

DADES GENERALS

Curs acadèmic	Curs 2023/2024
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	
Horari	Dijous (vesprada) i Divendres (demà/tard)

Direcció

Organitzador	Departament de Medicina Preventiva i Salut Pública, Ciències de l'Alimentació, Toxicologia i Medicina Legal
Direcció	Raúl López Grueso Entrenador, Dietista-Nutricionista y fisiólogo en Endurolog. Profesor Colaborador (Universidad Isabel I, Jaume I, Valencia y Oberta de Catalunya). Entrenador nivel III de Ciclismo, Triatlón y Atletismo 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).. María José Esteve Mas Catedrática de Universidad (Área Nutrición y Bromatología), Universitat de València. Doctora en Farmacia (Universitat de València)..

Terminis

Preinscripció al curs	Fins a 15/10/2023
Data inici	Novembre 2023
Data fi	Juny 2024

Més informació

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

PROGRAMA

Bases fisiològiques i metabòliques de la nutrició en l'exercici. Situacions fisiològiques especials i fisiopatologia en entrenament i nutrició esportiva.

- Bases fisiològiques i metabòliques de la nutrició en l'exercici
 - Control del moviment
 - Fonts energètiques en l'exercici
 - Respostes i adaptacions hematològiques
 - Respostes i adaptacions cardiovasculars a l'exercici
 - Respostes i adaptacions respiratòries a l'exercici
 - Respostes i adaptacions de sistemes funcionals
 - Capacitat funcional aeròbica i anaeròbica
- Situacions fisiològiques especials i fisiopatologia en entrenament i nutrició esportiva: embaràs, malalties prevalents, paralímpics,
 - Estratègies dietètic-nutricionals per a l'esportista amb diabetis.
 - Estratègies dietètic-nutricionals per a l'esportista amb hipertensió.
 - Estratègies dietètic-nutricionals per a l'esportista amb celiàquia.
 - Estratègies dietètic-nutricionals per a la dona esportista embarassada.
 - Estratègies dietètic-nutricionals per a l'esportista paralímpic, segons la seua patologia o anomalia.
 - Estratègies dietètic-nutricionals per a l'esportista en altres situacions fisiològiques i fisiopatologies especials.
- Nutrició esportiva en grups de població: xiquets, adolescents, diferències home-dona, majors.

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

4. Microbiota, sistema immunitari i activitat física.

- Introducció a la immunonutrició.
- Nutrients, exercici físic i sistema immunitari.
- Microbiota intestinal.
- Alimentació, exercici físic i microbiota intestinal.
- Microbiota intestinal i sistema immunitari.
- Estratgies per a l'esportista.

Nutrició esportiva en grups de població. Aspectes psicològics en l'esportista.

1. Nutrició esportiva en grups de població

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

2. Aspectes psicològics en l'esportista relacionats amb la nutrició: coaching

- Adherència al consell alimentari.
- Diagnòstic i tractament dels trastorns del comportament alimentari en esportistes.
- Aspectes psicològics del rendiment esportiu.
- estratgies de treball en equip.

Entrenament de musculació, potència i resistència: aspectes nutricionals.

1. Aspectes nutricionals en l'entrenament de musculació

- Aspectes nutricionals en l'entrenament de potència.
- Aspectes nutricionals en l'entrenament de resistència.
- Pràctiques.

Valoració funcional i cineantropomètrica de l'esportista

1. Recomanacions per a la realització d'un correcte mesurament antropomètric

- Consentiment informat i fulla de recollida de dades
- Punts anatòmics: cap, tronc, extremitats superior i inferior.
- Instrumental antropomètric
- Localització dels plecs cutanis
- Localització dels perímetres corporals
- Localització dels diàmetres corporals
- Localització de les longituds corporals
- Altres referències antropomètriques
- Mòduls fórmules i metodologies per al càlcul de la composició corporal
- Mòduls fórmules i metodologies per al càlcul del somatotipo
- Valoració i validació dels resultats
- Somatotipo: classificació i aplicació
- La somatocarta
- Índexs corporals
- Valoracions cineantropomètriques de referència
- Pràctica de mesuraments antropomètrics
- Valoració funcional de l'esportista

Planificació nutricional i dietètica, pautes d'hidratació, suplementació ergonutricional i aliments funcionals en diferents moments i modalitats esportives.

1. Planificació nutricional i dietètica en diferents moments i modalitats esportives

- Planificació nutricional i dietètica segons el període esportiu.
- Planificació nutricional i dietètica segons el moment esportiu (abans, durant i després) en esports de força.
- Planificació nutricional i dietètica segons el moment esportiu (abans, durant i després) en esports de resistència.
- Planificació nutricional i dietètica segons el moment esportiu (abans, durant i després) en esports d'equip.
- Casos reals pràctics.

