



Experto en **NUTRICIÓN DEPORTIVA**

Título Propio de Posgrado Universitario

Universidad Complutense de Madrid





SUMARIO



SUMARIO

PAG. 2

INTRODUCCIÓN

PAG. 3

METODOLOGÍA

PAG. 3

DESTINATARIOS

PAG. 3



PRUEBAS DE EVALUACIÓN

PAG. 3

DETALLES DEL TÍTULO

PAG. 4



PROGRAMA DE CLASES TEÓRICO/PRÁCTICAS

PAG. 5

PROFESORADO 1er Parte

PAG. 6



PROFESORADO 2ª Parte

PAG. 7

INFORMACIÓN Y CONTACTO

PAG. 8



Introducción

Este Curso de Experto en Nutrición Deportiva de la Facultad de Medicina de la Universidad Complutense de Madrid pretende dar respuesta a una demanda cada vez más creciente de formación en el ámbito de la Nutrición en el Deporte. En su plan de estudio incorpora una serie de módulos para capacitar a profesionales que asesoren a deportistas para conseguir mediante la nutrición un buen rendimiento deportivo y una dieta adecuada para obtener los mejores resultados deportivos, maximizar el rendimiento físico y mental. La Certificación ISAK 1 se incluye en uno de los Módulos del curso, cuyo objetivo es adquirir los conocimientos y habilidades teórico-prácticas necesarias para realizar una valoración antropométrica.

Metodología

Este **Posgrado UCM en Nutrición Deportiva** es un curso **presencial**, las clases se imparten los jueves todo el día y los viernes por la mañana. El Bloque teórico comienza en octubre y finaliza en febrero de 2020. El bloque práctico comienza en febrero y finaliza en abril. Es también obligatorio asistir un 70% a las clases teóricas y un 80% a prácticas.

El contenido del programa del presente curso responde a la necesidad y demanda de los distintos profesionales (nutricionales, médicos y licenciados en Ciencia de la Actividad Física y el Deporte de ampliar y mejorar sus conocimientos de nutrición en el ámbito deportivo como herramienta para la mejora del rendimiento.

Adaptar la nutrición a las características y particularidades de los distintos deportes, siendo esta equilibrada en cantidad y calidad así como formar en temas de alimentación a los deportistas con el fin de que ellos mismos identifiquen que comer.

Iniciar el estudio de los requerimientos nutricionales y particularidades en la alimentación de los deportistas con minusvalías físicas.

Destinatarios

El **Programa** de Posgrado en **Nutrición Deportiva** van dirigidos a Licenciados o Graduados en Medicina, Farmacia, Enfermería, Fisioterapia, Biología y Ciencias de la Actividad Física y Deporte.

Pruebas de evaluación

En todos los casos habrá que superar las pruebas de evaluación que se establezcan durante la impartición del programa (1 examen).



EXPERTO EN NUTRICIÓN DEPORTIVA

Programa teórico-practico presencial de Octubre a Abril

Organizado por la Facultad de Medicina de la Universidad Complutense de Madrid y la Escuela de Medicina del Deporte. **Dirigido por Prof. Francisco Miguel Tobal**, Vicedecano del Grado de Nutrición de la Facultad de Medicina de la UCM, Doctor en Medicina, Profesor titular de Universidad, Director de la Escuela de Medicina de la Educación Física y el Deporte.

Modalidad de enseñanza: **presencial**.

Lugar de impartición: El Programa Teórico y Práctico se lleva a cabo en el **Centro Médico y de Formación Continua PINEAL**, en la **Escuela de Medicina de la Educación Física y el Deporte de la Universidad Complutense de Madrid** y en **Centros Deportivos de Alto Rendimiento de la Comunidad de Madrid**. En las clases prácticas se planificarán dieta y se manejarán encuestas para la elaboración de un Informe Nutricional. Pruebas de esfuerzo y valoración funcional. Software de nutrición e ISAK nivel I (cineantromepetría)

Las clases teóricas se imparten los jueves todo el día (10 h. a 21 h.) y los viernes por la mañana (de 10h. a 15h.) desde la última semana de octubre hasta diciembre.

