

DADES GENERALS

Curs acadèmic	Curs 2022/2023
Tipus de curs	Màster de Formació Permanent
Nombre de crèdits	60,00 Crèdits ECTS
Matrícula	3.100 euros (import preu públic)
Requisits d'accés	Graduats en Nutrició Humana i Dietètica, i graduats en Ciències en l'Activitat Física i Esport.
Modalitat	Semipresencial
Lloc d'impartició	On-line y Facultad de Farmacia de la Universitat de València
Horari	Dijous de vesprada, divendres de matí i vesprada.

Direcció

Organitzador	Departament de Medicina Preventiva i Salut Pública, Ciències de l'Alimentació, Toxicologia i Medicina Legal
Col·laborador	Health Place Valencia, S.L.
Direcció	Raül López Grueso Entrenador, Dietista-Nutricionista y fisiólogo en Enduralog. Profesor Colaborador (Universidad Isabel I, Jaume I, Valencia y Oberta de Catalunya). Entrenador nivel III de Ciclismo, Triatlón y Atletismo María José Esteve Mas Catedrática de Universidad (Área Nutrición y Bromatología), Universitat de València. Doctora en Farmacia (Universitat de València).. Jesús Blesa Jarque Profesor Contratado Doctor (Área Nutrición y Bromatología), Universitat de València. Acreditación en Cineantropometría ISAK de Nivel 1. Doctor en Farmacia (Universitat de València)..

Terminis

Preinscripció al curs	Fins a 15/10/2022
Data inici	Desembre 2022
Data fi	Juny 2023

Més informació

Telèfon	961 603 000
E-mail	informacio@adeituv.es

PROGRAMA

Bases fisiològiques y metabòliques de la nutrició en ell exercicio. Situaciones fisiològiques Especiales y fisiopatología en entrenamiento y nutrició deportiva.

1. Bases fisiològiques y metabòliques de la nutrició en ell exercicio
 - Control del movimiento
 - Fuentes energéticas en ell exercicio
 - Respuestas y adaptaciones hematólogicas
 - Respuestas y adaptaciones cardiovasculares al exercicio
 - Respuestas y adaptaciones respiratorias al exercicio
 - Respuestas y adaptaciones de sistemas funcionales
 - Capacidad funcional aeróbica y anaeróbica
2. Situaciones fisiològiques Especiales y fisiopatología en entrenamiento y nutrició deportiva: embarazo, enfermedades prevalentes, paralímpicos, etc.
 - Estrategias dietético-nutricionales para ell deportista con diabetes.
 - Estrategias dietético-nutricionales para ell deportista con hipertensión.
 - Estrategias dietético-nutricionales para ell deportista con celiaquía.
 - Estrategias dietético-nutricionales para la mujer deportista embarazada.
 - Estrategias dietético-nutricionales para ell deportista paralímpico, según su patología o anomalía.
 - Estrategias dietético-nutricionales para ell deportista en otras situaciones fisiològiques y fisiopatológicas especiales.

3. Nutrició³n deportiva En grups de població³n: ni³±os, adolescents, diferències home-mujer, majors.

- Nutrició³n Del ni³±o deportista.
- Nutrició³n Del adolescent deportista.
- Aspectes nutricionals específics De la mujer deportista.
- Nutrició³n Del adult major deportista.

4. Microbiota, sistema immunitari i activitat f³ísica.

- Introducció³n A la immunonutrició³n.
- Nutrients, exercici f³ísic i sistema immunitari.
- Microbiota intestinal.
- Alimentació³n, exercici f³ísic i microbiota intestinal.
- Microbiota intestinal i sistema immunitari.
- Estrat³gies para ell deportista.

Nutrició³ esportiva en grups de població³. Aspectes psicol²ògics en l'esportista.

1. Nutrició³ esportiva en grups de població³

- Nutrició³ del xiquet esportista.
- Nutrició³ de l'adolescent esportista.
- Aspectes nutricionals específics de la dona esportista.
- Nutrició³ de l'adult major esportista.

2. Aspectes psicol²ògics en l'esportista relacionats amb la nutrició³: coaching

- Adher³ència al consell alimentari.
- Diagn²òstic i tractament dels trastorns del comportament alimentari en esportistes.
- Aspectes psicol²ògics del rendiment esportiu.
- Estrat³gies de treball en equip.

