

# Curso Profesional Diabetes y Ejercicio Físico





## Curso Profesional Diabetes y Ejercicio Físico

Modalidad: Online

Titulación: TECH Formación Profesional

Duración: 6 semanas

Horas: 150

Acceso web: [www.tech-fp.com/actividades-fisicas-deportivas/curso-profesional/diabetes-ejercicio-fisico](http://www.tech-fp.com/actividades-fisicas-deportivas/curso-profesional/diabetes-ejercicio-fisico)

# Índice

01

Presentación

---

*pág. 4*

02

Requisitos de acceso

---

*pág. 6*

03

Salidas profesionales

---

*pág. 8*

04

¿Qué seré capaz de hacer al finalizar el Curso Profesional?

---

*pág. 10*

05

Dirección del curso

---

*pág. 12*

06

Plan de formación

---

*pág. 16*

07

Metodología

---

*pág. 18*

08

Titulación

---

*pág. 22*

# 01

## Presentación

Parte de la población que sufre Osteoporosis, colesterol elevado, problemas circulatorios o Asma recurren a los servicios de profesionales con el propósito de practicar deportes y mejorar su calidad de vida. Para los pacientes con Diabetes son aún más imperativas estas actividades físicas, ya que el ejercicio reduce los niveles de azúcar en la sangre, entre otros beneficios. Así, acudir a personal capacitado para el entrenamiento constituye el primer paso para la recuperación de una buena salud. Gracias a este programa de TECH podrás adquirir competencias altamente solicitadas en este contexto laboral. Para ello contarás con una metodología de aprendizaje 100% online que se apoya de manera significativa en el *Relearning*.

“

*Al matricular en esta titulación podrás examinar todos los beneficios que el ejercicio físico genera en pacientes con Diabetes y todo mediante una innovadora metodología de estudios 100% online”*



Es notable la cantidad de beneficios que se obtienen con el desarrollo de ejercicios físicos para la salud de las personas con niveles elevados de azúcar en la sangre. No obstante, también es imprescindible conocer sus implicaciones y riesgos, especialmente para aquellos que tienen un tratamiento médico y están ajustados a una pauta diaria.

Este Curso Profesional te capacitará para trabajar de manera directa con personas diabéticas que buscan un reacondicionamiento deportivo. Para ello dispones de un material teórico-práctico exhaustivo que ahonda las principales características de la enfermedad y cómo los profesionales de la actividad física pueden trazar planes de entrenamiento en función de los rasgos individuales de cada usuario. Además, durante toda la titulación, recibirás de primera mano la guía de los mejores expertos.

Asimismo, la titulación analiza precauciones, contraindicaciones y algunos aspectos nutricionales en un formato 100% online. Al utilizar el innovador método Relearning para tu estudio, conseguirás adquirir habilidades prácticas de un modo más rápido y flexible, estando preparado para asumir diferentes puestos y retos profesionales de inmediato.

“*¿Quieres entender las consecuencias de la Diabetes en las personas y su estado físico? Este programa de TECH es todo lo que necesitas para dominar esos aspectos”*



# 02

## Requisitos de acceso

Esta titulación no exige ningún requisito de acceso previo al alumno. Esto quiere decir que, para inscribirse y completar el programa, no es necesario haber realizado ningún estudio de forma previa, ni resulta obligatorio cumplir ninguna otra clase de criterio preliminar. Esto te permitirá matricularte y comenzar a aprender de forma inmediata, y sin los complejos trámites exigidos por otras instituciones académicas.

Gracias a este acceso inmediato conseguirás potenciar y poner al día tus conocimientos de un modo cómodo y práctico. Lo que te posicionará fácilmente en un mercado laboral altamente demandado y sin tener que dedicar cientos de horas a estudiar formación reglada previa.

Por todo ello, este programa se presenta como una gran oportunidad para mejorar tus perspectivas de crecimiento profesional de forma rápida y eficiente. Todo esto, a través de un itinerario académico 100% online y con la garantía de calidad, prestigio y empleabilidad de TECH Formación Profesional.

