

# Curso Profesional Vegetarianismo y Veganismo en el Deportista





## Curso Profesional Vegetarianismo y Veganismo en el Deportista

Modalidad: Online

Titulación: TECH Formación Profesional

Duración: 6 semanas

Horas: 150

Acceso web: [www.tech-fp.com/sanidad/curso-profesional/vegetarianismo-veganismo-deportista](http://www.tech-fp.com/sanidad/curso-profesional/vegetarianismo-veganismo-deportista)

# 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. 14*

07

Metodología

---

*pág. 16*

08

Titulación

---

*pág. 20*

# 01

## Presentación

Cada vez son más los atletas que deciden hacer un cambio nutricional en su vida y optan por el Vegetarianismo o el Veganismo. Al mismo tiempo, esas modificaciones implican un reajuste de sus hábitos de vida y entrenamiento que debe ser supervisado por personal técnico de amplias competencias prácticas. De esa manera, el mercado laboral de los profesionales de esa área ha experimentado un considerable crecimiento. Por esta razón, TECH ha diseñado un programa de aprendizaje que se centra en analizar los factores que disminuyen la absorción de nutrientes ante un cambio de dieta y las principales fuentes proteicas alternativas en esos casos. Esos contenidos se imparten desde una innovadora plataforma 100% online y por medio de métodos didácticos novedosos entre los cuales resalta el *Relearning*.

“

*Son muchos los atletas de alto rendimiento que acuden a profesionales para mejorar su alimentación vegetariana o vegana. Conviértete en uno de esos expertos a través de este programa de TECH”*





Atletas reconocidos como Novak Djokovic o Chris Paul llevan adelante dietas veganas y atribuyen parte de su éxito a esa alimentación. Ellos rompen con los estereotipos aplicando un estilo de vida poco convencional en el mundo del deporte al que cada vez se suman más personas. El prestigio y notoriedad de esas formas alternativas de alimentación ha permitido el desarrollo de un campo profesional donde cada vez se requiere de más expertos cualificados.

Por eso, TECH lanza este Curso Profesional donde analizarás las diferencias entre un deportista vegetariano y uno vegano. Al mismo tiempo, conocerás los errores más frecuentes a la hora de calcular el balance energético que deben aplicar esos atletas. También, examinarás materias acerca de la calidad proteica y la suplementación con vitamina B2. Con esas competencias, accederás a diversas oportunidades dentro de ese campo laboral.

Además, contarás con una metodología 100% online, donde establecerás tus propios horarios de estudio, sin desplazarte a aulas presenciales. Al mismo tiempo, dispondrás de materiales teóricos y recursos multimedia que te garantizarán una experiencia educativa inmersiva desde cualquier dispositivo fijo o portátil con conexión a Internet.

“

*Durante este programa, analizarás de primera mano los factores que disminuyen la absorción de nutrientes y cómo detectarlos en tu ejercicio profesional cotidiano”*