Entrenament de musculació³n, pot³ència i resist³ència: aspectes nutricionals.

1. Aspectes nutricionals en l'entrenament de musculació³n

- 2. Aspectes nutricionals en l'entrenament de pot³ència.
- 3. Aspectes nutricionals en l'entrenament de resist³ència.
- 4. Pr³actiques.

Valoració³ funcional i cineantropom³ètrica de l'esportista

1. Recomanacions per a la realització³ d'un correcte mesurament antropom³ètric

- 2. Consentiment informat i fulla de recollida de dades
- 3. Punts anat²òmics: cap, tronc, extremitats superior i inferior.
- 4. Instrumental antropom³ètric
- 5. Localització³ dels plecs cutanis
- 6. Localització³ dels per³ímetres corporals
- 7. Localització³ dels di³àmetres corporals
- 8. Localització³ de les longituds corporals
- 9. Altres refer³ències antropom³ètriques
- 10. M³ètodes f³ormules i metodologies per al c³àlcul de la composició³ corporal
- 11. M³ètodes, f³ormules i metodologies per al c³àlcul del somatotipo
- 12. Valoració³ i validació³ dels resultats
- 13. Somatotipo: classificació³ i aplicació³
- 14. La somatocarta
- 16. Índexs corporals
- 17. Valoracions cineantropom³ètriques de refer³ència
- 18. Pr³actica de mesuraments antropom³ètrics
- 19. Valoració³ funcional de l'esportista

Planificació³ nutricional i diet³ètica, pautes d'hidratació³, suplementació³ ergonutricional i aliments funcionals en diferents moments i modalitats esportives.

1. Planificació³ nutricional i diet³ètica en diferents moments i modalitats esportives

- Planificació³ nutricional i diet³ètica segons el per³íode esportiu.
- Planificació³ nutricional i diet³ètica segons el moment esportiu (abans, durant i despr³és) en esports de for³ça.
- Planificació³ nutricional i diet³ètica segons el moment esportiu (abans, durant i despr³és) en esports de resist³ència.
- Planificació³ nutricional i diet³ètica segons el moment esportiu (abans, durant i despr³és) en esports d'equip.
- Casos reals pr³actics.

2. Pautes d'hidratació³ en diferents moments i modalitats esportives

- Pautes d'hidratació³ segons el moment esportiu (abans, durant i despr³és) en esports de for³ça.
- Pautes d'hidratació³ segons el moment esportiu (abans, durant i despr³és) en esports de resist³ència.
- Pautes d'hidratació³ segons el moment esportiu (abans, durant i despr³és) en esports d'equip.
- Begudes per a esportistes: composició³ i utilització³
- Casos reals pr³actics.

3. Planificació³ de la suplementació³ ergonutricional i aliments funcionals en diferents moments i modalitats esportives.

- 1. Ajudes ergonutricionals en l'esport.
- 2. Aliments funcionals en l'esport.
- 3. Planificació³ d'ajudes ergonutricionals en esports de for³ça.

4. Planificació d'ajudes ergonutricionals en esports de resistència.
5. Planificació d'ajudes ergonutricionals en esports d'equip.
6. Substàncies dopants. Mètodes prohibits. Normativa en matèria de dopatge.
7. Casos reals pràctics i planificació ergonutricional.

Adaptacions fisiològiques i metabòliques a l'exercici

1. Exercici físic: de l'efecte agut a l'adaptació crònica.
2. Vies metabòliques de transducció de senyals.
3. Començament de la cascada de senyalització.
4. Senyalització secundària.
3. Efecte de la nutrició sobre les adaptacions a l'entrenament.
4. Excès de fatiga i la síndrome de sobreentrenament.
5. Efecte de la nutrició sobre el somni.

Valoració bioquímica i biomarcadores en la salut i el rendiment esportiu

1. El control bioquímico de la resposta a l'entrenament esportiu
2. Anàlisi bioquímica i la seua interpretació
3. Biomarcadores de l'activitat física i de l'esport
4. Marcadors de condició física
5. Marcadors de fatiga i estrès crònic
6. Marcadors de sobreentrenament
7. Marcadors de risc cardiovascular
8. Marcadors d'estrès oxidatiu
9. Aplicacions pràctiques

Necessitats energètiques i nutricionals en la pràctica esportiva

1. Hidrats de carboni en l'esport
2. Greixos en l'esport
3. Proteïnes i aminoàcids en l'esport
4. Vitamines en l'esport
5. Minerals en l'esport
6. L'aigua i la hidratació en l'esport

Planificació nutricional i dietètica en diferents moments i modalitats esportives: gestió de viatges, grups i cultures.