“

*TECH te permite el acceso inmediato a esta titulación, sin requerimientos previos de ingreso ni complejos trámites para matricularte y completar el programa”*





Las ventajas de cursar este programa sin necesidad de cumplir requisitos de acceso previo son:

01

Podrás matricularte inmediatamente y comenzar a estudiar cuando quieras. A tu ritmo y sin esperas

02

Tendrás acceso a un programa de alto valor curricular, donde podrás adquirir las habilidades profesionales más demandadas en la actualidad de un modo práctico

03

Mejorarás tus perspectivas laborales en tan solo unas semanas

04

Tendrás acceso a los recursos didácticos multimedia más avanzados del mercado educativo

05

Te prepararás para responder a las necesidades actuales del mercado profesional aprendiendo mediante un formato 100% online

06

Obtendrás una titulación de TECH, una institución académica de referencia a nivel internacional

# 03

## Salidas profesionales

Al completar este Curso Profesional en Diabetes y Ejercicio Físico, con el sello de calidad educativa de TECH, podrás acceder a las mejores oportunidades laborales. Desempeñarás roles importantes en el sector del bienestar, la salud, el acondicionamiento físico y el cuidado personal. Esto gracias a su intensivo temario y las potencialidades del método *Relearning*. A través de ellos conseguirás ampliar tus competencias de inmediato y captarás la experiencia y el prestigio necesarios para trabajar con empresas reconocidas de estas esferas.



*La Organización Mundial de la Salud recomienda al menos 30 minutos de actividad física moderada al día. Capacítate con TECH y fomenta el desarrollo de ejercicios entre personas sanas y con Diabetes”*





Esta titulación, en definitiva, te convertirá en un gran especialista preparado para trabajar en alguno de los siguientes puestos:

- ♦ *Personal Trainer* especializado en el acondicionamiento Deportivo de Diabéticos
- ♦ Monitor Auxiliar de Gimnasios
- ♦ Auxiliar Técnico en Centros de Rehabilitación y Nutrición
- ♦ Comercial de Equipamientos Deportivos
- ♦ Coach Motivacional y Conferencista de *Wellness*



# 04

## ¿Qué seré capaz de hacer al finalizar el Curso Profesional?

Con los conocimientos adquiridos en este Curso Profesional llevarás a cabo importantes funciones dentro de centros especializados en el sector del bienestar y el acondicionamiento físico. De manera específica y gracias al gran potencial que desarrollarás en este programa, asistirás y guiaras las actividades deportivas de usuarios con patología diabética.

01

Reconocer la fisiopatología de la Diabetes y sus repercusiones sobre la salud

02

Determinar las necesidades concretas en la Diabetes de cara a la actividad física

03

Planificar y programar el entrenamiento de una manera individualizada en una persona con Diabetes

04

Identificar las diferentes variables del entrenamiento, como Fuerza y Resistencia, y la mejor manera de aplicarlas en personas con patología diabética





05

Organizar programas de educación grupal sobre Diabetes y ejercicio físico, proporcionando información precisa y práctica

06

Prevenir la aparición de comorbilidades o de la propia enfermedad, entendiendo los factores más relevantes de la misma, gracias al ejercicio físico

07

Evitar posibles efectos contraproducentes del ejercicio físico, al reconocer las contraindicaciones existentes en las diferentes patologías

08

Diseñar estrategias de manejo del estrés específicas para personas con Diabetes, utilizando técnicas de relajación y *mindfulness*

# 05

## Dirección del curso

Docentes reputados y profesionales destacados por su trayectoria y conocimientos en el área de la salud y ciencias del deporte, son los encargados de dictar esta titulación. Trabajadores en activo y con décadas de experiencia se concentran en este programa para impartir el contenido más profesionalizante sobre el ejercicio físico y la Diabetes. Los casos reales que te presentarán te facilitarán el desarrollo de un bagaje adecuado a la práctica laboral.

“

*Los docentes de este programa han conformado el temario atendiendo a las demandas y necesidades específicas de personas diabéticas que han debido resolver en su ejercicio profesional cotidiano”*



