

# Especialización Profesional

## Nutrición Deportiva en Diabetes, Vegetarianismo y Veganismo



## Especialización Profesional Nutrición Deportiva en Diabetes, Vegetarianismo y Veganismo

Modalidad: Online

Titulación: TECH Formación Profesional

Duración: 6 meses

Horas: 450

Acceso web: [www.tech-fp.com/sanidad/especializacion-profesional/nutricion-deportiva-diabetes-vegetarianismo-veganismo](http://www.tech-fp.com/sanidad/especializacion-profesional/nutricion-deportiva-diabetes-vegetarianismo-veganismo)

# Índice

01

Presentación

---

*pág. 4*

02

Requisitos de acceso

---

*pág. 6*

03

Salidas profesionales

---

*pág. 8*

04

¿Qué seré capaz de hacer al finalizar la Especialización 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

Lewis Hamilton y Venus Williams, reconocido piloto de Fórmula 1 y prestigiosa tenista de élite, son dos atletas que han logrado mejorar su estado de salud y perfeccionar su rendimiento gracias al seguimiento de una dieta vegana. Por otra parte, el famoso Diego Armando Maradona padecía de Diabetes, lo que no impidió que gozase de una prolífica carrera en el mundo del fútbol. Sin embargo, es indispensable para este tipo de deportistas cuidar pormenorizadamente su alimentación y corregir sus posibles desequilibrios nutricionales, con el fin de velar por su estado de salud y optimizar su rendimiento. Para ello, solicitan la asesoría de los mejores expertos en Nutrición Deportiva, motivo por el que TECH ha creado esta titulación. A través de la misma, manejarás la suplementación más apropiada para atletas veganos y vegetarianos o las estrategias alimenticias postentreno para diabéticos, de forma 100% online y desde tu hogar.

“

*Esta Especialización Profesional te permitirá conocer las mejores estrategias para corregir los principales errores nutricionales de los atletas veganos y vegetarianos, con el fin de preservar su adecuado estado de salud”*





A pesar de los innumerables beneficios que se ha demostrado que poseen las dietas veganas y vegetarianas en los atletas, controlar la alimentación de forma exhaustiva es un aspecto crucial para evitar los desequilibrios nutricionales que se pueden generar. Por otra parte, esta rigurosa vigilancia se aplica con el individuo diabético, con el fin de preservar sus requerimientos particulares y garantizar su propicio estado de salud. Por estas razones, los deportistas con estas características solicitan la asesoría de expertos en Nutrición Deportiva para velar por su bienestar.

Es por ello que TECH ha creado esta titulación, con la que adoptarás las mejores destrezas en esta área para incrementar tu incursión en este campo de trabajo. Durante 450 horas de aprendizaje, manejarás las ayudas ergogénicas para los atletas veganos y vegetarianos o detectarás las recomendaciones en la ingesta de hidratos de carbono antes, durante y después del ejercicio para diabéticos.

Todo esto, siguiendo una metodología 100% en línea, que te permitirá obtener un excelso aprendizaje sin desplazarte hacia un centro de estudios. Del mismo modo, dispondrás de recursos didácticos presentes en soportes como las lecturas, el test autoevaluativo o el vídeo. Gracias a ello, adquirirás una enseñanza adaptada plenamente a tus preferencias de estudio.

“

*Mediante este programa de TECH, manejarás los protocolos para la ingesta de hidratos de carbono antes, durante y después del ejercicio en atletas diabéticos”*

# 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

Las investigaciones científicas más recientes han hallado los beneficios de las dietas vegetarianas y veganas en el impacto competitivo del deportista, así como las estrategias alimenticias para maximizar el rendimiento del atleta diabético. Sin embargo, establecer un plan nutricional equilibrado requiere elevados conocimientos y competencias específicas, por lo que estos recurren a la asesoría de expertos en Nutrición Deportiva. Por ello, esta titulación de TECH será una excelente herramienta para gozar de amplias salidas profesionales vinculadas a este campo.

“

*Cursa esta Especialización Profesional e impulsa tus oportunidades de ser el nutricionista deportivo de atletas como Lewis Hamilton o Novak Djokovic”*





- ♦ 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 la Especialización Profesional?

Una vez finalizada esta Especialización Profesional, dispondrás de las destrezas más actualizadas para prestar una atención nutricional de primer nivel a deportistas diabéticos, veganos o vegetarianos. En esta línea, determinarás las mejores estrategias para suplir sus carencias nutricionales o manejarás a la perfección las necesidades alimenticias de los atletas con Diabetes.