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

- Pautes d'hidratació segons el moment esportiu (abans, durant i després) en esports de força.
- Pautes d'hidratació segons el moment esportiu (abans, durant i després) en esports de resistència.
- Pautes d'hidratació segons el moment esportiu (abans, durant i després) en esports d'equip.
- Begudes per a esportistes: composició i utilització
- Casos reals pràctics.

3. Planificació de la suplementació ergonutricional i aliments funcionals en diferents moments i modalitats esportives.

- Ajudes ergonutricionals en l'esport.
- Aliments funcionals en l'esport.
- Planificació d'ajudes ergonutricionals en esports de força.
- Planificació d'ajudes ergonutricionals en esports de resistència.
- Planificació d'ajudes ergonutricionals en esports d'equip.

6. Substancies dopants. MÀtodes prohibits. Normativa en matÀria de dopatge.
7. Casos reals prÀctics i planificaciÀ ergonutricional.

Adaptacions fisiolÒgiques i metabÒliques a l'exercici

1. Exercici fÀsic: de l'efecte agut a l'adaptaciÀ crÀnica.
2. Vies metabÒliques de transducciÀn de senyals.
3. ComenÀsament de la cascada de senyalitzaciÀ.
4. SenyalitzaciÀ secundÀria.
3. Efecte de la nutriciÀ sobre les adaptacions a l'entrenament.
4. ExcÀs de fatiga i la sÀndrome de sobreentrenament.
5. Efecte de la nutriciÀ sobre el somni.

ValoraciÀ bioquÀmica i biomarcadores en la salut i el rendiment esportiu

1. El control bioquÀmic de la resposta a l'entrenament esportiu
2. AnÀlisi bioquÀmica i la seua interpretaciÀ
3. Biomarcadores de l'activitat fÀsica i de l'esport
4. Marcadors de condiciÀ fÀsica
5. Marcadors de fatiga i estrÀs crÀnic
6. Marcadors de sobreentrenament
7. Marcadors de risc cardiovascular
8. Marcadors d'estrÀs 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 hidrataciÀ en l'esport

PlanificaciÀ nutricional i dietÈtica en diferents moments i modalitats esportives: gestiÀ de viatges, grups i cultures.

1. Consideracions nutricionals en la planificaciÀ d'un viatge.
2. OrganitzaciÀ d'un menjador col·lectiu per a esportistes.
3. PlanificaciÀ dietÈtic-nutricional per a l'esportista vegÀ.
4. Altres situacions especials.
5. Casos prÀctics.

TermoregulaciÀ, hidrataciÀ i rehidrataciÀ en l'exercici

1. Bases fisiolÒgiques de la termoregulaciÀ.
2. Factors que afecten la sudoraciÀ i condicionen la planificaciÀ de la hidrataciÀ en l'esport.
3. MÀtodes de mesura de la deshidrataciÀ.
4. Begudes de reposiciÀ.
5. HiperhidrataciÀ i hiponatrÈmia.
6. Casos prÀctics.

Avanços en nutriciÀ i ajudes ergonutricionals per a l'exercici saludable i el rendiment: noves tendÈncies

1. Noves tendÈncies en nutriciÀ esportiva.
2. EstratÈgies nutricionals: entrenament en dejÀ, low-carb
3. Ajudes ergonutricionals: noves tendÈncies.
4. Casos prÀctics

Microbiota, sistema immunitari i activitat fÀsica.

1. IntroducciÀ a la immunonutriciÀn.
2. Nutrients, exercici fÀsic i sistema immunitari.
3. Microbiota intestinal.
4. AlimentaciÀ, exercici fÀsic i microbiota intestinal.
5. Microbiota intestinal i sistema immunitari.
6. EstratÈgies per a l'esportista..

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

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

Biomecànica, prevenciÀ i readaptaciÀ de lesions: Implicacions nutricionals

1. Cambios fisiolÒgicos derivados de la lesiÀn.
2. PrevenciÀn de las lesiones desde la nutriciÀn y el estilo de vida.
3. InflamaciÀn e intervenciÀn nutricional.
4. IntervenciÀn nutricional en el deportista lesionado.
5. Recomendaciones prÀcticas

Àns de noves tecnologies en l'Àmbit de la nutriciÀ esportiva

1. Noves tecnologies utilitzades en l'Àmbit de la nutriciÀ esportiva.
2. InterpretaciÀ dels resultats i la seua utilitzaciÀ en l'establiment de les estratÈgies dietÈtic-nutricionals.