1. Consideracions nutricionals en la planificació d'un viatge.
2. Organització d'un menjador col·lectiu per a esportistes.
3. Planificació dietètic-nutricional per a l'esportista vegà.
4. Altres situacions especials.
5. Casos pràctics.

Termorregulació, hidratació i rehidratació en l'exercici.

1. Bases fisiològiques de la termorregulació.
2. Factors que afecten la sudoració i condicionen la planificació de la hidratació en l'esport.
3. Mètodes de mesura de la deshidratació.
4. Begudes de reposició.
5. Hiperhidratació i hiponatremia.
6. Casos pràctics.

Avanços en nutrició i ajudes ergonutricionals per a l'exercici saludable i el rendiment: noves tendències

1. Noves tendències en nutrició esportiva.
2. Estratègies nutricionals: entrenament en dejú, low-carb
3. Ajudes ergonutricionals: noves tendències.
4. Casos pràctics.

Microbiota, sistema immunitari i activitat física.

1. Introducció a la immunonutrició.
2. Nutrients, exercici físic i sistema immunitari.
3. Microbiota intestinal.
4. Alimentació, exercici físic i microbiota intestinal.
5. Microbiota intestinal i sistema immunitari.
6. Estratègies per a l'esportista.

Aspectes gastronòmics i culinaris en l'esport-salut i d'alt rendiment.

1. Gastronomia i tendències culinàries aplicades a l'esport.
2. Seminari-taller

Biomecànica, prevenció i readaptació de lesions: Implicacions nutricionals

1. Canvis fisiològics derivats de la lesió.
2. Prevenció de les lesions des de la nutrició i l'estil de vida.
3. Inflamació i intervenció nutricional.
4. Intervenció nutricional en l'esportista lesionat.
5. Recomanacions pràctiques

Ús de noves tecnologies en l'àmbit de la nutrició esportiva

1. Noves tecnologies utilitzades en l'Àmbit de la nutrició esportiva.
2. Interpretació dels resultats i la seua utilització en l'establiment de les estratègies dietètic-nutricionals.
3. Casos pràctics. Seminari-taller.

Metodologia científica i anàlisi dels resultats.

1. Anàlisi i interpretació d'estudis científics.
 - Tipus d'investigació científica.
 - Tipus d'estudis científics.
 - Conceptes bàsics dels estudis científics.
 - Com analitzar un estudi científic.
 - Seminari-Taller
2. Anàlisi i interpretació de dades d'investigació.
 - Conceptes bàsics.
 - Planificació estadística.
 - Pla de tabulació de la base de dades i descripció.
 - Anàlisi de les dades.
 - Estudi de casos

Treball Final de Màster

1. Fonaments de la cerca bibliogràfica: operadors lògics, truncament de termes, paràntesis. Cerques exhaustives versus precises. Formularis típics de cerca: característiques. Cerques senzilles i avançades.
2. Bases de dades bibliogràfiques d'informació científica nacionals i estrangeres en Ciències de la Salut. Estructura del treball de recerca: parts preliminars, cos del treball i parts finals. El treball de revisió i la revisió sistemàtica: concepte, estructura i presentació.
3. Treball Final de Màster: presentació d'un treball escrit amb una dimensió professional-investigadora.

PROFESSORAT

Francisco Ayala Rodríguez

Contratado Ramón y Cajal (Facultad de Ciencias del Deporte), Universidad de Murcia. Doctor en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte (Universidad Católica de San Antonio de Murcia).

David Barranco Gil

Profesor en la Universidad Europea de Madrid (Departamento Ciencias del Deporte). Entrenador de ciclistas paralímpicos y de alta competición. Doctor en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte (Universidad Europea de Madrid)

Jesús Blesa Jarque

Profesor Contratado Doctor (Área Nutrición y Bromatología), Universitat de València. Acreditación en Cineantropometría ISAK de Nivel 1. Doctor en Farmacia (Universitat de València)..

Consuelo Borrás Blasco

Catedrática de Universidad (Departamento de Fisiología), Universitat de València. Doctora en Farmacia (Universitat de València)..

