

## DADES GENERALS

<b>Curs acadèmic</b>	Curs 2024/2025
<b>Tipus de curs</b>	Diploma d'Especialització <sup>3</sup>
<b>Nombre de crèdits</b>	34,00 Crèdits ECTS
<b>Matrícula</b>	1.850 euros (import preu públic)
<b>Requisits d'accés</b>	
<b>Modalitat</b>	Semipresencial
<b>Lloc d'impartició<sup>3</sup></b>	On-line y Facultad de Farmacia
<b>Horari</b>	

Direcció<sup>3</sup>

<b>Organitzador</b>	Departament de Medicina Preventiva i Salut Pública, Ciències de l'Alimentació, Toxicologia i Medicina Legal
<b>Direcció<sup>3</sup></b>	Raül López Grueso Entrenador, Dietista-Nutricionista y fisiólogo en Enduralog. Profesor Colaborador (Universidad Isabel I, Jaime 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/a Permanente Laboral PPL. Departament de Medicina Preventiva i Salut Pública, Ciències de l'Alimentació, Toxicologia i Medicina Legal. Universitat de València

## Terminis

<b>Preinscripció<sup>3</sup> al curs</b>	Fins a 15/10/2024
<b>Data inici</b>	Novembre 2024
<b>Data fi</b>	Juny 2025

Més informació<sup>3</sup>

<b>Telèfon</b>	961 603 000
<b>E-mail</b>	<a href="mailto:informacio@adeituv.es">informacio@adeituv.es</a>

## PROGRAMA

1. Ejercicio físico: del efecto agudo a la adaptación crónica.
2. Vías metabólicas de transducción de señales.
3. Comienzo de la cascada de señalización.
4. Señalización secundaria.
3. Efecto de la nutrición sobre las adaptaciones al entrenamiento.
4. Exceso de fatiga y el síndrome de sobreentrenamiento.
5. Efecto de la nutrición sobre el sueño.

1. El control bioquímico de la respuesta al entrenamiento deportivo
2. Análisis bioquímico y su interpretación
3. Biomarcadores de la actividad física y del deporte
4. Marcadores de condición física
5. Marcadores de fatiga y estrés crónico
6. Marcadores de sobreentrenamiento
7. Marcadores de riesgo cardiovascular
8. Marcadores de estrés oxidativo
9. Aplicaciones prácticas

1. Hidratos de carbono en el deporte
2. Grasas en el deporte

3. Proteínas y aminoácidos en el deporte
4. Vitaminas en el deporte
5. Minerales en el deporte
6. El agua y la hidratación en el deporte

- 
1. Consideraciones nutricionales en la planificación de un viaje.
  2. Organización de un comedor colectivo para deportistas.
  3. Planificación dietético-nutricional para el deportista vegano.
  4. Otras situaciones especiales.
  5. Casos prácticos.

- 
1. Bases fisiológicas de la termorregulación.
  2. Factores que afectan a la sudoración y condicionan la planificación de la hidratación en el deporte.
  3. Métodos de medida de la deshidratación.
  4. Bebidas de reposición.
  5. Hiperhidratación e hiponatremia.
  6. Casos prácticos.

- 
1. Nuevas tendencias en nutrición deportiva.
  2. Estrategias nutricionales: entrenamiento en ayunas, low-carb
  3. Ayudas ergonutricionales: nuevas tendencias.
  4. Casos prácticos.

- 
1. Introducción a la inmunonutrición.
  2. Nutrientes, ejercicio físico y sistema inmunitario.
  3. Microbiota intestinal.
  4. Alimentación, ejercicio físico y microbiota intestinal.
  5. Microbiota intestinal y sistema inmunitario.
  6. Estrategias para el deportista.