## Dirección del curso

### D. Rubina, Dardo

- ♦ Especialista en Alto Rendimiento Deportivo
- ♦ CEO de Test and Training
- ♦ Preparador Físico Escuela Deportiva Moratalaz
- ♦ Docente Educación Física en el Fútbol y Anatomía. CENAFE Escuelas Carlet
- ♦ Coordinador de la Preparación física en Hockey Hierba. Club Gimnasia y Esgrima de Buenos Aires
- ♦ Doctorado en Alto Rendimiento Deportivo
- ♦ Diplomado en Estudios de Investigación Avanzados (DEA) Universidad de Castilla la Mancha
- ♦ Máster en Alto Rendimiento Deportivo por la Universidad Autónoma de Madrid
- ♦ Posgrado en Actividad Física en Poblaciones con Patologías por la Universidad de Barcelona
- ♦ Técnico de Fisicoculturismo de Competición. Federación Extremeña de Fisicoculturismo y Fitness
- ♦ Experto en Scouting Deportivo y cuantificación de la carga de Entrenamiento (especialización Fútbol), Ciencias del deporte. Universidad de Melilla
- ♦ Experto en Musculación Avanzada por IFBB
- ♦ Experto en Nutrición Avanzada por IFBB
- ♦ Especialista en Valoración e Interpretación Fisiológica de la Aptitud Física por Bio
- ♦ Certificación en Tecnologías para el Control de Peso y el Rendimiento Físico. Arizona State University

## Cuadro docente

### **Dña. Avila, María Belén**

- ♦ Psicóloga y nutricionista con consultorio privado
- ♦ Servicio de Nutrición y Diabetes en diferentes centros
- ♦ Nutricionista en la Federación Argentina de Diabetes
- ♦ Miembro del Comité Científico Psicología del Hospital de Clínicas José de San Martín
- ♦ Nutricionista en el Comité Científico Adulto Mayor Sociedad Argentina de Diabetes
- ♦ Psicóloga Deportiva del Club Atlético Vélez Sarsfield
- ♦ Profesora Nacional de Educación Física
- ♦ Licenciada en Psicología
- ♦ Licenciada en Alto Rendimiento Deportivo
- ♦ Especialización en Psicología del Deporte
- ♦ Programa Terapéutico Integral para el tratamiento del sobrepeso y obesidad por CINME Centro de Investigaciones Metabólicas
- ♦ Educadora Certificada en Diabetes

### **D. Masabeu, Emilio José**

- ♦ Especialista en Neuromotricidad
- ♦ Docente Nacional De Educación Física
- ♦ Docente de la Universidad José C Paz
- ♦ Docente de la Universidad Nacional de Villa María
- ♦ Docente de la Universidad de Lomas de Zamor
- ♦ Grado Kinesiólogo por la Universidad de Buenos Aires

### **D. Crespo, Guillermo Javier**

- ♦ Coordinador de gimnasio Club Body (Buenos Aires)
- ♦ Entrenador asistente en el programa de detección y desarrollo de juveniles en levantamiento de pesas de la Asociación Calabresa, Gimnasio San Carlos, dependientes de los Centros de Enseñanza Federados de Federación Argentina de Pesas
- ♦ Coordinador del gimnasio y centro de entrenamiento Asociación Calabresa
- ♦ Entrenador Nacional de Levantamiento Olímpico de Pesas y Musculación deportiva en el Instituto Argentino del Deporte, Buenos Aires, Argentina Coordinador del gimnasio y centro de entrenamiento Asociación Calabresa, Buenos Aires
- ♦ Entrenador Nacional de Levantamiento Olímpico de Pesas y Musculación deportiva en el Instituto Argentino del Deporte, Buenos Aires, Argentina
- ♦ Licenciado en Nutrición por el Instituto Universitario de Ciencias de la Salud H. A. Barceló
- ♦ Entrenador certificado del sistema y herramientas TrainingGym Manager

### **D. Supital, Raúl Alejandro**

- ♦ Fisiatra especializado en Actividad Física, Salud y Biomecánica
- ♦ Director del Centro Integral de Prevención y Rehabilitación CIPRES
- ♦ Asesor de la Red Global de Educación Física y Deporte con sede en Barcelona
- ♦ Jefe del Departamento de Ciencias Biológicas del ISEF 1 Romero Brest
- ♦ Licenciado en Kinesiología y Fisiatría en la Universidad de Buenos Aires



#### **D. Renda, Juan Manuel**

- ◆ Especialista en Preparación Física
- ◆ Profesor de Educación Física
- ◆ Licenciado en Educación Física por la Universidad Nacional Gral. San Martín
- ◆ Licenciado en Kinesiología y Fisiatría por el Instituto Universitario H.A Barceló
- ◆ Maestría en Educación Física por la Universidad Nacional de Lomas de Zamora