# 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 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

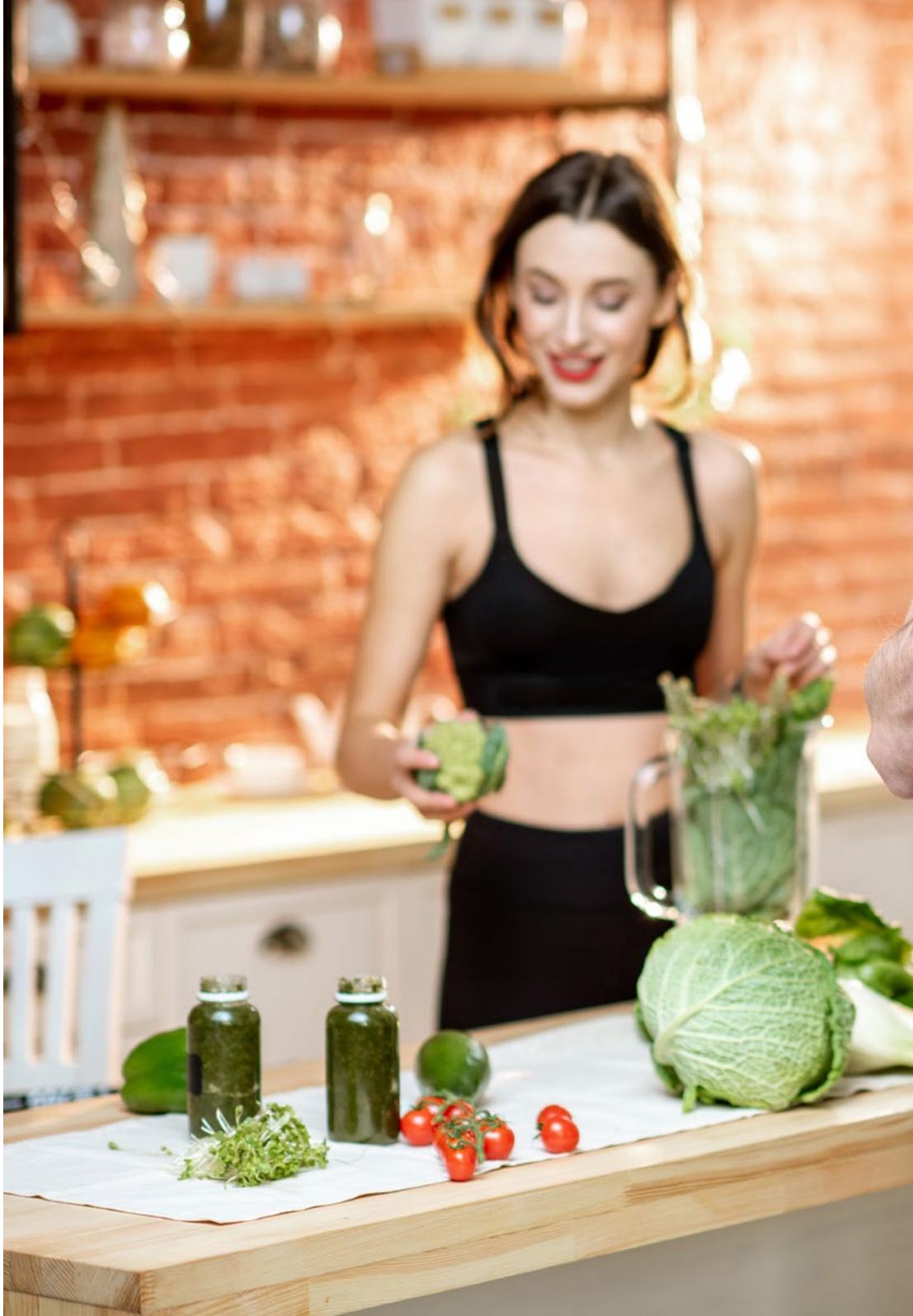
# 03

## Salidas profesionales

Para los deportistas es primordial mantener una dieta balanceada y adecuada a sus necesidades. Por eso, los atletas vegetarianos y veganos ponen el diseño de sus dietas en manos de los mejores expertos. Además, con la apuesta cada vez mayor por esa alternativa saludable, el reclamo de profesionales ha crecido. Así, se han generado un crecimiento de las oportunidades para quienes logran dominar diferentes tipos de alimentación y ayudas ergogénicas. Por medio de este programa de TECH, adquirirás una gran capacidad para trabajar en esa esfera y conseguirás oportunidades laborales que impulsarán tu carrera laboral.

“

*El manejo de una dieta adecuada cada día es primordial en cualquier deportista. Accede a este programa y conviértete en un experto del Vegetarianismo y Veganismo”*





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

- ♦ Animador socio-deportivo y recreativo de poblaciones especiales
- ♦ Coordinador de actividades físico-deportivas en campamentos juveniles
- ♦ Asistente personal para personas con discapacidad
- ♦ Divulgador de alimentación saludable en centros de rehabilitación
- ♦ Auxiliar de ayuda a domicilio para poblaciones especiales con carencias nutricionales



# 04

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

Al finalizar este aprendizaje, desarrollarás diferentes habilidades que te permitirán destacar en el ámbito laboral y ser un experto en el Vegetarianismo y Veganismo en Deportistas. Así, podrás llevar a cabo numerosas tareas en un entorno multidisciplinar dotando al atleta en herramientas útiles a la hora de combinar alimentos.