- 
1. Gastronomía y tendencias culinarias aplicadas al deporte.
  2. Seminario-taller

- 
1. Cambios fisiológicos derivados de la lesión.
  2. Prevención de las lesiones desde la nutrición y el estilo de vida.
  3. Inflamación e intervención nutricional.
  4. Intervención nutricional en el deportista lesionado.
  5. Recomendaciones prácticas

- 
1. Nuevas tecnologías utilizadas en el ámbito de la nutrición deportiva.
  2. Interpretación de los resultados y su utilización en el establecimiento de las estrategias dietético-nutricionales.
  3. Casos prácticos. Seminario-taller.

- 
1. Análisis e interpretación de estudios científicos.
    - Tipos de investigación científica.
    - Tipos de estudios científicos.
    - Conceptos básicos de los estudios científicos.
    - Como analizar un estudio científico.
    - Seminario-Taller
  2. Análisis e interpretación de datos de investigación.
    - Conceptos básicos.
    - Planificación estadística.
    - Plan de tabulación de la base de datos y descripción.
    - Análisis de los datos.
    - Estudio de casos

**PROFESSORAT**

## Francisco Ayala Rodríguez

0

## Jesús Blesa Jarque

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

## 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.

## Clara Cortés Fenollar

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

## 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.

## 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 Frágora Cárnovos

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

## Juan Gambini Buchán

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

## 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

Graduada en Nutrición Humana y Dietética. Máster Universitario en Nutrición Personalizada y Comunitaria (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.

## 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, Triatl3n y Atletismo

---

### **Daniel L3pez Malo**

Profesor Titular (Facultad de Ciencias de la Salud), Universidad Europea de Valencia. Doctor en Qu3mica (Universitat de Val3ncia)

---

### **Ra3l Luz3n Herranz**

Dietista- Nutricionista dentro del cuerpo t3cnico del Real Zaragoza S.A.D de la Segunda Divisi3n de F3tbol Espa3ol. Docente en las plataformas formativas online y presencial: Grupo CEAN y Universidad Europea de Madrid. Fundador y Co-director de Vive! Escuela de Salud. Acreditaci3n en Cineantropometr3a ISAK de Nivel 1. Grado en Nutrici3n Humana y Diet3tica y Diplomado en Fisioterapia (Universidad Zaragoza).

---

### **Pablo Marcos Pazos**

Master en Alto Rendimiento Deportivo, Comit3 OOlmpico Espa3ol (UCAM, Madrid) Entrenador de deportes de resistencia con especializaci3n en el alto rendimiento deportivo. Apasionado de las ganancias marginales a trav3s de la biomec3nica y la aerodin3mica de triatletas y ciclistas. Asesor independiente de equipos y deportistas profesionales.

---

### **Ignacio Mart3nez Navarro**

Ayudante/a Doctor/a. Departament d'Educaci3 F3sica i Esportiva. Universitat de Val3ncia

---

### **Fernando Mata Ord3ez**

0

---

### **Luis Juan Mor3in Fag3ndez**

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). Acreditaci3n en Cineantropometr3a ISAK de Nivel 3. Grado en Nutrici3n Humana y Diet3tica (Universidad Cat3lica San Antonio de Murcia). M3ster en Agroalimentaci3n, Nutrici3n y Gastronom3a (Universidad de C3rdoba). Doctorando en la Universidad de Granada.

---

### **Javier Olaya Cuartero**

0

---

### **Helios Pareja Galeano**

Profesor en Universidad Aut3noma de Madrid. Ex-director del M3ster Entrenamiento y Nutrici3n Deportiva (Escuela Real Madrid-Universidad Europea). Asesor Cient3fico de Deporte y Salud del COLEF. M3ster y Doctor en Fisiolog3a (UV)

---

### **Sergi Parejo Pedrajas**

Responsable del 3rea de Nutrici3n en Healthplace Valencia SL. Profesor Asociado (Universidad Internacional de Valencia). Acreditaci3n en Cineantropometr3a ISAK de Nivel 1. Grado en Nutrici3n Humana y Diet3tica (Universitat de Val3ncia). M3ster en Fisiolog3a (Universitat de Val3ncia). Doctorando en la Universitat de Val3ncia.

