en niños y adolescentes con diabetes
  - 3.5.1. Efectos metabólicos del ejercicio
  - 3.5.2. Precauciones durante el ejercicio
- 3.6. Terapia de insulina y ejercicio
  - 3.6.1. Bomba de infusión de insulina
  - 3.6.2. Tipos de insulinas
- 3.7. Estrategias nutricionales durante el deporte y el ejercicio en diabetes tipo 1
  - 3.7.1. De la teoría a la práctica
  - 3.7.2. Ingesta de hidratos de carbono antes, durante y después del ejercicio físico
  - 3.7.3. Hidratación antes, durante y después del ejercicio físico
- 3.8. Planificación nutricional en deportes de resistencia
  - 3.8.1. Maratón
  - 3.8.2. Ciclismo
- 3.9. Planificación nutricional en deportes de equipo
  - 3.9.1. Fútbol
  - 3.9.2. Rugby
- 3.10. Suplementación deportiva y diabetes
  - 3.10.1. Suplementos potencialmente beneficiosos para los atletas con diabetes

05

# Metodología de estudio

TECH es la primera universidad en el mundo que combina la metodología de los **case studies** con el **Relearning**, un sistema de aprendizaje 100% online basado en la reiteración dirigida.

Esta disruptiva estrategia pedagógica ha sido concebida para ofrecer a los profesionales la oportunidad de actualizar conocimientos y desarrollar competencias de un modo intensivo y riguroso. Un modelo de aprendizaje que coloca al estudiante en el centro del proceso académico y le otorga todo el protagonismo, adaptándose a sus necesidades y dejando de lado las metodologías más convencionales.



“

*TECH te prepara para afrontar nuevos retos en entornos inciertos y lograr el éxito en tu carrera”*

## El alumno: la prioridad de todos los programas de TECH

En la metodología de estudios de TECH el alumno es el protagonista absoluto. Las herramientas pedagógicas de cada programa han sido seleccionadas teniendo en cuenta las demandas de tiempo, disponibilidad y rigor académico que, a día de hoy, no solo exigen los estudiantes sino los puestos más competitivos del mercado.

Con el modelo educativo asincrónico de TECH, es el alumno quien elige el tiempo que destina al estudio, cómo decide establecer sus rutinas y todo ello desde la comodidad del dispositivo electrónico de su preferencia. El alumno no tendrá que asistir a clases en vivo, a las que muchas veces no podrá acudir. Las actividades de aprendizaje las realizará cuando le venga bien. Siempre podrá decidir cuándo y desde dónde estudiar.

“

*En TECH NO tendrás clases en directo  
(a las que luego nunca puedes asistir)”*



## Los planes de estudios más exhaustivos a nivel internacional

TECH se caracteriza por ofrecer los itinerarios académicos más completos del entorno universitario. Esta exhaustividad se logra a través de la creación de temarios que no solo abarcan los conocimientos esenciales, sino también las innovaciones más recientes en cada área.

Al estar en constante actualización, estos programas permiten que los estudiantes se mantengan al día con los cambios del mercado y adquieran las habilidades más valoradas por los empleadores. De esta manera, quienes finalizan sus estudios en TECH reciben una preparación integral que les proporciona una ventaja competitiva notable para avanzar en sus carreras.

Y además, podrán hacerlo desde cualquier dispositivo, pc, tableta o smartphone.

“

*El modelo de TECH es asincrónico, de modo que te permite estudiar con tu pc, tableta o tu smartphone donde quieras, cuando quieras y durante el tiempo que quieras”*

## Case studies o Método del caso

El método del caso ha sido el sistema de aprendizaje más utilizado por las mejores escuelas de negocios del mundo. Desarrollado en 1912 para que los estudiantes de Derecho no solo aprendiesen las leyes a base de contenidos teóricos, su función era también presentarles situaciones complejas reales. Así, podían tomar decisiones y emitir juicios de valor fundamentados sobre cómo resolverlas. En 1924 se estableció como método estándar de enseñanza en Harvard.

Con este modelo de enseñanza es el propio alumno quien va construyendo su competencia profesional a través de estrategias como el *Learning by doing* o el *Design Thinking*, utilizadas por otras instituciones de renombre como Yale o Stanford.

