

## DATOS GENERALES

<b>Curso académico</b>	Curso 2024/2025
<b>Tipo de curso</b>	Master de Formación Permanente
<b>Número de créditos</b>	60,00 Créditos ECTS
<b>Matrícula</b>	2.100 euros (importe precio público) Alumnos que han cursado el título de EXPERTO UNIVERSITARIO EN NUTRICIÓN Y FISIOLÓGIA EN EL DEPORTE (3ª EDICIÓN) 1.250 euros (importe precio público) Alumnos que han cursado el DIPLOMA DE ESPECIALIZACIÓN EN PLANIFICACIÓN DIETÉTICA PARA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE 3.100 euros (importe precio público)
<b>Requisitos de acceso</b>	Graduados en Nutrición Humana y Dietética, y graduados en Ciencias en la Actividad Física y Deporte.
<b>Modalidad</b>	Semipresencial
<b>Lugar de impartición</b>	On-line y Facultad de Farmacia
<b>Horario</b>	Jueves (tarde) y Viernes (mañana/tarde)

## Dirección

<b>Organizador</b>	Departament de Medicina Preventiva i Salut Pública, Ciències de l'Alimentació, Toxicologia i Medicina Legal
<b>Dirección</b>	Raúl 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/a Permanente Laboral PPL. Departament de Medicina Preventiva i Salut Pública, Ciències de l'Alimentació, Toxicologia i Medicina Legal. Universitat de València

## Plazos

<b>Preinscripción al curso</b>	Hasta 15/10/2024
<b>Fecha inicio</b>	Noviembre 2024
<b>Fecha fin</b>	Junio 2025

## Más información

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

## PROGRAMA

Bases fisiológicas y metabólicas de la nutrición en el ejercicio. Situaciones fisiológicas especiales y fisiopatología en entrenamiento y nutrición deportiva.

## 1. Bases fisiológicas y metabólicas de la nutrición en el ejercicio

- Control del movimiento
- Fuentes energéticas en el ejercicio
- Respuestas y adaptaciones hematólicas
- Respuestas y adaptaciones cardiovasculares al ejercicio
- Respuestas y adaptaciones respiratorias al ejercicio
- Respuestas y adaptaciones de sistemas funcionales
- Capacidad funcional aeróbica y anaeróbica

## 2. Situaciones fisiológicas especiales y fisiopatología en entrenamiento y nutrición deportiva: embarazo, enfermedades prevalentes, paralímpicos, etc.

- Estrategias dietético-nutricionales para el deportista con diabetes.
- Estrategias dietético-nutricionales para el deportista con hipertensión.
- Estrategias dietético-nutricionales para el deportista con celiaquía.
- Estrategias dietético-nutricionales para la mujer deportista embarazada.
- Estrategias dietético-nutricionales para el deportista paralímpico, según su

patología o anomalía.

-Estrategias dietético-nutricionales para el deportista en otras situaciones fisiológicas y fisiopatologías especiales.

3. Nutrición deportiva en grupos de población: niños, adolescentes, diferencias hombre-mujer, mayores.

-Nutrición del niño deportista.

-Nutrición del adolescente deportista.

-Aspectos nutricionales específicos de la mujer deportista.

-Nutrición del adulto mayor deportista.

4. Microbiota, sistema inmunitario y actividad física.

-Introducción a la inmunonutrición.

-Nutrientes, ejercicio físico y sistema inmunitario.

-Microbiota intestinal.

-Alimentación, ejercicio físico y microbiota intestinal.

-Microbiota intestinal y sistema inmunitario.

-Estrategias para el deportista.

#### Nutrición deportiva en grupos de población. Aspectos psicológicos en el deportista.

---

1. Nutrición deportiva en grupos de población

-Nutrición del niño deportista.

-Nutrición del adolescente deportista.

-Aspectos nutricionales específicos de la mujer deportista.

-Nutrición del adulto mayor deportista.

2. Aspectos psicológicos en el deportista relacionados con la nutrición: coaching

- Adherencia al consejo alimentario.

- Diagnóstico y tratamiento de los trastornos del comportamiento alimentario en deportistas.

- Aspectos psicológicos del rendimiento deportivo.

-Estrategias de trabajo en equipo.