3. Casos prÀctics. Seminari-taller.

Metodologia científica i anÀlisi dels resultats.

1. AnÀlisi i interpretaci3 d'estudis científics.

- Tipus d'investigaci3 científica.
- Tipus d'estudis científics.
- Conceptes bàsics dels estudis científics.
- Com analitzar un estudi científic.
- Seminari-Taller

2. AnÀlisi i interpretaci3 de dades d'investigaci3.

- Conceptes bàsics.
- Planificaci3 estadística.
- Pla de tabulaci3 de la base de dades i descripci3.
- 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'informaci3 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 revisi3 i la revisi3 sistemÀtica: concepte, estructura i presentaci3.

3. Treball Final de màster: presentaci3 d'un treball escrit amb una dimensi3 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 competi3. Doctor en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte (Universidad Europea de Madrid)

Simone Benedetti

Nutricionista - Science and Sport and Ineos Grenadiers

Jesús Blesa Jarque

Profesor Contratado Doctor (Àrea Nutrici3n y BromatologÀa), Universitat de València. Acreditaci3n en CineantropometrÀa ISAK de Nivel 1. Doctor en Farmacia (Universitat de València)..

Consuelo BorrÀis Blasco

Catedràtica de Universidad (Departamento de FisiologÀa), 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 Àlite y olímpicos. Acr. Cineantrop. ISAK de N. 3. Dr.CC. Activ. Física y el Deporte por (UA)

Francisco Miguel CeldrÀin de Haro

Prof. Asociado Universidad de Alicante. Responsable Àrea de Salud GiroSaludable S.L. Consultor del comité ejecutivo de la Federaci3n Dominicana de Medicina del Deporte (FEDOMEDE). Doctor en Nutrici3n (Universidad Católica de Murcia).

Raúl CeldrÀin Romero

CEO, preparador físico y asesor nutricional en Natur Training System. Ldo. Farmacia, Master en AR en deportes cíclicos (UAM). Responsable de la Nutrici3n 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 Nutrici3n.

Carmen Daries Alfonso

Farmacéutica adjunta. Doctora en Farmacia (Universitat de València). Diplomada en Nutrici3n Humana y Dietética.

Raúl DomÁnguez 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

Catedràtica de Universidad (Àrea Nutrici3n y BromatologÀa), 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).

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

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.

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)

Raúl Luzán 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 Dietética 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'Educació Física i Esportiva. Universitat de València.

Leyre Martínez Sandez

Graduada en Nutrición Humana y Dietética por la UV, especialización en nutrición deportiva a través de un máster propio en la UV y certificación Antropometría ISAK I. Involucrada en el deporte, en natación y salvamento y socorrismo deportivo. Durante años, ha trabajado como nutricionista en clínicas y centros deportivos, diseñando planes nutricionales personalizados adaptados a las necesidades individuales y estilos de vida de los pacientes. Además, imparte charlas y clases sobre nutrición.

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 Ordóñez

Asesor científico del Cádiz 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 Dietética. Máster oficial en Fisiología Integrativa (Universidad de Barcelona). Máster oficial en Investigación Biomédica 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) Máster Alto Rendimiento Deportivo COE (U.A. Madrid)

Christian Molina Rodríguez

Ingeniero en Topografía y Geomática. Máster en Big Data Analytics. Programador Senior.

Luis Juan Morán Fagúndez

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 Dietética (Universidad Católica San Antonio de Murcia). Máster en Agroalimentación, Nutrición y Gastronomía (Universidad de Córdoba). Doctorando en la Universidad de Granada.

Serafán Murillo García

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

Javier Olaya Cuartero

0

Helios Pareja Galeano

Profesor en Universidad Autónoma de Madrid. Ex-director del Máster Entrenamiento y Nutrición Deportiva (Escuela Real Madrid-Universidad Europea). Asesor Científico de Deporte y Salud del COLEF. Máster 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 Dietética (Universitat de València). Máster en Fisiología (Universitat de València). Doctorando en la Universitat de València.

Váctor Peiró Chillida

Nutricionista deportivo. Grado en Nutrición Humana y Dietética (Universitat de València). Máster Universitario en Nutrición Personalizada y Comunitaria (Universitat de València). Doctorando en la Universitat de València.

Mireia Porta Oliva

Nutricionista especializada en Nutrición Deportiva y Tecnología 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 másteres 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 Dietética (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".

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 Ciclo de Cocina, 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.

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 hipoxico. 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 en español e inglés).

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 Cíclicos (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 y 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-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.

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.

Les sortides professionals que tindrà 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.

Avantatges del 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. No obstant això, cal considerar l'hedonisme alimentari: per a això és necessari que l'esportista puga 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 online 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.

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.