



Universitat
de les Illes Balears

#UIB
Talent

Formació Avançada



2016-17 VIII Edición EXPERTO UNIVERSITARIO EN Nutrición y Alimentación Aplicada al Deporte

Título propio de la UIB (20 ECTS)

¿En qué consiste?

La alimentación se considera uno de los aspectos básicos para la mejora del rendimiento deportivo. La mejora y el control de la alimentación del deportista pueden contribuir a perfeccionar su rendimiento.

El ejercicio físico y la dieta son dos de los aspectos que más contribuyen a una vida saludable. Una alimentación adecuada permitirá a la persona que practica deporte mantener la salud de forma adecuada.

En este curso se darán nociones de nutrición aplicadas al deporte, el estudiante aprenderá a reconocer los nutrientes más adecuados no solo para el deportista sino también para la salud. Además, se darán las ideas básicas de las características esenciales de la dieta del deportista en diferentes situaciones

¿A quien va dirigido?

A graduados y licenciados en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, profesionales graduados o diplomados en Fisioterapia, Enfermería, Dietética y Nutrición Humana, licenciados en Medicina, estudiantes de las carreras mencionadas, deportistas, entrenadores, preparadores físicos, técnicos deportivos, técnicos en dietética y nutrición y otros profesionales de las ciencias de la salud que quieran profundizar y/o adquirir conocimientos en nutrición aplicada al deporte.

En general, personas que tengan interés en la nutrición y alimentación deportiva.



Pàgina

1 2 3 4 5

Más información:

formacio@fueib.org

Tel.: 971 25 96 96

<http://www.fueib.es/curs/nutricio>





Universitat
de les Illes Balears

#UIB
Talent
Formació Avançada



EXPERTO
UNIVERSITARIO

2016-17 VIII Edición EXPERTO UNIVERSITARIO EN Nutrición y Alimentación Aplicada al Deporte

Título propio de la UIB (20 ECTS)

¿Qué competencias adquirirás?

Competencias básicas:

- Aprender los conocimientos básicos en el campo de la dietética y nutrición.
- Conocer las pautas generales de la alimentación sana y equilibrada.
- Facilitar y fomentar la aplicación de la valoración dietética y nutricional.

Competencias específicas:

- Entender las particularidades de las dietas de entrenamiento, pre-competición, competición y recuperación.
- Conocer las principales ayudas ergogénicas y suplementos nutritivos en el mundo del deporte, así como las sustancias dopantes.
- Identificar situaciones y etapas especiales relacionadas con la nutrición y el deporte.

Competencias transversales:

- Entender de forma crítica artículos científicos relacionados con la nutrición y el deporte.
- Realizar trabajo cooperativo a través de la red.

Profesores

- **Aguiló Pons, Antoni.** Doctor en Medicina y cirugía. Departamento de Enfermería y Fisioterapia de la UIB.
- **Lozano Barrón, Leticia.** Diplomada en Dietética y Nutrición. Experta en Nutrición Deportiva. Departamento de Enfermería y Fisioterapia de la UIB.
- **Martínez Andreu, Sonia.** Doctora por la Universidad de les Illes Balears. Máster en nutrición y calidad alimentaria. Departamento de Enfermería y Fisioterapia de la UIB.
- **Moreno Gómez, Carlos.** Doctor por la Universidad de les Illes Balears. Máster en nutrición y calidad alimentaria. Departamento de Enfermería y Fisioterapia de la UIB.
- **Tauler Riera, Pedro J.** Doctor en Bioquímica. Departamento de Biología Fundamental y Ciencias de la Salud de la UIB.

Pàgina

1 2 3 4 5

Más información:

formacio@fueib.org

Tel.: 971 25 96 96

<http://www.fueib.es/curs/nutricio>





Universitat
de les Illes Balears

#UIB
Talent
Formació Avançada



2016-17 VIII Edición EXPERTO UNIVERSITARIO EN Nutrición y Alimentación Aplicada al Deporte

Título propio de la UIB (20 ECTS)

Estructura

TEMA 1

Introducción
a la Nutrición
Deportiva
(1,4 ECTS)

TEMA 2

Los
macronutrientes
y el ejercicio físico:
hidratos de
carbono, lípidos y
proteínas
(1,2 ECTS)

TEMA 3

Metabolismo
energético
(1,2 ECTS)

TEMA 4

Vitaminas,
minerales y
ejercicio físico
(1,2 ECTS)

TEMA 5

Hidratación en
el deportista
(1,2 ECTS)