#### **D. Vallodoro, Eric**

- ◆ Especialista en Alto Rendimiento Deportivo
- ◆ Coordinador del Laboratorio de Biomecánica y Fisiología del Ejercicio del Instituto Superior Modelo Lomas
- ◆ Profesor titular en Educación Física en el Instituto Superior Modelo Lomas Licenciado en Alto Rendimiento Deportivo en la Universidad Nacional de Lomas de Zamora
- ◆ Profesor titular en las cátedras de: "Didáctica de las Nivel Secundario", "Didáctica del Entrenamiento Deportivo" y "Práctica docente" en el Instituto Superior Modelo Lomas
- ◆ Graduado en Profesor en Educación Física en el Instituto Superior Modelo Lomas
- ◆ Maestría en Actividad Física y Deporte. Universidad Nacional de Avellaneda. Predictamen
- ◆ Maestría en Formación y Desarrollo Infanto Juvenil. 1º promoción. Universidad Nacional de Lomas de Zamora - Tesis

# 06

## Plan de formación

El contenido de este Curso Profesional ha sido diseñado bajo la metodología del *Relearning*, la cual permite una rápida comprensión de los conceptos. Podrás estudiar completamente en línea todo el material teórico y práctico, a través de la plataforma más moderna, durante 6 semanas. Conocerás todos los principios de la diabetes y la actividad física para desenvolverte como un profesional especializado y, por ende, cotizado en el sector de la salud y bienestar personal.

“

*Abre las puertas de innumerables oportunidades laborales, gracias a las competencias que TECH te ofrece para el diseño de programas de entrenamiento específico de personas con Diabetes”*



## Módulo 1. Diabetes y ejercicio físico

- 1.1. Definición, contextualización y epidemiología
  - 1.1.1. Definición y fundamentos de la Diabetes Mellitus
  - 1.1.2. Signos y síntomas de la diabetes mellitus
  - 1.1.3. Definición y clasificación de la Diabetes Mellitus
  - 1.1.4. Diabetes tipo II y estilo de vida
- 1.2. Bases fisiopatológicas
  - 1.2.1. Bases anatomo-fisiológicas
  - 1.2.2. El páncreas y la regulación de la glucemia
  - 1.2.3. Metabolismo de macronutrientes en la Diabetes Mellitus
  - 1.2.4. Resistencia a la insulina
- 1.3. Valoración y diagnóstico
  - 1.3.1. La diabetes: Valoración en el ámbito clínico
  - 1.3.2. Complicaciones de la Diabetes Mellitus
  - 1.3.3. La diabetes: su valoración y seguimiento por el especialista en ejercicio físico
  - 1.3.4. Diagnóstico y protocolo de intervención en diabetes
- 1.4. Protocolos y tratamiento
  - 1.4.1. Control de la glucemia y aspectos nutricionales
  - 1.4.2. Tratamiento de la Diabetes Mellitus tipo I y II
  - 1.4.3. Tratamiento farmacológico. Conceptos básicos a tener en cuenta
  - 1.4.4. Tratamiento no farmacológico por el ejercicio físico: papel en la diabetes
- 1.5. Planificación del entrenamiento en pacientes con diabetes
  - 1.5.1. Definición y concreción del nivel del cliente
  - 1.5.2. Definición y concreción de objetivos
  - 1.5.3. Definición y concreción procesos evaluativos
  - 1.5.4. Definición y concreción de operatividad respecto a recursos espaciales y materiales
- 1.6. Programación del entrenamiento de fuerza
  - 1.6.1. Objetivos del entrenamiento de la fuerza en diabetes
  - 1.6.2. Volumen, intensidad y recuperación del entrenamiento de la fuerza en diabetes
  - 1.6.3. Selección de ejercicios y métodos de entrenamiento de la fuerza en diabetes
  - 1.6.4. Diseño de programas de entrenamiento de la fuerza en diabetes
- 1.7. Programación del entrenamiento de resistencia
  - 1.7.1. Objetivos del entrenamiento de la resistencia en diabetes
  - 1.7.2. Volumen e intensidad y recuperación del entrenamiento de la resistencia en diabetes
  - 1.7.3. Selección de ejercicios y métodos de entrenamiento de la resistencia en diabetes
  - 1.7.4. Diseño de programas de entrenamiento de la resistencia en diabetes
- 1.8. Precauciones y contraindicaciones
  - 1.8.1. Valores de glucemia y realización de ejercicio físico
  - 1.8.2. Contraindicaciones en el desarrollo de actividad en el paciente con Diabetes Mellitus tipo I
  - 1.8.3. Atención ante problemas relacionados con la diabetes y la realización de ejercicio físico
  - 1.8.4. Seguridad y primeros auxilios en complicaciones durante el desarrollo de programas de ejercicio físico con diabéticos
- 1.9. Nutrición y estilo de vida en pacientes con diabetes
  - 1.9.1. Aspectos nutricionales en la diabetes
  - 1.9.2. Control metabólico e índice glucémico
  - 1.9.3. Recomendaciones nutricionales para realizar ejercicio físico
- 1.10. Diseño de programas de entrenamiento en pacientes con diabetes
  - 1.10.1. Diseño de programas de entrenamiento en diabetes
  - 1.10.2. Diseño de sesiones de entrenamiento en diabetes
  - 1.10.3. Diseños de programas de intervención global (inter-multidisciplinar) en diabetes
  - 1.10.4. Conclusiones finales y cierre del módulo

