

DATOS GENERALES

Curso académico	Curso 2024/2025
Tipo de curso	Diploma de Especialización
Número de créditos	34,00 Créditos ECTS
Matrícula	1.850 euros (importe precio público)
Requisitos de acceso	Graduados en Nutrición Humana y Dietética, y graduados en Ciencias en la Actividad Física y Deporte.
Modalidad	Semipresencial
Lugar de impartición	On-line y Facultad de Farmacia
Horario	Jueves (tarde) y Viernes (mañana/tarde)

Dirección

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

Plazos

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

Más información

Teléfono	961 603 000
E-mail	informacion@adeituv.es

PROGRAMA

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. Métodos 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

PROFESORADO

Francisco Ayala Rodríguez

0

Jes s Blesa Jarque

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

Francisco Miguel Celdr in de Haro

Prof. Asociado Universidad de Alicante. Responsable  rea 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).

Ra l Celdr in Romero

CEO, preparador físico y asesor nutricional en Natur Training System. Ldo. Farmacia, Master en AR en deportes c licos (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 Val ncia

Carmen Daries Alfonso

Farmacéutica adjunta. Doctora en Farmacia (Universitat de Val ncia). Diplomada en Nutrición Humana y Dietética.

Ra l Domínguez Herrera

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

María José Esteve Mas

Catedrática de Universidad ( rea Nutrición y Bromatolog ), Universitat de Val ncia. Doctora en Farmacia (Universitat de Val ncia).

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 Val ncia). Acreditación en Cineantropometr a ISAK de Nivel 1.

Juan Marcelo Fernández López

Gerente y Nutricionista Ci nico 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 Cineantropometr a ISAK de Nivel 1. Graduado en Nutrición Humana y Dietética. Máster en Calidad y Seguridad Alimentaria (Universitat de Val ncia).

Ana María Fr gola C inoves

Catedrática de Universidad ( rea Nutrición y Bromatolog ), Universitat de Val ncia. Doctora en Farmacia (Universitat de Val ncia).

Juan Gambini Buch n

Profesor Titular de Universidad y Director del Departamento de Fisiolog a, Universitat de Val ncia. Doctor en Farmacia (Universitat de Val ncia).

María Carmen Gómez Cabrera

Catedrática de Universidad (Departamento de Fisiolog a), Universitat de Val ncia. Doctora en Ciencias de la Actividad F sica y el Deporte (Universitat de Val ncia).

Clara G mez Urios

Graduada en Nutrición Humana y Dietética. Máster Universitario en Nutrición Personalizada y Comunitaria (Universitat de Val ncia)

Francisco Javier Guerrero L pez

Cofundador y nutricionista deportivo en INDYA. Diplomado en Nutrición Humana y Dietética. Licenciado en Ciencia y Tecnolog a de los Alimentos. Máster del Comité Olímpico Español en Alto Rendimiento Deportivo. Doctorando de la Universitat de Val ncia.

Jose Antonio López Gómez

Dietista-Nutricionista deportivo en Man iLab (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)

Ra l L pez 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)

Raquel 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).

Pablo Marcos Pazos

Master en Alto Rendimiento Deportivo, Comité Olímpico Español (UCAM, Madrid) Entrenador de deportes de resistencia con especialización en el alto rendimiento deportivo. Apasionado de las ganancias marginales a través de la biomecánica y la aerodinámica de triatletas y ciclistas. Asesor independiente de equipos y deportistas profesionales.

Ignacio Martínez Navarro

Ayudante/a Doctor/a. Departament d'Educació Física i Esportiva. Universitat de València

Fernando Mata Ordóñez

0

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.

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 Tecnóloga 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).

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 GÁilvez

Responsable escuela de cocina y Nutricionista en "Vive! Escuela de Salud". Docente Grado Superior DietÁ©tica, Grado Actividades FÁsicas y deportivas y Grado Auxiliar de EnfermerÁa (FormaciÁ³n Profesional OcÁ©ano AtlÁntico, Zaragoza). Grado en NutriciÁ³n Humana y DietÁ©tica (Universidad de Zaragoza). Grado Superior en DirecciÁ³n de Cocina (Escuela de HostelerÁa, I.E.S Miralbueno, Zaragoza). MÁister en Calidad, Seguridad y TecnologÁa de los Alimentos (Universidad de Zaragoza).

