Universitat de les Illes Balears

#SOM UIB

2019-20 XI Edición

EXPERTO UNIVERSITARIO EN

Nutrición y Alimentación Aplicada al Deporte

Título propio de la UIB (20 ECTS)

EXPERTO

UNIVERSITARIO

Universitat de les Illes Balears

#UIB Talent
Formació Avançada

EXPERTO UNIVERSITARIO

2019-20 XI 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 un buen estado de salud.
En este curso se darán nociones de nutrición aplicadas al deporte, el estudiante aprenderá a reconocer los nutrientes más adecuados no sólo 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 quién 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.

Más información:
uibtalent@fueib.org
Tel.: 971 25 96 96
http://www.fueib.es/curs/nutricio

Universitat de les Illes Balears

#UIB Talent
Formació Avançada

EXPERTO UNIVERSITARIO

2019-20 XI 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.

Más información:
uibtalent@fueib.org
Tel.: 971 25 96 96
http://www.fueib.es/curs/nutricio

Universitat de les Illes Balears

#UIB Talent
Formació Avançada

EXPERTO UNIVERSITARIO

2019-20 XI 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)

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)

Más información:
uibtalent@fueib.org
Tel.: 971 25 96 96
http://www.fueib.es/curs/nutricio

Universitat de les Illes Balears

#UIB Talent
Formació Avançada

2019-20 XI Edición EXPERTO UNIVERSITARIO EN

Nutrición y Alimentación Aplicada al Deporte

Título propio de la UIB (20 ECTS)

EXPERTO UNIVERSITARIO

Evaluación

Realización de actividades de evaluación mediante pruebas objetivas realizadas en la misma plataforma en línea.

Elaboración de un trabajo 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 reglada.
- **"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.

Más información:
uibtalent@fueib.org
Tel.: 971 25 96 96
http://www.fueib.es/curs/nutricio

Universitat de les Illes Balears

#UIB Talent
Formació Avançada

EXPERTO UNIVERSITARIO

2019-20 XI 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. La dirección se reserva el derecho de anular el curso en caso de que no se alcance el número mínimo de alumnos necesario para que pueda impartirse.

Modalidad: Curso online

Idioma vehicular: Español

Duración: 20 ECTS

Fechas: del 4 de octubre de 2019 al 31 de marzo de 2020.

Plazo de inscripción: hasta el inicio del curso o que se agoten las plazas.

Precio: 290 €

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

[DOIP] Departament d'Orientació i Inserció Professional

Possibilitat de fer pràctiques remunerades a empreses i despatxos professionals.

+ INFO doip.fueib.org | doip@fueib.org | (+34) 971259697

Más información:
uibtalent@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**