# 07

## Metodología

Nuestra institución es la primera en el mundo que combina la metodología de los *case studies* con un sistema de aprendizaje 100% online basado en la reiteración, que combina elementos didácticos diferentes en cada lección.

Potenciamos los case studies con el mejor método de enseñanza 100% online: el *Relearning*.

*TECH pone a tu disposición un método de aprendizaje que ha revolucionado la Formación Profesional y con el que mejorarás tus perspectivas de futuro de forma inmediata.*

En TECH aprenderás con una metodología vanguardista concebida para capacitar a los profesionales del futuro. Este método, a la vanguardia pedagógica mundial, se denomina *Relearning*.

Nuestra institución es la única en habla hispana licenciada para emplear este exitoso método. En 2019 conseguimos mejorar los niveles de satisfacción global de nuestros alumnos (calidad docente, calidad de los materiales, estructura del curso, objetivos...) con respecto a los indicadores del mejor centro educativo online en español.



Esta titulación de TECH es un programa intensivo que te prepara para afrontar todos los retos en esta área, tanto en el ámbito nacional como internacional. Tenemos el compromiso de favorecer tu crecimiento personal y profesional, la mejor forma de caminar hacia el éxito, por eso en TECH utilizarás los *case studies*, la metodología de enseñanza más avanzada y eficaz del mercado educativo.

“ *Nuestro programa te proporciona las mejores habilidades profesionales, preparándote para afrontar todos los retos actuales y futuros en esta área* ”

El método del caso ha sido el sistema de aprendizaje más utilizado por las mejores escuelas de negocios del mundo desde que éstas existen. Desarrollado en 1912 para que los estudiantes de Derecho no solo aprendiesen las leyes a base de contenidos teóricos, el método del caso consistió en presentarles situaciones complejas reales para que tomaran decisiones y emitieran juicios de valor fundamentados sobre cómo resolverlas.

Ante una determinada situación, ¿qué harías tú? Esta es la pregunta a la que te enfrentamos en el método del caso, un método de aprendizaje orientado a la acción. A lo largo del curso, te enfrentarás a múltiples casos reales. Deberás integrar todos tus conocimientos, investigar, argumentar y defender tus ideas y decisiones.



En este programa tendrás acceso a los mejores materiales educativos, preparados a conciencia para ti:



#### 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.



#### 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.



#### 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.



#### 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.



#### **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".



#### **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.



# 08

## Titulación

El Curso Profesional en Diabetes y Ejercicio Físico garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Curso Profesional expedido por TECH.

Tras la superación de las evaluaciones, el alumno recibirá por correo postal con acuse de recibo su correspondiente Título de Curso Profesional emitido por TECH.

El título expedido por TECH expresará la calificación que haya obtenido en el Curso Profesional, y reunirá los requisitos comúnmente exigidos por las bolsas de trabajo, oposiciones y comités evaluadores carreras profesionales.

Título: **Curso Profesional en Diabetes y Ejercicio Físico**

Modalidad: **Online**

Horas: **150**



salud futuro  
confianza personas  
educación información tutores  
garantía acreditación enseñanza  
instituciones tecnología aprendizaje  
comunidad compromiso  
atención personalizada innovación  
conocimiento presente  
desarrollo web formación  
aula virtual idiomas

**tech** formación profesional

## Curso Profesional Diabetes y Ejercicio Físico

Modalidad: Online

Titulación: TECH Formación Profesional

Duración: 6 semanas

Horas: 150

# Curso Profesional

## Diabetes y Ejercicio Físico

