

Curso Universitario de Especialización en Actualización en enfermería y deportes



Información sobre el programa formativo

- ✓ **Horas de formación:** 250
- ✓ **Créditos ECTS:** 10
- ✓ **Duración:** El alumno dispondrá de un tiempo mínimo de 1 mes para realizar el curso universitario de especialización y un máximo de 6 meses.

La enfermería tiene un papel relevante dentro de la salud en el área físico-deportiva, aportando una atención integral a quien realiza una actividad física, ya sea por motivos saludables o de competición, especialmente en el ámbito nutricional, concretamente desempeña una función imprescindible en la prevención, promoción, fomento y rehabilitación de la salud del deportista. Es por ello que la Enfermería Deportiva requiere de una base que permita la actualización del profesional en la atención al deportista, realizando intervenciones nutricionales basadas en la evidencia científica actual.

Inscribirme



Certificación: Universidad Europea Miguel de Cervantes



Los alumnos que realicen un **Máster, Experto Universitario o Curso de especialización online Título Propio de la Universidad Europea Miguel de Cervantes (UEMC)** recibirán, una vez finalizado, un certificado expedido en créditos y horas. Este documento es únicamente emitido por la universidad certificadora de las actividades formativas, es decir, por la UEMC. Los diplomas acreditados por la UEMC no llevarán categoría profesional.

Esta universidad en ningún caso expedirá el título correspondiente al programa formativo si no ha transcurrido el tiempo mínimo desde la matrícula del alumno. Una vez transcurrido el tiempo mínimo que exige la universidad y finalice la edición, se procederá a solicitar el diploma a la Universidad, la cual suele tardar en remitir los diplomas de los cursos de especialización unos cuatro meses y de seis a nueve meses cuando se trata de máster o expertos universitarios. Igualmente los alumnos una vez realizada la formación, podrán solicitar un certificado provisional expedido por ESHE a la espera de recibir el diploma de la Universidad Europea Miguel de Cervantes.

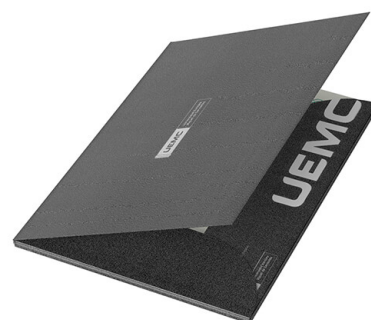
Según las bases de la **UEMC no se puede mostrar el certificado** que los alumnos recibirían al realizar las formaciones, este sería a modo de ejemplo:



Parte delantera del certificado



Parte trasera del certificado



Carpeta del certificado de Máster y expertos universitarios

¿A quién va dirigido?

Diplomados y Graduados en Enfermería.

Objetivos

Generales

Los objetivos de este curso universitario de especialización son:

- Entender los principios y planificación nutricional en el deporte.
- Aplicar los diferentes recursos nutricionales para las actividades físico-deportivas.
- Asesorar de forma profesional al usuario de un programa de ejercicio físico.
- Describir, caracterizar y señalar las particularidades nutricionales de un entrenamiento cardiovascular, de resistencia, de fuerza y de movilidad, flexibilidad y coordinación.
- Diseñar programas nutricionales físicos saludables en poblaciones especiales.

Específicos

- Analizar la epidemiología de la patología en la actividad física y el deporte.
- Reconocer los factores predisponentes frente a la lesión deportiva.
- Identificar los factores por déficit nutricional que predisponen a la lesión deportiva.
- Diseñar un plan de recuperación nutricional de lesiones físico-deportivas.

Inscribirme



Salidas profesionales

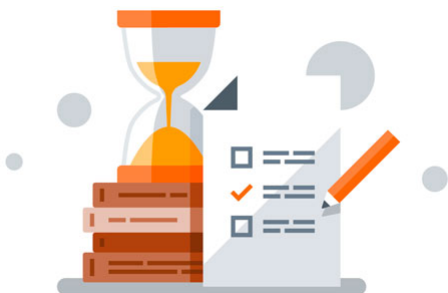
Las salidas profesionales tras realizar el *curso universitario de especialización en actualización en enfermería y deportes* están dirigidas a desarrollar la actividad nutricional de enfermería no solo en instituciones deportivas y demás organismos y entidades afines (centros de alto rendimiento deportivo, centros de tecnificación deportiva, clubes deportivos, gimnasios, colegios, centros privados...), sino que la finalidad de esta formación es ofrecer, a nuestro sistema sanitario, profesionales capaces de atender de forma eficiente las necesidades terapéuticas y preventivas nutricionales en todos los ámbitos de la salud, incluida la atención primaria.