Las clases prácticas se impartirán desde la segunda semana de enero hasta la última semana de abril. (De lunes a viernes dependiendo de la agenda de pacientes en consulta.)

Créditos ECTS: 27 créditos

Más información

Teléfono: 00 34 911 992 920

Correo electrónico: scarpig@ucm.es / spuig@ucm.es

Página web y Preinscripción: https://www.ucm.es/estudios/experto-nutricion_deportiva_1

Reserva de plaza: 300 Euros (Una vez admitida la Solicitud de Preinscripción por la Dirección Académica, que se descontará del precio total de Matrícula)

Precio total Matrícula: 2.200 Euros

Modalidad de pago: 1 ó 2 pagos, a efectuar en octubre de 2019 y/o octubre 2019/enero 2020) .

Destinatarios: Licenciados o Graduados Medicina y Cirugía, Farmacia, Enfermería, Fisioterapia, Biología y Ciencias de la Actividad Física y Deporte.



Programa Teórico/Práctico

Bloque I: Módulos teóricos Nutrición Deportiva

- Nutrición y Alimentación en el deporte de alto nivel.
- Adaptaciones fisiológicas y sistemas de entrenamiento.
- Dieta de entrenamiento y competición.
- Dietas en comedores colectivos (CAR).
- Aspectos nutricionales específicos en la mujer deportista.
- Hidratación en el deportista.
- Dietas para la pérdida de peso y aumento de peso.
- Estrategias dietéticas en el deportista lesionado.
- Alimentos funcionales y rendimiento deportivo.
- Ergogenia y suplementación.
- Nutrición Alimentación equilibrada en deportistas con discapacidad física.
- Jet lag: acondicionamiento y dieta en desplazamientos.
- Dopaje: técnicas y sustancias.
- Tipos de dietas: disociada, vegetariana, paleodieta, hiperproteica.
- Dieta y alimentación en los distintos deportes:

- Tiro y golf - Natación
- Danza y gimnasia
- Halterofilia y fisiculturismo
- Deportes de equipo
- Triatlón
- Alta y media montaña
- Deportes de contacto
- Tenis
- Crossfit

Bloque II: Módulos prácticos Nutrición Deportiva

- Ingesta calórica (manejo de encuestas).
- Gasto energético.
- Informe nutricional.
- Analítica de sangre y orina.
- Pruebas de esfuerzo. Reconocimiento médico deportivo y valoración funcional.
- Software de nutrición.
- Seminario de dietas.
- ISAK NIVEL I (cineantropometría).
- PRÁCTICAS EN CENTROS DEPORTIVOS.



Profesorado

- **D. Antonio Andújar:** Diplomado en Nutrición Humana y Dietética
- **Dña. Aruka Chapinal:** Graduada en Nutrición Humana y Dietética. Entrenadora Personal. Nutricionista en Instituto METRAD Madrid.
- **Dña. Bárbara Sánchez.** Graduada en Nutrición Humana y Dietética por la universidad Alfonso X El Sabio. Dietista Nutricionista en el Club Atlético de Madrid Fémimas
- **Dña. Beatriz Corral Grimaldo.** Diplomada en Nutrición Humana y Dietética por la Universidad Complutense de Madrid. Curso sobre Nutrición Deportiva (202-2013). Máster en Nutrición Humana y Dietética aplicada.
- **Dña. Candelaria Soulas.** Diplomada en Nutrición Humana y Dietética. Master en Nutrición y Metabolismo (UCO).
- **D. Daniel Escaño Martín.** Diplomado en Nutrición Humana y Dietética. Especialista en rendimiento y Nutrición Deportiva.
- **Dr. Felipe Belinchón de Lucio.** Especialista en Dermatología y en Medicina de la Educación Física y el Deporte. Jefe del Servicio Médico de la Real Federación Española de Tiro Olímpico.
- **Dr. Francisco Javier López-Silvarrey Varela.** Doctor en Medicina. Especialista en Medicina de la Educación Física y el Deporte. Profesor de la Escuela Profesional de Medicina de la Educación Física y el Deporte. UCM.
- **D. José Miguel Martínez Sanz:** Diplomado en Nutrición Humana y Dietética. Profesor Asociado al Departamento de Enfermería de la Universidad de Alicante.
- **Dr. Francisco Miguel Tobal.** Doctor en Medicina. Profesor titular de Universidad y Director de la Escuela de Medicina de la Educación Física y el Deporte. UCM.
- **Dr. Juan José Ramos Álvarez.** Doctor en Medicina y Profesor Colaborador de la Escuela Profesional de Medicina de la Educación Física y el Deporte. UCM.
- **Dr. Julio César Legido Arce.** Catedrático de fisiología del ejercicio. Profesor Emérito de la Escuela Profesional de Medicina de la Educación Física y el Deporte de la UCM.
- **Dra. Marcela González-Gross.** Doctora en Farmacia. Catedrática en Universidad de la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. UPM.