Roberto Cejuela Anta

Prof. Tit. U. Alicante en el G. en CC Actividad Física y el Deporte. Direc. Secretariado Deportes de la U. Alicante. Entrenador triatletas y atletas de élite y olímpicos. Acr. Cineantrop. ISAK de N. 3. Dr. CC. Activ. Física y el Deporte por (UA)

Francisco Miguel Celdrán de Haro

Prof. Asociado Universidad de Alicante. Responsable Área de Salud GiroSaludable S.L. Consultor del comité ejecutivo de la Federación Dominicana de Medicina del Deporte (FEDOMEDE). Doctor en Nutrición (Universidad Católica de Murcia).

Raquel Celdrán Romero

CEO, preparador físico y asesor nutricional en Natur Training System. Ldo. Farmacia, Master en AR en deportes cíclicos (UAM). Responsable de la Nutrición del equipo ciclista Burgos BH Pro Cycling Team (2021-2022). Jefe de rendimiento del equipo profesional de MTB Klimatiza Team. Profesor Máster Alto Rendimiento de HP-Sport Science. Formador en Coaches 4 Coaches. Co-autor libro Potencia tus Pedaladas 2. Podcast [El Avituallamiento](#). Máster en Obesidad y Nutrición.

Carmen Daries Alfonso

Farmacéutica adjunta. Doctora en Farmacia (Universitat de València). Diplomada en Nutrición Humana y Dietética.

Raquel Domínguez Herrera

Profesor Ayudante Doctor (Departamento Motriz Humana y Rendimiento Deportivo), Universidad de Sevilla. Doctor en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte (Universidad Alfonso X el Sabio).

María José Esteve Mas

Catedrática de Universidad (Área Nutrición y Bromatología), Universitat de València. Doctora en Farmacia (Universitat de València)..

Vicent Falquet Caudeli

Graduado en Nutrición Humana y Dietética. Máster Oficial en Nutrición y Salud (Universitat Oberta de Catalunya).

Doctorando en Ciencias de la Alimentación (Universitat de València). Acreditación en Cineantropometría ISAK de Nivel 1.

Jaime Fernández Fernández

Profesor Titular de Universidad (Departamento Educación Física y Deportiva), Universidad de León. Doctor en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte (Universidad de Oviedo)

Juan Marcelo Fernández López

Gerente y Nutricionista Clínico y Deportivo en NUTRIR-Nutrición Medicina y Entrenamiento. Asesor Nutricional en el Club Liceo (Córdoba) de Gimnasia Rítmica. Nutricionista Deportivo de Profesional Sky Runner. Profesor asociado, Universidad Isabel I. Licenciado en Nutrición (Universidad Nacional de Salta, Argentina). Doctor en Nutrición (Universidad de Córdoba, España).

Carlos Ferrando Ramada

Director de Nutralab. Nutricionista deportivo del Valencia CF. Profesor Asociado Universidad Cardenal Herrera CEU (Valencia). Acreditación en Cineantropometría ISAK de Nivel 1. Graduado en Nutrición Humana y Dietética. Máster en Calidad y Seguridad Alimentaria (Universitat de València).

Ana María Frágoles Cárdenas

Catedrática de Universidad (Área Nutrición y Bromatología), Universitat de València. Doctora en Farmacia (Universitat de València).

Ismael Galancho Reina

Dietista de deportistas de élite y diplomado en EF. Máster en Nutrición y salud, Máster en Nutrición Deportiva y Máster en Entrenamiento Personal. Docente, congresista nacional e internacional y divulgador. CEO en Perform Institute.

Juan Gambini Buchán

Profesor Titular de Universidad y Director del Departamento de Fisiología, Universitat de València. Doctor en Farmacia (Universitat de València).

Esther García Domínguez

Investigadora Predoctoral FPU Fisiología. Universitat de València. Miembro del grupo de invest. Freshage y el grupo Ejercicio, Nutrición y Estilo de vida saludable, colaboradora en el grupo Genosphos del C.N. Investigaciones cardiovasculares y en

Jaime Giménez Sánchez

Director y socio fundador de Consultoría Nutritional Coaching SL y Nutritional Coaching Institute. Dietista-Nutricionista deportivo, responsable servicio nutrición en Academia Internacional Emilio Sánchez Vicario (Barcelona). Acreditación en Cineantropometría ISAK de Nivel 1. Doctorando en Nutrición (Universidad de Barcelona). Miembro del equipo profesional de atletas de Alto Rendimiento Deportivo. Asesor externo empresas suplementación deportiva.