Requisitos para la inscripción

Copia del DNI, TIE o Pasaporte.

La inscripción en este curso online / a distancia permanecerá abierta durante todo el año.

Evaluación



La evaluación estará compuesta de **50 test** de opción alternativa (verdadera/falsa) y **5 supuestos prácticos**. El alumno debe finalizar el curso universitario de especialización y hacerlo con aprovechamiento de, al menos, un 60% tanto de los tests planteados en el mismo que se realizarán a través de la plataforma virtual online.

Contenidos

Módulo I: Actualización en enfermería y deportes

Tema I. Introducción:

- Introducción.
- Bases científicas de la nutrición en el deporte.
- Nutrición y lesiones deportivas.
- Alimentación funcional y nutracéutica.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema II. Principios básicos de nutrición deportiva:

- Metabolismo y sistemas energéticos.
 - Metabolismo.
 - Sistemas energéticos.
- Necesidades del deportista.
 - Proteínas.
 - Hidratos de carbono.
 - Lípidos.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema III. Concepto de nutriente. Tipos y funciones:

- Introducción.
- Macronutrientes. Hidratos de carbono, proteínas y lípidos.
 - Hidratos de carbono o glúcidos.
 - Proteínas.
 - Lípidos.
- Micronutrientes. Vitaminas y sales minerales.
 - Vitaminas.
 - Sales minerales.
- Agua y electrolitos.
 - Agua.
 - Electrolitos.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema IV. Alimentación deportiva:

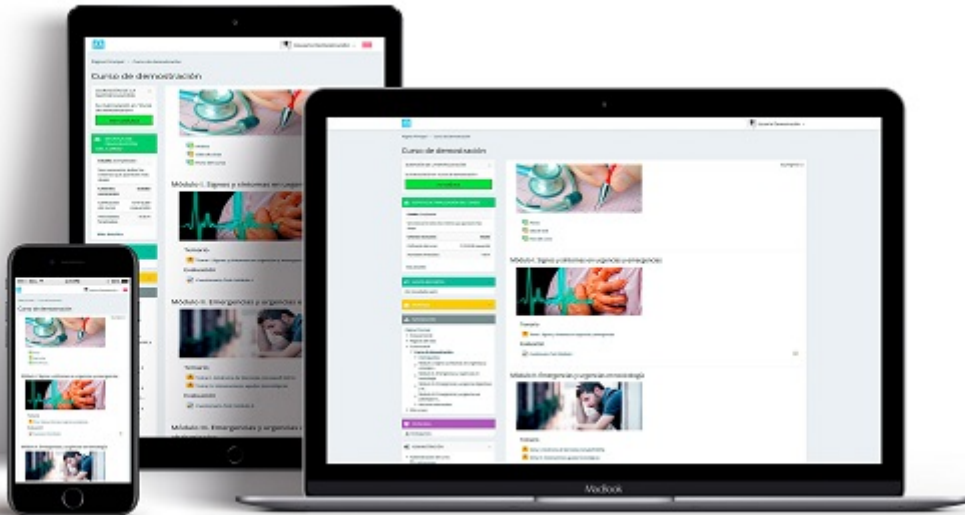
- Introducción.
- Bebidas isotónicas.
- Bebidas hipertónicas.

- Bebidas hipotónicas.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Tema V. Elaboración de dietas:

- Dieta funcional.
- Cómo elaborar una dieta.
- Nutrición específica para el desarrollo muscular.
- Nutrición para deportes de fuerza y potencia.
- Nutrición en deportes de resistencia.
- Nutrición poscompetición.
 - Ejemplo de un menú poscompetición.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Metodología



El desarrollo del programa formativo se realiza a distancia, el alumno dispondrá de los contenidos en formato PDF y realizará la evaluación en la plataforma online, esta plataforma está operativa 24x7x365 y además está adaptada a cualquier dispositivo móvil. El alumno en todo momento contará con el apoyo del departamento tutorial. Las tutorías se realizan mediante email (atenciontutorial@eshe.es) o través del sistema de mensajería que incorpora la plataforma online. Dentro de la plataforma encontrarás:

- Guía de la plataforma.
- Foros y chats para contactar con los tutores.
- Temario.
- Resúmenes.
- Vídeos.
- Guías y protocolos adicionales.
- Evaluaciones.
- Seguimiento del proceso formativo.

Inscribirme