01

Reconocer la diferenciación entre los distintos tipos de deportista vegetariano

02

Identificar de manera profunda los principales errores cometidos

03

Tratar las notables carencias nutricionales que presentan los deportistas

04

Aplicar habilidades que permitan dotar al deportista de las mejores herramientas a la hora de combinar alimentos





05

Incorporar habilidades avanzadas para detectar los posibles signos de alteración nutricional asociados a la práctica deportiva

06

Dominar las necesidades energéticas y nutricionales de los deportistas en distintas situaciones fisiopatológicas

07

Fijar conocimientos avanzados sobre la planificación nutricional en los deportistas profesionales de disciplinas de equipo para conseguir el máximo rendimiento deportivo

08

Distinguir Vegetarianismo y Veganismo en el Deportista en la historia del deporte

# 05

## Dirección del curso

Con el propósito de garantizar una excelente calidad académica, TECH ha escogido de manera rigurosa los mejores especialistas en nutrición para deportistas. A partir de una gran responsabilidad, asesores, científicos e investigadores estarán dispuestos a asumir retos y a disposición de cada alumno para resolver problemas, dudas y retroalimentar en cada tema estudiado. Conocerás de primera mano los avances más relevantes y demandados en el mercado laboral, de esta manera, quedarás capacitado para asimilar las competencias en este campo.

“

*Especialistas calificados y expertos en el área de la nutrición te ofrecen su conocimiento para que lo puedas aplicar en el ámbito laboral”*



## Dirección del curso

### Dr. Marhuenda Hernández, Javier

- ♦ Nutricionista en clubes de fútbol profesionales
- ♦ Responsable del área de nutrición deportiva del Albacete Balompié
- ♦ Responsable del área de nutrición deportiva del UCAM Murcia de Fútbol
- ♦ Asesor científico en Nutrium
- ♦ Asesor nutricional en Centro Impulso
- ♦ Docente y coordinador de estudios posuniversitarios
- ♦ Doctor en Nutrición y Seguridad Alimentaria por la UCAM
- ♦ Graduado en Nutrición Humana y Dietética por la UCAM
- ♦ Máster en Nutrición Clínica por la UCAM
- ♦ Académico de número de la Academia Española de Nutrición y Dietética

## Cuadro docente

### 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

### D. Arcusa Saura, Raúl

- ♦ Nutricionista en el Club Deportivo Castellón, club de fútbol profesional
- ♦ Nutricionista en el CD Castellón
- ♦ Nutricionista en varios clubes semiprofesionales de Castellón
- ♦ Investigador en la Universidad Católica de Murcia
- ♦ Docente en estudios de grado y posgrado universitario
- ♦ Graduado en Nutrición Humana y Dietética
- ♦ Máster Oficial en Nutrición en la Actividad Física y el Deporte

# 06

## Plan de formación

Este programa de estudios aborda los criterios más avanzados sobre alimentación vegetariana y vegana. A través de ella, ahondarás en los errores más frecuentes que comete un deportista a la hora de cambiar su dieta. Al mismo tiempo, analizarás las herramientas de valoración bioquímica y nutricional, haciendo hincapié acerca de los factores que disminuyen la absorción de nutrientes. Por otro lado, examinarás diferentes ayudas ergogénicas. Esas materias se imparten desde la innovadora metodología del *Relearning* en una modalidad de aprendizaje 100% online.

“

*Con este aprendizaje teórico y práctico, te convertirás en un profesional capacitado para aplicar fuentes proteicas en la alimentación vegana y vegetariana”*





## Módulo 1. Vegetarianismo y veganismo

- 1.1. Vegetarianismo y Veganismo en el Deportista en la historia del deporte
- 1.2. Diferentes tipos de alimentación vegetariana (cambiar palabra vegetariana)
- 1.3. Errores frecuentes en el deportista vegano
- 1.4. Vitamina B12
- 1.5. Fuentes proteicas en la alimentación vegana/vegetariana
- 1.6. Otros nutrientes clave en veganos
- 1.7. Valoración bioquímica/carencias nutricionales
- 1.8. Alimentación Vegana vs. Alimentación Omnívora
- 1.9. Ayudas ergogénicas
- 1.10. Factores que disminuyen la absorción de nutrientes

“

*Inscríbete con TECH y accede a una metodología 100% online que optimiza tu aprendizaje y te permite disponer el tiempo a tu modo y desde la comodidad de tu casa”*

# 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 Vegetarianismo y Veganismo en el Deportista 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 Vegetarianismo y Veganismo en el Deportista**

Modalidad: **Online**

Horas: **150**





## Curso Profesional Vegetarianismo y Veganismo en el Deportista

Modalidad: **Online**

Titulación: **TECH Formación Profesional**

Duración: **6 semanas**

Horas: **150**

# Curso Profesional Vegetarianismo y Veganismo en el Deportista