TEMA 6

Los grupos de
alimentos
(1,4 ECTS)

EXPERTO
UNIVERSITARIO

Pàgina

1 2 3 4 5

Más información:

formacio@fueib.org

Tel.: 971 25 96 96

<http://www.fueib.es/curs/nutricio>





Universitat
de les Illes Balears

**#UIB
Talent**
Formació Avançada



2016-17 VIII Edició EXPERTO UNIVERSITARIO EN Nutrición y Alimentación Aplicada al Deporte

Título propio de la UIB (20 ECTS)

EXPERTO
UNIVERSITARIO

TEMA 7

Dieta
óptima. Dietas
de entrenamiento,
pre-competición,
competición y
recuperación
(1,8 ECTS)

TEMA 8

Valoración
nutricional
(1,8 ECTS)

TEMA 9

Ayudas
ergogénicas y
suplementos
nutritivos en el
mundo del
deporte
(1,4 ECTS)

TEMA 10

Dopaje
y
deporte
(1,4 ECTS)

TEMA 11

Alimentación
y nutrición
deportiva en
situaciones
especiales
(1,4 ECTS)

TEMA 12

Trabajo
de curso
(4,6 ECTS)

Pàgina

1 2 3 4 5

Más información:

formacio@fueib.org

Tel.: 971 25 96 96

<http://www.fueib.es/curs/nutricio>





Universitat
de les Illes Balears

#UIB
Talent
Formació Avançada



EXPERTO
UNIVERSITARIO

2016-17 VIII Edición EXPERTO UNIVERSITARIO EN Nutrición y Alimentación Aplicada al Deporte

Título propio de la UIB (20 ECTS)

Datos específicos

Directores:

Dr. Antoni Aguiló Pons. Doctor en Medicina y Cirugía. Especialista en Medicina del Deporte y la Actividad Física. Departamento de Enfermería y Fisioterapia de la UIB.

Dr. Pedro J. Tauler Riera. Doctor en Bioquímica. Especialista Universitario en Actividad Física, Salud y Rendimiento Deportivo. Departamento de Biología Fundamental y Ciencias de la Salud de la UIB.

Coordinadora:

Dra. Sonia Martínez. Doctora por la Universidad de les Illes Balears. Máster en nutrición y calidad alimentaria. Departamento de Enfermería y Fisioterapia de la UIB.

Número de plazas: Mínimo 40

Modalidad: Curso online

Duración: 20 ECTS

Fechas: Del 7 de octubre de 2016 al 31 de marzo de 2017

Plazo de matrícula: Hasta el inicio del curso o se agoten las plazas

Precio: 290 €

Únicamente se devolverá el importe de matrícula en caso de no admisión o no realización del curso.

Evaluación

Realización de actividades de evaluación mediante pruebas objetivas realizadas en la misma plataforma en línea.
Elaboración de un trabajo final de curso.

Titulación

- “Experto Universitario en Nutrición y Alimentación Aplicada al Deporte. Título propio de la UIB (20 ECTS)”, para los alumnos con titulación universitaria.
- “Diploma Universitario de Nutrición y Alimentación Aplicada al Deporte. Título propio de la UIB (20 ECTS)”, para los alumnos con acceso a la Universidad.
- “Diploma de Nutrición y Alimentación Aplicada al Deporte. Título propio de la UIB (20 ECTS)”, para los alumnos sin acceso a la Universidad.

Pàgina

1 2 3 4 5

Más información:

formacio@fueib.org

Tel.: 971 25 96 96

<http://www.fueib.es/curs/nutricio>





Universitat
de les Illes Balears



Fundació
Universitat
Empresa
de les Illes Balears

Un Campus lleno de oportunidades!

Conoce algunas de las facilidades que te ofrece la UIB y la Fundació Universitat-Empresa de les Illes Balears

- **Departamento de Orientación e Inserción Profesional (DOIP)**
Prácticas para prepararte para el mundo laboral y agencia de colocación.
- **Club de emprendedores**
El objetivo del Club es articular y desarrollar un itinerario de emprendeduría para no dejar ningún emprendedor potencial miembro de la comunidad UIB en el camino.
- **Wi-Fi y aulas de informática**
- **Bibliotecas**
- **Instalaciones Deportivas**
- **Residencia de Estudiantes**
- **Asociaciones de estudiantes**
- **Servicio médico y de farmacia**
- **Librería**
- **Servicio de reprografía**
- **Servicio de restauración y cafeterías**
- **Programa Alumni**

www.uib.cat
www.fueib.org
www.uibempren.org