01

Explicar características particulares a nivel fisiológico a tener en cuenta en el abordaje nutricional de los diferentes colectivos

02

Comprender en profundidad los factores externos e internos que influyen en el abordaje nutricional de estos colectivos

03

Diferenciar entre los distintos tipos de deportista vegetariano

04

Analizar los errores de las dietas vegetarianas y veganas, así como suplir sus carencias





05

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

06

Valorar los requerimientos nutricionales para personas con diabetes tanto en su vida diaria como en el ejercicio, para mejorar su salud

07

Profundizar en los conocimientos necesarios para poder planificar la nutrición a deportistas de diferentes disciplinas con diabetes, para mejorar su salud y rendimiento

08

Establecer el estado de evidencia actual sobre las ayudas ergogénicas en diabéticos

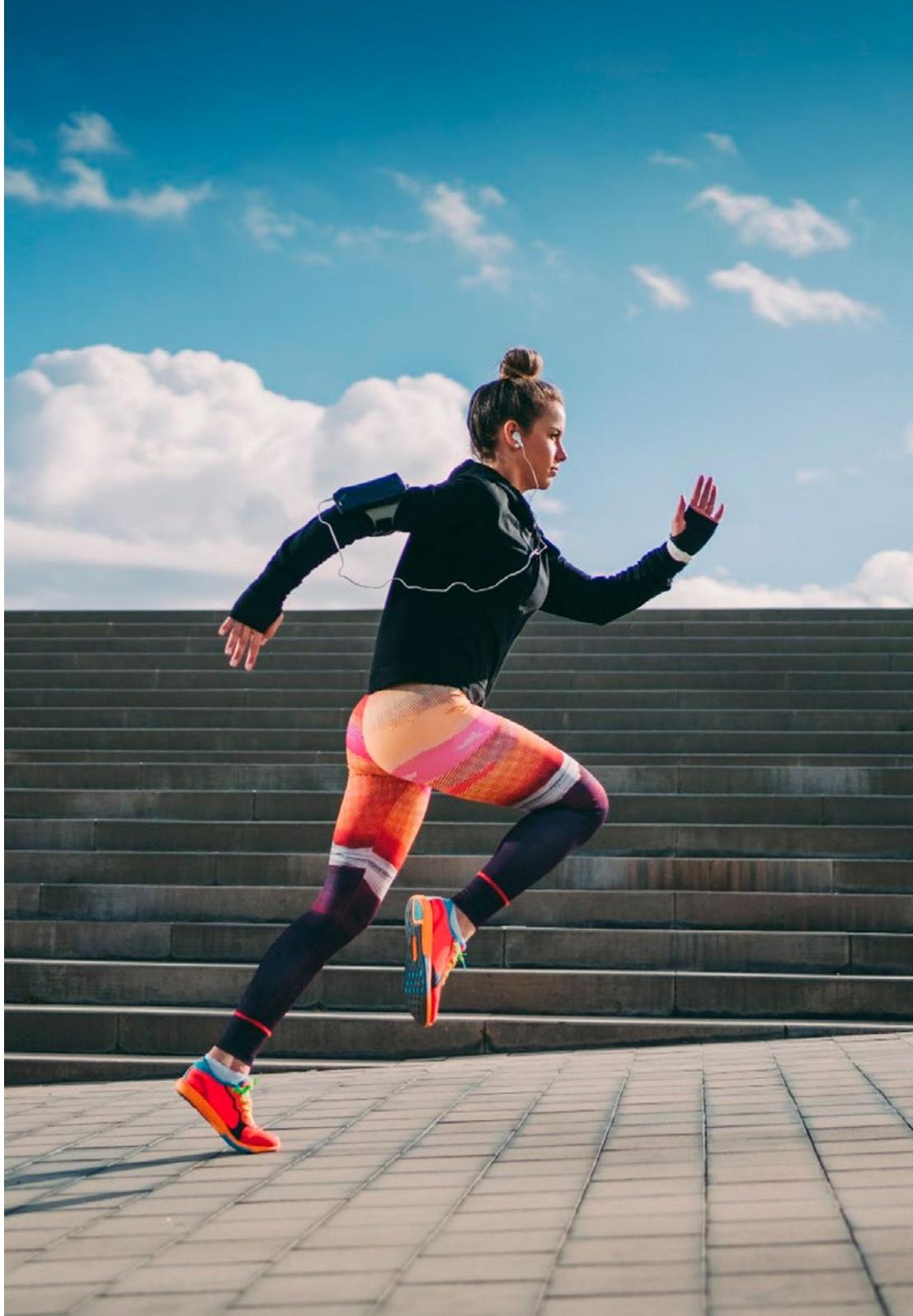
# 05

## Dirección del curso

Para mantener intacto el excelente nivel educativo característico de las titulaciones de TECH, esta Especialización Profesional es dirigida e impartida por expertos de calibre en Nutrición Deportiva para atletas de alto rendimiento. Dado que estos docentes son los encargados de elaborar todos los contenidos didácticos disponibles a lo largo de este programa, los conocimientos que te brindarán serán completamente aplicables en tu vida laboral.