Este método, orientado a la acción, será aplicado a lo largo de todo el itinerario académico que el alumno emprenda junto a TECH. De ese modo se enfrentará a múltiples situaciones reales y deberá integrar conocimientos, investigar, argumentar y defender sus ideas y decisiones. Todo ello con la premisa de responder al cuestionamiento de cómo actuaría al posicionarse frente a eventos específicos de complejidad en su labor cotidiana.



## Método Relearning

En TECH los *case studies* son potenciados con el mejor método de enseñanza 100% online: el *Relearning*.

Este método rompe con las técnicas tradicionales de enseñanza para poner al alumno en el centro de la ecuación, proveyéndole del mejor contenido en diferentes formatos. De esta forma, consigue repasar y reiterar los conceptos clave de cada materia y aprender a aplicarlos en un entorno real.

En esta misma línea, y de acuerdo a múltiples investigaciones científicas, la reiteración es la mejor manera de aprender. Por eso, TECH ofrece entre 8 y 16 repeticiones de cada concepto clave dentro de una misma lección, presentada de una manera diferente, con el objetivo de asegurar que el conocimiento sea completamente afianzado durante el proceso de estudio.

*El Relearning te permitirá aprender con menos esfuerzo y más rendimiento, implicándote más en tu especialización, desarrollando el espíritu crítico, la defensa de argumentos y el contraste de opiniones: una ecuación directa al éxito.*



## Un Campus Virtual 100% online con los mejores recursos didácticos

Para aplicar su metodología de forma eficaz, TECH se centra en proveer a los egresados de materiales didácticos en diferentes formatos: textos, vídeos interactivos, ilustraciones y mapas de conocimiento, entre otros. Todos ellos, diseñados por profesores cualificados que centran el trabajo en combinar casos reales con la resolución de situaciones complejas mediante simulación, el estudio de contextos aplicados a cada carrera profesional y el aprendizaje basado en la reiteración, a través de audios, presentaciones, animaciones, imágenes, etc.

Y es que las últimas evidencias científicas en el ámbito de las Neurociencias apuntan a la importancia de tener en cuenta el lugar y el contexto donde se accede a los contenidos antes de iniciar un nuevo aprendizaje. Poder ajustar esas variables de una manera personalizada favorece que las personas puedan recordar y almacenar en el hipocampo los conocimientos para retenerlos a largo plazo. Se trata de un modelo denominado *Neurocognitive context-dependent e-learning* que es aplicado de manera consciente en esta titulación universitaria.

Por otro lado, también en aras de favorecer al máximo el contacto mentor-alumno, se proporciona un amplio abanico de posibilidades de comunicación, tanto en tiempo real como en diferido (mensajería interna, foros de discusión, servicio de atención telefónica, email de contacto con secretaría técnica, chat y videoconferencia).

Asimismo, este completísimo Campus Virtual permitirá que el alumnado de TECH organice sus horarios de estudio de acuerdo con su disponibilidad personal o sus obligaciones laborales. De esa manera tendrá un control global de los contenidos académicos y sus herramientas didácticas, puestas en función de su acelerada actualización profesional.



*La modalidad de estudios online de este programa te permitirá organizar tu tiempo y tu ritmo de aprendizaje, adaptándolo a tus horarios”*

### La eficacia del método se justifica con cuatro logros fundamentales:

1. Los alumnos que siguen este método no solo consiguen la asimilación de conceptos, sino un desarrollo de su capacidad mental, mediante ejercicios de evaluación de situaciones reales y aplicación de conocimientos.
2. El aprendizaje se concreta de una manera sólida en capacidades prácticas que permiten al alumno una mejor integración en el mundo real.
3. Se consigue una asimilación más sencilla y eficiente de las ideas y conceptos, gracias al planteamiento de situaciones que han surgido de la realidad.
4. La sensación de eficiencia del esfuerzo invertido se convierte en un estímulo muy importante para el alumnado, que se traduce en un interés mayor en los aprendizajes y un incremento del tiempo dedicado a trabajar en el curso.

## La metodología universitaria mejor valorada por sus alumnos

Los resultados de este innovador modelo académico son constatables en los niveles de satisfacción global de los egresados de TECH.

