



Deusto Salud;

Curso Superior de Dietética y Nutrición Deportiva

Curso · Online

2.250 € IVA inc.

Descripción

Tipología	Curso
Metodología	Online
Inicio	Fechas a elegir

Módulo online adicional de Real Food

La alimentación es uno de los pilares en los que debe sustentarse un deportista, ya que ayuda a obtener buenos resultados deportivos, a maximizar el rendimiento físico y mental y, lo que es de vital importancia, a evitar lesiones o problemas de salud. Por ese motivo, cada vez más personas buscan la ayuda de profesionales en este ámbito. A través de Emagister, se te ofrece la posibilidad de realizar este curso para formarte y convertirte en un experto.

Estructurado en un temario de siete módulos, en este curso adquirirás las competencias necesarias para conocer de qué modo tener una calidad alimentaria óptima, a través del conocimiento de alimentos proteicos o de los ricos en hidratos de carbono, entre otros. Asimismo, serás capaz de comprender todas las bases de la nutrición en el deporte, desde los fundamentos de anatomía hasta los de antropometría.

Gracias a la fantástica metodología online del curso, podrás estudiar cómodamente de la forma que mejor se adapte a tu horario, de modo que podrás compaginar tus estudios con tu vida diaria y tu trabajo. Si quieres saber más sobre este curso, solicita información en esta página web. Contactaremos contigo desde Emagister.com con la mayor rapidez posible para dar respuesta a todas tus preguntas.

Instalaciones y fechas

Online

INICIO

Fechas a elegir

Matrícula abierta

A tener en cuenta

¿Cuáles son los objetivos de este curso?

El Curso Superior de Dietética y Nutrición Deportiva aspira a transmitirte los conocimientos y competencias necesarias para asesorar a deportistas en el camino hacia una óptima alimentación. Cuando lo completes con éxito, estarás capacitado para:

- Conocer los fundamentos de la nutrición y la dietética
- Comprender la composición de los alimentos
- Analizar la calidad y valor nutritivo de un alimento
- Realizar una completa valoración nutricional
- Diseñar una alimentación equilibrada
- Entender la anatomía y fisiología del cuerpo humano
- Aplicar la dietética a cualquier práctica deportiva
- Dominar los mecanismos de los suplementos nutricionales
- Conocer los nutracéuticos y los alimentos funcionales

¿A quién va dirigido?

- Profesionales del sector sanitario o deportivo que deseen complementar su perfil con una formación académica en nutrición y dietética.
- Profesionales de otros sectores interesados en ampliar sus conocimientos para reorientar su carrera profesional.
- Personas que quieran adquirir conocimientos en la materia para su desarrollo personal.

Titulación

Un diploma propio expedido por Deusto Salud.

Preguntas & Respuestas

Opiniones

Materias

- ✓ Dietética
 - ✓ Deporte
 - ✓ Anatomía
 - ✓ Fisiología
 - ✓ Metabolismo
 - ✓ Alimentos funcionales
 - ✓ Alimentos energéticos
 - ✓ Nutrición deportiva
 - ✓ Nutrientes
-

Temario

MÓDULO 1. Bases de la nutrición y la dietética

- 1. Energía y requerimientos energéticos del ser humano
- 2. Procesos bioquímicos fundamentales de los principales nutrientes
- 3. Características bromatológicas de los alimentos

MÓDULO 2. Calidad alimentaria

MÓDULO 3. Alimentación en las personas sanas

- 1. Necesidades y recomendaciones nutricionales
- 2. Valoración del estado nutricional de las personas
- 3. Digestión, absorción y metabolismo
- 4. Alimentos funcionales y formas alternativas de alimentación
- 5. Comportamientos alimentarios y alimentación colectiva
- 6. Aplicaciones informáticas

MÓDULO 4. Bases de la nutrición en el deporte

- 1. Fundamentos de anatomía y fisiología de la actividad física y el deporte
- 2. Fundamentos de antropometría y ejercicio físico

MÓDULO 5. Alimentación equilibrada en el deportista

- 1. El aporte calórico y de nutrientes en la nutrición deportiva
- 2. Nutrición en los deportes de resistencia
- 3. Nutrición en los deportes de fuerza
- 4. Nutrición en los deportes de velocidad

MÓDULO 6. Complementos a la dieta e hidratación del deportista

- 1. Suplementos nutricionales para deportistas
- 2. Hidratación del deportista

MÓDULO 7. Nutraceutica y alimentación funcional

- 1. Nutraceutica: probióticos y prebióticos
- 2. Nutraceutica: micronutrientes y sustancias fitoquímicas
- 3. Introducción a las nuevas tendencias en alimentación saludable