Profesorado

- **Dra. María de la Concepción Pozo Municio.** Médico Especialista en Medicina de la Educación Física y el Deporte, Grado de Doctor. Profesora Asociada de la Escuela Profesional de Medicina de la Educación Física y el Deporte de la UCM y Profesora del Conservatorio Superior de Danza María de Ávila de la Comunidad de Madrid.
- **Maria Dolores Cabañas:** Catedrática de Universidad. Doctora en Medicina y Cirugía. Profesor Titular de la Facultad: Medicina de la Universidad Complutense de Madrid UCM. Acreditación de Nivel II en Cineantropometría por el ISAK (International Society for the Advancement of Kinanthropometry.) Miembro del Comité ejecutivo ISAK desde 2012-2017
- **D. Mario Rodríguez Collado.** Diplomado en Nutrición Humana y Dietética por la Universidad Complutense de Madrid. Curso sobre Nutrición Deportiva (202-2013)
- **Dra. Mercedes Galindo Canales.** Especialista en Medicina de la Educación Física y el Deporte. Catedrática de la Escuela Profesional de Medicina de la Educación Física y el Deporte. UCM.
- **Dña. Myriam Royo.** Diplomada en Nutrición Humana y Dietética por la Universidad Complutense de Madrid.

- **Dr. Néstor Vicente Salar:** Licenciado en Biología. Universidad de Alicante. Diplomado en Nutrición humana y Dietética. Universidad de Alicante. Doctor en Biología (Premio Extraordinario de Doctorado). Universidad Miguel Hernández (2009)
- **Dra. Nieves Palacios Gil-Antuñano.** Jefe de Servicio de Medicina, Endocrinología y Nutrición del Centro de Medicina del Deporte.
- **Dña. Noemí Rodríguez Palacios.** Diplomada en Nutrición Humana y Dietética. -Dra. Olga Torres. Profesora Asociada de la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte de la Universidad Politécnica de Madrid U.P.M. Miembro investigador en activo de ImFINE Research Group
- **Dra. Pilar Martín Escudero.** Doctora en Medicina y Cirugía y Profesora de la Escuela Profesional de Medicina de la Educación Física y el Deporte. UCM. Especialista en Medicina de la Educación Física y el Deporte por la UCM.
- **Dña. Yolanda Santiuste Blázquez.** Licenciada en Ciencias Biológicas. Master en Nutrición Humana y calidad de Alimentos.
- **Dra. Virginia Fernández Ruiz.** Licenciada en Farmacia por la Universidad Complutense de Madrid. Profesor asociado de la Universidad Complutense de Madrid.



Estudiar un Posgrado UCM en Nutrición Deportiva en la Universidad Complutense de Madrid

La Complutense ofrece una amplia oferta de Títulos de Posgrado Universitario de la más alta calidad en un entorno prestigioso y la calificación de Campus Internacional de Excelencia

Le invitamos a visitar nuestro sitio Web para obtener información sobre los Programas en Medicina Estética:

<https://pinealformacion.com/cursos/>
<https://www.ucm.es/estudios/experto-nutricion-deportiva-1>

Si quiere recibir más información:

scarpiog@ucm.es / spuig@ucm.es

Localización:
Universidad Complutense de Madrid
Facultad de Medicina
Pineal Formación - Centro Colaborador UCM
Avenida de América nº 49
28002 Madrid - España
Tlf: +34 911 992 920