María Carmen Gómez Cabrera

Catedrática de Universidad (Departamento de Fisiología), Universitat de València. Doctora en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte (Universitat de València).

Clara Gómez Urios

Técnico superior de apoyo a la investigación (Universitat de València). Graduada en Nutrición Humana y Dietética. Máster Universitario en Nutrición Personalizada y Comunitaria (Universitat de València). Doctoranda de la Universitat de València.

Francisco Javier Guerrero López

Cofundador y nutricionista deportivo en INDYA. Diplomado en Nutrición Humana y Dietética. Licenciado en Ciencia y Tecnología de los Alimentos. Máster del Comité Olímpico Español en Alto Rendimiento Deportivo. Doctorando de la Universitat de València.

Pedro Jiménez Reyes

Profesor Titular de Universidad (Área Educación Física y Deportiva), Universidad Rey Juan Carlos. Doctor en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte (Universidad Pablo de Olavide).

Cristina Juan García

Profesor/a Titular de Universidad. Departament de Medicina Preventiva i Salut Pública, Ciències de l'Alimentació, Toxicologia i Medicina Legal. Universitat de València

Ignacio Lillo Monforte

Dietista-Nutricionista responsable de nutrición en el Hospital Quirónsalud de Zaragoza y en el Basket Casademont Zaragoza. Sección de nutrición propia todos los jueves en Aragón Radio. Profesor en la Univ. de Zaragoza y Univ. San Jorge. Grado en Nutrición Humana y Dietética. M.U. Evaluación y Entrenamiento Físico para la Salud. Certificado Internacional de Cineantropometría ISAK Nivel 1. Certificado Coaching Nutricional y Entrevista Motivacional. Universidad de Zaragoza.

Jose Antonio López Gómez

Dietista-Nutricionista deportivo en ManáLab (Barcelona), centro de tecnificación nutricional en el alto rendimiento deportivo. Dietista-Nutricionista en el Centro KOM (Granollers). Profesor Asociado, Universidad de Vic. Diplomado en Nutrición Humana y Dietética (Universidad de Vic). Máster Oficial Nutrición y Dietética (Universidad de Vigo)

Raquel López Grueso

Entrenador, Dietista-Nutricionista y fisiólogo en Enduralog. Profesor Colaborador (Universidad Isabel I, Jaume I, Valencia y Oberta de Catalunya). Entrenador nivel III de Ciclismo, Triatlón y Atletismo

Daniel López Malo

Profesor Titular (Facultad de Ciencias de la Salud), Universidad Europea de Valencia. Doctor en Química (Universitat de València)

Ral Luzn Herranz

Dietista- Nutricionista dentro del cuerpo técnico del Real Zaragoza S.A.D de la Segunda División de Fútbol Español. Docente en las plataformas formativas online y presencial: Grupo CEAN y Universidad Europea de Madrid. Fundador y Co-director de Vive! Escuela de Salud. Acreditación en Cineantropometría ISAK de Nivel 1. Grado en Nutrición Humana y Diettica y Diplomado en Fisioterapia (Universidad Zaragoza).

Ignacio Martínez Navarro

Entrenador personal de corredores y triatletas. Entrenador Nacional de Atletismo. Profesor Asociado de Universidad. Departament d'Educaci Física i Esportiva. Universitat de València.

José Miguel Martínez Sanz

Dietista-nutricionista. Prof.Titular. Dep. de Enfermería. Fac. CC. de la Salud de la UA. Grupo de Investigación Alimentación y Nutrición (ALINUT). Dr CC de la Salud (UA). Acreditación en cineantropometría ISAK de Nivel 3.

Fernando Mata Ordez

Asesor científico del Cidiz Club de Fútbol. Asesor científico de la Selección Española de Boxeo. Asesor científico de la Federación Uruguaya de Pesas. Coordinador del área de Nutrición de las clínicas Beiman en Andalucía. Grado en Nutrición Humana y Diettica. Mster oficial en Fisiología Integrativa (Universidad de Barcelona). Mster oficial en Investigación Biomdica Traslacional (Universidad de Córdoba). Doctorando en Biomedicina (Universidad de Córdoba).