---

### **V3ctor Peir3 Chillida**

Nutricionista deportivo. Grado en Nutrici3n Humana y Diet3tica (Universitat de Val3ncia). M3ster Universitario en Nutrici3n Personalizada y Comunitaria (Universitat de Val3ncia). Doctorando en la Universitat de Val3ncia.

---

### **Mireia Porta Oliva**

Nutricionista especializada en Nutrici3n Deportiva y Tecnologa Alimentaria (ambas por la Universitat de Barcelona). Actualmente realiza su desempe3o laboral como nutricionista en el FCB (F3tbol Club Barcelona), asesora a la Selecci3n Espa3ola de Hockey. Profesora Asociada de la UAB y de varios m3steres universitarios.

---

### **Ainhoa Prieto Mart3nez**

Nutricionista deportivo en el equipo de ciclismo INEOS Grenadier. Asesora en Science in Sport (empresa l3der en nutrici3n deportiva que desarrolla, fabrica y comercializa productos de nutrici3n innovadores para deportistas de resistencia). Profesora Asociada (Universidad de Navarra). Acreditaci3n en Cineantropometr3a ISAK de Nivel 1. Grado en Nutrici3n Humana y Diet3tica (Universidad de Navarra). Master Sports Nutrition (School of Sport and Exercise Sciences, Liverpool John Moores University).

---

### **Luc3a Redondo Cuevas**

Dietista-Nutricionista y Dra en ciencias. M3ster en Nutrici3n y metabolismo, y M3ster en Condicionantes gen3ticos, nutricionales y ambientales del crecimiento y desarrollo. Especializada en el tratamiento integrativo de patolog3as digestivas y terapias para la modulaci3n de la microbiota intestinal. Fundadora y coord. de su propio equipo cl3nico, ofrecen Planes individualizados de salud integrativa online. Autora de los libros "Alimentaci3n prebi3tica" y "Remedios naturales al alcance de todos".

---

### **Bel3n Rodr3guez Do3ate**

Nutricionista deportivo en el Comit3 Paral3mpico Espa3ol. Directora-Fundadora de Tu Gestor de Salud para la Nutrici3n y el Deporte. Doctora en Nutrici3n (Universidad Complutense de Madrid). Licenciada en Ciencia y Tecnolog3a de los Alimentos (Universidad Complutense de Madrid). Diplomada en Nutrici3n Humana y Diet3tica (Universidad Cat3lica de San Antonio de Murcia).

---

### **Rafael Sabido Solana**

Profesor Titular de Universidad (Departamento Ciencias del Deporte), Universidad Miguel Hern3ndez de Elche. Doctor en Ciencias de la Actividad F3sica y del Deporte (Universidad de Extremadura).

---

### **Javier S3nchez G3ilvez**

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 Ocioso Atípico, 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).

---

#### **Jesús Sanchis Chordá**

Dietista-Nutricionista en el Valencia Club de Fútbol S.A.D. Doctor en Medicina (UV) Máster de Fisiología Integrativa (UB), Graduado en Nutrición Humana y Dietética (UV) y Técnico superior en Actividades Físicas y Deportivas. Profesor en la Universitat Carlemany y en diferentes Másteres.

---

#### **Jaime Sebastián Rico**

Graduado en Farmacia y en Nutrición Humana y Dietética (Universitat de València). Máster Universitario Nutrición Personalizada y Comunitaria. Doctorando de la Universitat de València. Certificado Internacional de Cineantropometría ISAK Nivel 1. Nutricionista de la Clínica Universitaria de Nutrición, Actividad Física y Fisioterapia (CUNAFF) de la UV. Divulgador en Nutrición.

---

#### **Javier Sola López**

CEO de Training for All (Training4All), 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).

---

#### **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).

---

#### **Adriana Viñas Ospino**

Beca Presidente de la República (PRONABEC-PERU). 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.

---