La valoración de los estudiantes sobre la calidad docente, calidad de los materiales, estructura del curso y sus objetivos es excelente. No en valde, la institución se convirtió en la universidad mejor valorada por sus alumnos en la plataforma de reseñas Trustpilot, obteniendo un 4,9 de 5.

*Accede a los contenidos de estudio desde cualquier dispositivo con conexión a Internet (ordenador, tablet, smartphone) gracias a que TECH está al día de la vanguardia tecnológica y pedagógica.*

*Podrás aprender con las ventajas del acceso a entornos simulados de aprendizaje y el planteamiento de aprendizaje por observación, esto es, Learning from an expert.*



Así, en este programa estarán disponibles los mejores materiales educativos, preparados a conciencia:



#### Material de estudio

Todos los contenidos didácticos son creados por los especialistas que van a impartir el curso, específicamente para él, de manera que el desarrollo didáctico sea realmente específico y concreto.

Estos contenidos son aplicados después al formato audiovisual que creará nuestra manera de trabajo online, con las técnicas más novedosas que nos permiten ofrecerte una gran calidad, en cada una de las piezas que pondremos a tu servicio.



#### Prácticas de habilidades y competencias

Realizarás actividades de desarrollo de competencias y habilidades específicas en cada área temática. Prácticas y dinámicas para adquirir y desarrollar las destrezas y habilidades que un especialista precisa desarrollar en el marco de la globalización que vivimos.



#### Resúmenes interactivos

Presentamos los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audio, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

Este sistema exclusivo educativo para la presentación de contenidos multimedia fue premiado por Microsoft como "Caso de éxito en Europa".



#### Lecturas complementarias

Artículos recientes, documentos de consenso, guías internacionales... En nuestra biblioteca virtual tendrás acceso a todo lo que necesitas para completar tu capacitación.





#### Case Studies

Completarás una selección de los mejores *case studies* de la materia. Casos presentados, analizados y tutorizados por los mejores especialistas del panorama internacional.



#### Testing & Retesting

Evaluamos y reevaluamos periódicamente tu conocimiento a lo largo del programa. Lo hacemos sobre 3 de los 4 niveles de la Pirámide de Miller.



#### Clases magistrales

Existe evidencia científica sobre la utilidad de la observación de terceros expertos. El denominado *Learning from an expert* afianza el conocimiento y el recuerdo, y genera seguridad en nuestras futuras decisiones difíciles.



#### Guías rápidas de actuación

TECH ofrece los contenidos más relevantes del curso en forma de fichas o guías rápidas de actuación. Una manera sintética, práctica y eficaz de ayudar al estudiante a progresar en su aprendizaje.



06

# Titulación

El Experto Universitario en Nutrición Deportiva en Diabetes, Vegetarianismo y Veganismo garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Experto Universitario expedido por TECH Universidad.



“

*Supera con éxito este programa y recibe tu titulación universitaria sin desplazamientos ni farragosos trámites”*

Este **Experto Universitario en Nutrición Deportiva en Diabetes, Vegetarianismo y Veganismo** contiene el programa científico más completo y actualizado del mercado.

Tras la superación de la evaluación, el alumno recibirá por correo postal\* con acuse de recibo su correspondiente título de **Experto Universitario** emitido por **TECH Universidad**.

Este título expedido por **TECH Universidad** expresará la calificación que haya obtenido en el Experto Universitario, y reunirá los requisitos comúnmente exigidos por las bolsas de trabajo, oposiciones y comités evaluadores de carreras profesionales.

Título: **Experto Universitario en Nutrición Deportiva en Diabetes, Vegetarianismo y Veganismo**

Modalidad: **No escolarizada (100% en línea)**

Duración: **6 meses**



\*Apostilla de La Haya. En caso de que el alumno solicite que su título en papel recabe la Apostilla de La Haya, TECH Universidad realizará las gestiones oportunas para su obtención, con un coste adicional.



## Experto Universitario

Nutrición Deportiva  
en Diabetes,  
Vegetarianismo  
y Veganismo

- » Modalidad: No escolarizada (100% en línea)
- » Duración: 6 meses
- » Titulación: TECH Universidad
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

# Experto Universitario

## Nutrición Deportiva en Diabetes, Vegetarianismo y Veganismo

Avalado por la NBA



**tech**  
universidad