Manuel Mateo March

Prof. Asociado U. Miguel Hernández de Elche y Universidad Europea de Madrid. Responsable Rendimiento Deportivo de la Real Federación Española de Ciclismo. Graduado CC Actividad Física y Deporte (Universidad Isabel I de Madrid) Mster Alto Rendimiento Deportivo COE (U.A. Madrid)

Christian Molina Rodríguez

Ingeniero en Topografía y Geomática. Mster en Big Data Analytics. Programador Senior.

Luis Juan Morn Fagndez

Dietista-Nutricionista en el centro MUVHIT, Movement and Health. Co-fundador de la empresa Dietistas-Nutricionistas del Sur S.L. Profesor Asociado (Universidad Pablo de Olavide). Acreditación en Cineantropometría ISAK de Nivel 3. Grado en Nutrición Humana y Diettica (Universidad Católica San Antonio de Murcia). Mster en Agroalimentación, Nutrición y Gastronomía (Universidad de Córdoba). Doctorando en la Universidad de Granada.

Serafín Murillo García

Dietista-Nutricionista en el Hospital Sant Joan de Déu (Barcelona). Profesor Asociado (Universitat de Barcelona). Diplomado en Nutrición Humana y Diettica. Mster en Rendimiento Deportivo, Tecnificación y Alto Nivel (Universitat de Barcelona). Mster para la Atención y Educación de las personas con diabetes (Universitat de Barcelona). Dr. Medicina por Universitat de Barcelona.

Javier Olaya Cuartero

Profesor Asociado (U, Alicante) Entrenador y Director Deportivo Club Triatlón Almansa. Entrenador Nacional Triatlón. Doctor CC Actividad Física y Deporte (U. Alicante). Mster U.Rendimiento y Salud (Universidad Miguel Hernández Elche).

Helios Pareja Galeano

Profesor en Universidad Autónoma de Madrid. Ex-director del Mster Entrenamiento y Nutrición Deportiva (Escuela Real Madrid-Universidad Europea). Asesor Científico de Deporte y Salud del COLEF. Mster y Doctor en Fisiología (UV)

Sergi Parejo Pedrajas

Responsable del área de Nutrición en Healthplace Valencia SL. Profesor Asociado (Universidad Internacional de Valencia). Acreditación en Cineantropometría ISAK de Nivel 1. Grado en Nutrición Humana y Diettica (Universitat de València). Mster en Fisiología (Universitat de València). Doctorando en la Universitat de València.

Víctor Peiró Chillida

Nutricionista deportivo. Grado en Nutrición Humana y Diettica (Universitat de València). Mster Universitario en Nutrición Personalizada y Comunitaria (Universitat de València). Doctorando en la Universitat de València.

Mireia Porta Oliva

Nutricionista especializada en Nutrición Deportiva y Tecnologa Alimentaria (ambas por la Universitat de Barcelona). Actualmente realiza su desempeño laboral como nutricionista en el FCB (Fútbol Club Barcelona), asesora a la Selección Española de Hockey. Profesora Asociada de la UAB y de varios Msteres universitarios.

Ainhoa Prieto Martínez

Nutricionista deportivo en el equipo de ciclismo INEOS Grenadier. Asesora en Science in Sport (empresa líder en nutrición deportiva que desarrolla, fabrica y comercializa productos de nutrición innovadores para deportistas de resistencia). Profesora Asociada (Universidad de Navarra). Acreditación en Cineantropometría ISAK de Nivel 1. Grado en Nutrición Humana y Diettica (Universidad de Navarra). Master Sports Nutrition (School of Sport and Exercise Sciences, Liverpool John Moores University).

Paloma Quintana Ocaña

Dietista-Nutricionista en CEO Nutrición con Q&A. Acreditación en Cineantropometría ISAK de Nivel 1. Diplomada en Nutrición Humana y Dietética (Universidad de Granada). Licenciada en Ciencia y Tecnología de los Alimentos (Universidad de Granada). Máster oficial en Nutrición Humana (Universidad de Granada).