JesÁs Sanchis ChordÁi

Dietista-Nutricionista en el Valencia Club de FÁtbol S.A.D. Doctor en Medicina (UV) MÁister de FisiologÁa Integrativa (UB), Graduado en NutriciÁ³n Humana y DietÁ©tica (UV) y TÁ©cnico superior en Actividades FÁsicas y Deportivas. Profesor en la Universitat Carlemany y en diferentes MÁisteres.

Jaime SebastiÁi Rico

Graduado en Farmacia y en NutriciÁ³n Humana y DietÁ©tica (Universitat de ValÁncia). MÁister Universitario NutriciÁ³n Personalizada y Comunitaria. Doctorando de la Universitat de ValÁncia. Certificado Internacional de CineantropometrÁa ISAK Nivel 1. Nutricionista de la Clinica UniversitÁria de NutriciÁ³, Activitat FÁsica i FisioterÁpia (CUNAFF) de la UV. Divulgador en NutriciÁa.

Javier Sola LÁpez

CEO de Training for All (Training4ll), empresa de Rendimiento Humano, especialistas en BiomecÁnica y PlanificaciÁ³n y control del entrenamiento. Profesor Asociado (Universidad de Loyola). Entrenador del equipo World Tour UAE Emirates. Doctorando en Ciencias de la Actividad FÁsica y el Deporte (Universitat de Sevilla). Postgrado en Alto Rendimiento de Deportes CÁclicos (Universidad de Murcia). Entrenador de ciclismo nivel III (RFEC). Especialista en biomecÁnica del ciclismo (Custom4).

Carles Tur Carbonell

Resp. preparaciÁ³n fÁsica y nutricionista de la Real FederaciÁ³n de Vela Tokio 2021. Experiencia con deportistas de alto nivel y amateurs durante mÁis de 20 aÑ±os. Experiencia en Test de campo. Lic. Ciencias del Deporte y Actividad FÁsica, Graduado en Fisioterapia y Graduado en DietÁ©tica y NutriciÁ³n (Universidad RamÁ³n Llull). Dip. NutriciÁ³n Deportiva Avanzada (Institute of Performance Nutrition, UK). MÁister en NutriciÁ³n ClÁnica y Deportiva (U. Isabel I). MÁister en FisiologÁa Integrativa (U Barcelona).

Adriana ViÁ±as Ospino

Beca Presidente de la RepÁblica (PRONABEC-PERÁ). Licenciada en NutriciÁ³n y DietÁ©tica (Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas). MÁister en TecnologÁa de Alimentos (Universidad Nacional Agraria la Molina). Doctoranda en la Universitat de ValÁncia.

OBJETIVOS

Las salidas profesionales que tiene el curso son:

En este diploma se tratan tanto aspectos bÁsicos como prÁcticos de la nutriciÁ³n y dietÁ©tica en el deporte, permitiendo la formaciÁ³n continua de los graduados en NutriciÁ³n Humana y DietÁ©tica, y servirÁi de apoyo a los graduados en Ciencias en la Actividad FÁsica y Deporte, contribuyendo a enmarcar a los profesionales en equipos multidisciplinares y conocer las competencias en este Ámbito.

- Conocer las necesidades energÁticas y nutricionales en la prÁctica deportiva.
- Conocer las adaptaciones fisiolÁgicas y metabólicas al ejercicio, relacionadas con la nutriciÁ³n.
- Establecer la planificaciÁ³n nutricional y dietética en diferentes momentos y modalidades deportivas.
- Establecer las pautas de hidrataciÁ³n en diferentes momentos y modalidades deportivas.
- Planificar la suplementaciÁ³n ergonutricional en diferentes momentos y modalidades deportivas.

METODOLOGÁa

Las clases serÁn online (síncronas/asíncronas) en las que el profesor presentará los contenidos más relevantes de la asignatura, empleando los medios audiovisuales necesarios para el desarrollo Ágil y coherente de las mismas. También se propondrán actividades como trabajo de materiales, ejercicios en línea, participaciÁ³n en foros, etc.

Se pondrá a disposiciÁ³n del estudiante documentaciÁ³n seleccionada por el docente en relaciÁ³n 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.