#### Entrenamiento de musculación, potencia y resistencia: aspectos nutricionales.

---

1. Aspectos nutricionales en el entrenamiento de musculación

2. Aspectos nutricionales en el entrenamiento de potencia.

3. Aspectos nutricionales en el entrenamiento de resistencia.

4. Prácticas.

#### Valoración funcional y cineantropométrica del deportista

---

1. Recomendaciones para la realización de una correcta medición antropométrica

2. Consentimiento informado y hoja de recogida de datos

3. Puntos anatómicos: cabeza, tronco, extremidades superior e inferior.

4. Instrumental antropométrico

5. Localización de los pliegues cutáneos

6. Localización de los perímetros corporales

7. Localización de los diámetros corporales

8. Localización de las longitudes corporales

9. Otras referencias antropométricas

10. Métodos fórmulas y metodologías para el cálculo de la composición corporal

11. Métodos fórmulas y metodologías para el cálculo del somatotipo

12. Valoración y validación de los resultados

13. Somatotipo: clasificación y aplicación

14. La somatocarta

16. Índices corporales

17. Valoraciones cineantropométricas de referencia

18. Práctica de mediciones antropométricas

19. Valoración funcional del deportista

#### Planificación nutricional y dietética, pautas de hidratación, suplementación ergonutricional y alimentos funcionales en diferentes momentos y modalidades deportivas.

---

1. Planificación nutricional y dietética en diferentes momentos y modalidades deportivas

- Planificación nutricional y dietética según el periodo deportivo.

- Planificación nutricional y dietética según el momento deportivo (antes, durante y después) en deportes de fuerza.

- Planificación nutricional y dietética según el momento deportivo (antes, durante y después) en deportes de resistencia.

- Planificación nutricional y dietética según el momento deportivo (antes, durante y después) en deportes de equipo.

- Casos reales prácticos.

2. Pautas de hidratación en diferentes momentos y modalidades deportivas

- Pautas de hidratación según el momento deportivo (antes, durante y después) en deportes de fuerza.

- Pautas de hidratación según el momento deportivo (antes, durante y después) en deportes de resistencia.

- Pautas de hidratación según el momento deportivo (antes, durante y después) en deportes de equipo.

- Bebidas para deportistas: composición y utilización

- Casos reales prácticos.

3. Planificación de la suplementación ergonutricional y alimentos funcionales en diferentes momentos y modalidades deportivas.

1. Ayudas ergonutricionales en el deporte.
2. Alimentos funcionales en el deporte.
3. Planificación de ayudas ergonutricionales en deportes de fuerza.
4. Planificación de ayudas ergonutricionales en deportes de resistencia.
5. Planificación de ayudas ergonutricionales en deportes de equipo.
6. Sustancias dopantes. Máximos prohibidos. Normativa en materia de dopaje.
7. Casos reales prácticos y planificación ergonutricional.

### Adaptaciones fisiológicas y metabólicas al ejercicio

---

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.

### Valoración bioquímica y biomarcadores en la salud y el rendimiento deportivo

---

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

### Necesidades energéticas y nutricionales en la práctica deportiva

---

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

### Planificación nutricional y dietética en diferentes momentos y modalidades deportivas: gestión de viajes, grupos y culturas.

---

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.

### Termorregulación, hidratación y rehidratación en el ejercicio.

---

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

### Avances en nutrición y ayudas ergonutricionales para el ejercicio saludable y el rendimiento: nuevas tendencias

---

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

### Microbiota, sistema inmunitario y actividad física.

---

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.

### Aspectos gastronómicos y culinarios en el deporte-salud y de alto rendimiento.

---

1. Gastronomía y tendencias culinarias aplicadas al deporte.

## 2. Seminario-taller

### Biomecánica, prevención y readaptación de lesiones: Implicaciones nutricionales

---

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

### Uso de nuevas tecnologías en el ámbito de la nutrición deportiva

---

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.

### Metodología científica y análisis de los resultados.

---

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

### Trabajo Final de Master

---

1. Fundamentos de la búsqueda bibliográfica: operadores lógicos, truncamiento de términos, paréntesis. Búsquedas exhaustivas versus precisas. Formularios típicos de búsqueda: características. Búsquedas sencillas y avanzadas.
2. Bases de datos bibliográficas de información científica nacionales y extranjeras en Ciencias de la Salud. Estructura del trabajo de investigación: partes preliminares, cuerpo del trabajo y partes finales. El trabajo de revisión y la revisión sistemática: concepto, estructura y presentación.
3. Trabajo Final de master: presentación de un trabajo escrito con una dimensión profesional-investigadora.

## PROFESORADO

---

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

---

**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.

---

**Raúl 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 Buchón**

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

---

**Jose Antonio López Gómez**

Dietista-Nutricionista deportivo en ManÀiLab (Barcelona), centro de tecnificaci3n nutricional en el alto rendimiento deportivo. Dietista-Nutricionista en el Centro KOM (Granollers). Profesor Asociado, Universidad de Vic. Diplomado en Nutrici3n Humana y Diet3tica (Universidad de Vic). MÀister Oficial Nutrici3n y Diet3tica (Universidad de Vigo)

---

### **Ra3l L3pez Grueso**

Entrenador, Dietista-Nutricionista y fisi3logo 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 Ol3mpico 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

---

### **Jos3 Miguel Mart3nez Sanz**

Dietista-nutricionista. Prof.Titular. Dep. de Enfermer3a. Fac. CC. de la Salud de la UA. Grupo de Investigaci3n Alimentaci3n y Nutrici3n (ALINUT). Dr CC de la Salud (UA). Acreditaci3n en cineantropometr3a ISAK de Nivel 3.