Lucía Redondo Cuevas

Dietista-Nutricionista y Dra en ciencias. Máster en Nutrición y metabolismo, y Máster en Condicionantes genéticos, nutricionales y ambientales del crecimiento y desarrollo. Especializada en el tratamiento integrativo de patologías digestivas y terapias para la modulación de la microbiota intestinal. Fundadora y coord. de su propio equipo clínico, ofrecen Planes individualizados de salud integrativa online. Autora de los libros "Alimentación prebiótica" y "Remedios naturales al alcance de todos".

Belén Rodríguez Doñate

Nutricionista deportivo en el Comité Paralímpico Español. Directora-Fundadora de Tu Gestor de Salud para la Nutrición y el Deporte. Doctora en Nutrición (Universidad Complutense de Madrid). Licenciada en Ciencia y Tecnología de los Alimentos (Universidad Complutense de Madrid). Diplomada en Nutrición Humana y Dietética (Universidad Católica de San Antonio de Murcia).

Rafael Sabido Solana

Profesor Titular de Universidad (Departamento Ciencias del Deporte), Universidad Miguel Hernández de Elche. Doctor en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (Universidad de Extremadura).

Javier Sánchez Gálvez

Responsable escuela de cocina y Nutricionista en "Vive! Escuela de Salud". Docente Grado Superior Dietética, Grado Actividades físicas y deportivas y Grado Auxiliar de Enfermería (Formación Profesional Ocupación Atlético, Zaragoza). Grado en Nutrición Humana y Dietética (Universidad de Zaragoza). Grado Superior en Dirección de Cocina (Escuela de Hostelería, I.E.S Miralbueno, Zaragoza). Máster en Calidad, Seguridad y Tecnología de los Alimentos (Universidad de Zaragoza).

Santiago José Sanz Quinto

Fisiólogo de atletas. Dirige la escuela de AlbaSanz Club de Atletismo. Dr.fisiología del ejercicio Universidad Miguel Hernández-Elche, especializado en entrenamiento en altitud y ejercicio físico en el entorno hipérico. Licenciado en CC Actividad Física y Deporte Universidad de Valencia y Máster en Alto Rendimiento Deportivo y Salud Universidad Miguel Hernández de Elche. Creador de la Colección de infográficos "The Altitude Collection" (editada español e inglés).

Javier Sola López

CEO de Training for All (Training4U), empresa de Rendimiento Humano, especialistas en Biomecánica y Planificación y control del entrenamiento. Profesor Asociado (Universidad de Loyola). Entrenador del equipo World Tour UAE Emirates. Doctorando en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte (Universitat de Sevilla). Postgrado en Alto Rendimiento de Deportes Clásicos (Universidad de Murcia). Entrenador de ciclismo nivel III (RFEC). Especialista en biomecánica del ciclismo (Custom4).

Antoni Solà Pérez

Dietista-Nutricionista dedicado a la nutrición clínica y deportiva. Fundador de SportGastronomy (empresa dedicada a la elaboración de suplementos deportivos y de salud). Instructor de los cursos de antropometría ISAK 1 i 2 (Escola Catalana de Cineantropometría). Fundador de Realmet-Barcelona (empresa dedicada a la fabricación y distribución de material antropométrico) y responsable de diseño y desarrollo de herramientas y materiales antropométricos.

Carles Tur Carbonell

Resp. preparación física y nutricionista de la Real Federación de Vela Tokio 2021. Experiencia con deportistas de alto nivel y amateurs durante más de 20 años. Experiencia en Test de campo. Lic. Ciencias del Deporte y Actividad Física, Graduado en Fisioterapia y Graduado en Dietética y Nutrición (Universidad Ramón Llull). Dip. Nutrición Deportiva Avanzada (Institute of Performance Nutrition, UK). Máster en Nutrición Clínica y Deportiva (U. Isabel I). Máster en Fisiología Integrativa (U Barcelona).

Néstor Vicente Salar

Profesor Titular de Universidad, UMH de Elche. Doctor en Biología (UMH) Diplomado en Nutrición Humana y Dietética (UA) Nutricionista deportivo en NutriEvidence SND SL (Elche), especializado en tenistas ITF, WTA y ATP. Ex-nutricionista Elche CF (2014-2021)

Adriana Viñas Ospino

Beca Presidente de la República (PRONABEC-PERÚ). Licenciada en Nutrición y Dietética (Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas). Máster en Tecnología de Alimentos (Universidad Nacional Agraria la Molina). Doctoranda en la Universitat de València.