“

*De la mano de los mejores expertos que ejercen activamente en el área de la Nutrición Deportiva, adquirirás una serie de actualizadas habilidades para tratar con el atleta diabético, vegetariano y vegano”*



## 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

### D. Arcusa Saura, Raúl

- ♦ Nutricionista en el Club Deportivo Castellón, club de fútbol profesional
- ♦ 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

### Dña. Ramírez Munuera, Marta

- ♦ Nutricionista Deportiva experta en deportes de fuerza
- ♦ Nutricionista en M10 Salud y Fitness
- ♦ Nutricionista en 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 por la UCAM
- ♦ Máster en Nutrición en la Actividad Física y el Deporte por la UCAM

# 06

## Plan de formación

El temario de esta Especialización Profesional se ha diseñado con la intención de proporcionarte, a través de 3 extensos y completos módulos, las mejores habilidades en cuanto a Nutrición Deportiva con personas diabéticas, vegetarianas y veganas. Asimismo, los contenidos didácticos de los que gozarás durante la duración de esta titulación están disponibles en vanguardistas formatos como el vídeo explicativo, los test autoevaluativos o el resumen interactivo. Fruto de ello y a través de una metodología 100% en línea, adquirirás una enseñanza resolutive, amena y plenamente individualizada.

“

*Esta Especialización Profesional dispone de un moderno sistema Relearning que te permitirá aprender a tu propio ritmo sin condicionantes externos de enseñanza”*



## Módulo 1. Diferentes etapas o poblaciones específicas

- 1.1. Nutrición en la mujer deportista
- 1.2. Ciclo menstrual
- 1.3. Triada
- 1.4. Nutrición en la mujer deportista embarazada
- 1.5. Efectos del ejercicio físico en el niño deportista
- 1.6. Educación nutricional en el niño deportista
- 1.7. Requerimientos nutricionales en el niño deportista
- 1.8. Cambios asociados al envejecimiento
- 1.9. Principales problemas en el deportista senior
- 1.10. Suplementación interesante en el deportista senior

## Módulo 2. Vegetarianismo y veganismo

- 2.1. Vegetarianismo y veganismo en la historia del deporte
- 2.2. Diferentes tipos de alimentación vegetariana (cambiar palabra vegetariana)
- 2.3. Errores frecuentes en el deportista vegano
- 2.4. Vitamina B12
- 2.5. Fuentes proteicas en la alimentación vegana/vegetariana
- 2.6. Otros nutrientes clave en veganos
- 2.7. Valoración bioquímica/Carencias nutricionales
- 2.8. Alimentación vegana vs Alimentación omnívora
- 2.9. Ayudas ergogénicas
- 2.10. Factores que disminuyen la absorción de nutrientes

## Módulo 3. Deportista diabético tipo 1

- 3.1. Conocer la diabetes y su patología
- 3.2. Fisiología del ejercicio en personas con diabetes
- 3.3. Ejercicio en personas con diabetes tipo 1
- 3.4. Ejercicio en personas con diabetes tipo 2. Control de la glucemia
- 3.5. Ejercicio en niños y adolescentes con diabetes
- 3.6. Terapia de insulina y ejercicio
- 3.7. Estrategias nutricionales durante el deporte y el ejercicio en diabetes tipo 1
- 3.8. Planificación nutricional en deportes de resistencia
- 3.9. Planificación nutricional en deportes de equipo
- 3.10. Suplementación deportiva y diabetes



*Matricúlate ahora en esta Especialización Profesional y obtén los materiales didácticos más actualizados del panorama pedagógico sobre Nutrición Deportiva en Diabetes, Vegetarianismo y Veganismo”*

# 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

La Especialización Profesional en Nutrición Deportiva en Diabetes, Vegetarianismo y Veganismo garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Especialización Profesional expedido por TECH.

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

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

Título: **Especialización Profesional en Nutrición Deportiva en Diabetes, Vegetarianismo y Veganismo**

Modalidad: **Online**

Horas: **450**





## Especialización Profesional Nutrición Deportiva en Diabetes, Vegetarianismo y Veganismo

Modalidad: **Online**

Titulación: **TECH Formación Profesional**

Duración: **6 meses**

Horas: **450**

# Especialización Profesional Nutrición Deportiva en Diabetes, Vegetarianismo y Veganismo