---

### **Fernando Mata Ord33ez**

Profesor de Fisiolog3a Humana, Metabolismo y Nutrici3n UCLM . MÀister Oficial en Fisiolog3a; MÀister Oficial en Investigaci3n Biom3dica Traslacional; MSc. Nutrici3n; PhD Student OncObesity and Metabolism Group (GC27) Maimonides Biomedical Research Institute of Cordoba (IMIBIC) University of C3rdoba, University Hospital Reina Sof3a. Director General del Centro de Estudios Avanzados en Nutrici3n. Dietista-Nutricionista de deportistas profesionales y amateur. Nutricionista deportivo y cl3nico en Cl3nicas Beiman. Asesor cient3fico de equipos profesionales y empresas de nutrici3n. Coordinador del Grupo de trabajo de Nutrici3n Deportiva de la Sociedad Andaluza de Medicina del Deporte.

---

### **Manuel Mateo March**

Prof. Asociado U. Miguel Hern3ndez de Elche y Universidad Europea de Madrid. Responsable Rendimiento Deportivo de la Real Federaci3n Espa3ola de Ciclismo. Graduado CC Actividad F3sica y Deporte (Universidad Isabel I de Madrid) MÀister Alto Rendimiento Deportivo COE (U.A. Madrid)

---

### **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). MÀister en Agroalimentaci3n, Nutrici3n y Gastronom3a (Universidad de C3rdoba). Doctorando en la Universidad de Granada.

---

### **Seraf3n Murillo Garc3a**

Dietista-Nutricionista en el Hospital Sant Joan de D3u (Barcelona). Profesor Asociado (Universitat de Barcelona). Diplomado en Nutrici3n Humana y Diet3tica. MÀister en Rendimiento Deportivo, Tecnificaci3n y Alto Nivel (Universitat de Barcelona). MÀister para la Atenci3n y Educaci3n 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 Triatl3n Almansa. Entrenador Nacional Triatl3n. Doctor CC Actividad F3sica y Deporte (U. Alicante). MÀister U.Rendimiento y Salud (Universidad Miguel Hern3ndez Elche).

---

### **Helios Pareja Galeano**

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

---

### **Sergi Parejo Pedrajas**

Responsable del Àrea 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). MÀister 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). MÀister Universitario en Nutrici3n Personalizada y Comunitaria (Universitat de Val3ncia). Doctorando en la Universitat de Val3ncia.

---

### **Mireia Porta Oliva**

Nutricionista especializada en Nutrici3n Deportiva y Tecnologia 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®. 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 Doate**

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 Ciclo Atiántico, 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 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).

---

### **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 (Training4I), 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 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.

## **OBJETIVOS**

Las salidas profesionales que tiene el curso son:

En este master se tratan tanto aspectos básicos como prácticos de la nutrición y dietética en el deporte, permitiendo la formación continua de los graduados en Nutrición Humana y Dietética, y servir de apoyo a los graduados en Ciencias en la Actividad Física y Deporte, contribuyendo a enmarcar a los profesionales en equipos multidisciplinares y conocer las competencias en este ámbito.

- Conocer las bases fisiológicas y metabólicas de la nutrición en el ejercicio.
- Estudiar el sistema energético, nutrientes (hidratos de carbono, proteínas, lípidos, vitaminas y minerales) y el agua desde la perspectiva de la nutrición deportiva.
- Conocer las adaptaciones fisiológicas y metabólicas al ejercicio, relacionadas con la nutrición.
- Establecer la planificación nutricional y dietética en diferentes momentos y modalidades deportivas.
- Establecer las pautas de hidratación en diferentes momentos y modalidades deportivas.
- Planificar la suplementación ergonutricional en diferentes momentos y modalidades deportivas.

## **METODOLOGÍA**

Las clases serán semipresenciales, sesiones online (síncronas/asíncronas) en las que el profesor presentará los contenidos más relevantes de la asignatura y sesiones presenciales prácticas. También se propondrán actividades como trabajo de materiales, ejercicios en línea, participación en foros, etc.

Se pondrá a disposición del estudiante documentación seleccionada por el docente en relación con los temas abordados.

En el Foro de Debate los profesores irán haciendo aportaciones para complementar la materia y el apartado de Tutorías del Aula Virtual donde podrán consultar directamente con los profesores las posibles dudas que pudieran tener.