Aitor Viribay Morales

Investigador en Fisiología y Metabolismo del Ejercicio. Doctorando en el IBIOMED, Universidad de León. Encargado del departamento de Nutrición y Fisiología en el equipo ciclista profesional INEOS Grenadiers. Fundador y director de Glut4Science.

OBJECTIUS

Les sortides professionals que té el curs són:

En aquest màster es tracten tant aspectes bàsics com pràctics de la nutrició i dietètica en l'esport, permetent la formació contínua dels graduats en Nutrició Humana i Dietètica, i servir de suport als graduats en Ciències en l'Activitat Física i Esport, contribuint a emmarcar als professionals en equips multidisciplinaris i conèixer les competències en aquest àmbit.

Hui dia existeix entre la població un gran interès per l'activitat física i la pràctica esportiva. Aquesta realitat social ha generat una demanda de professionals amb formació específica per a assessorar degudament aquest col·lectiu.

D'altra banda, esportistes professionals, cada vegada més, reconeixen la importància de la seua alimentació per a mantindre un bon estat de salut i al mateix temps optimitzar el seu rendiment esportiu. La nutrició es converteix, també, en part del seu entrenament.

Tenint en compte aquest context, una de les eixides professionals en l'àmbit de la salut és la del món de l'esport. Per a desenvolupar correctament les seues funcions, professionals que realitzen assessorament en nutrició esportiva requereixen d'unes competències tant tècniques com transversals.

En general, en els estudis de grau de Ciències de la Salut i en particular en Nutrició Humana i Dietètica, la càrrega lectiva és insuficient per a donar resposta a la creixent demanda que existeix en el camp de la Nutrició i l'Esport. El Màster de Formació Permanent en Nutrició i Dietètica en l'Esport de la Universitat de València ofereix les bases necessàries per a presentar les opcions adequades als seus pacients.

Per què estudiar el Màster de Formació Permanent en Nutrició i Dietètica en l'Esport

El Màster de Formació Permanent en Nutrició i Dietètica en l'Esport ofereix valuoses eines per a aquells professionals en salut esportiva que tinguen com a objectiu millorar l'acompliment i nutrició d'esportistes. El programa inclou des de la planificació nutricional i dietètica, la hidratació d'acord amb les diferents modalitats esportives, fins a la planificació de la suplementació *ergonutricional.

Al llarg d'aquest màster, s'establiran les bases fisiològiques i metabòliques de l'exercici en l'organisme humà. És necessari conèixer les adaptacions metabòliques que es produeixen en l'organisme amb la pràctica esportiva per a poder establir les necessitats de l'esportista i garantir la seua màxima funcionalitat.

Durant el Màster de Formació Permanent en Nutrició i Dietètica en l'Esport s'abordarà la planificació dietètica, des de l'experiència de l'esportista al llarg de la temporada, diferenciant entre diferents esports. Tanmateix, cal considerar l'hedonisme alimentari: per a això és necessari que l'esportista pugua accedir a una alimentació ben planificada, elaborada i presentada, sense oblidar els objectius establits en cada cas.

El programa formatiu semipresencial combina una oferta teòrica i pràctica. Les activitats docents inclouen classes teòriques en línia i activitats presencials com a pràctiques, tallers i seminaris. També es proposaran activitats com a treball de materials, exercicis en línia, participació en fòrums, etc.

Quins són els objectius del Màster de Formació Permanent en Nutrició i Dietètica en l'Esport

Els objectius específics del màster són conèixer les bases fisiològiques i metabòliques de la nutrició en l'exercici, estudiar el sistema energètic, nutrients (hidrats de carboni, proteïnes, lípids, vitamines i minerals) i l'aigua des de la perspectiva de la nutrició esportiva i establir la planificació nutricional i pautes d'hidratació en diferents modalitats esportives.

METODOLOGIA

Les classes seran semipresencials, sessions en línia (síncrones/asíncrones) en les quals el professor presentarà els continguts més rellevants de l'assignatura i sessions presencials pràctiques. També es proposaran activitats com a treball de materials, exercicis en línia, participació en fòrums, etc.

Es posarà a la disposició de l'estudiant documentació seleccionada pel docent en relació amb els temes abordats.

En el Fòrum de Debat els professors aniran fent aportacions per a complementar la matèria i l'apartat de Tutories de l'Aula Virtual on podran consultar directament amb els professors els possibles dubtes que pogueren tindre.