



De:  
 Planeta Formación y Universidades

## MEMORIA DE MÁSTER DE FORMACIÓN PERMANENTE

<b>Nivel</b>	Máster de Formación Permanente
<b>Título</b>	Nutrición Deportiva
<b>Centro</b>	Facultad de Ciencias de la Salud
<b>Versión</b>	V 02

## Índice

<b>1. DESCRIPCIÓN, OBJETIVOS FORMATIVOS Y JUSTIFICACIÓN DEL TÍTULO. ... ¡ERROR! MARCADOR NO DEFINIDO.</b>	
1.1. Denominación del título.....	3
1.2. Ámbito de conocimiento.....	3
1.3. Especialidades del título.....	3
1.4. Universidad o universidades.....	3
1.5. Centro de impartición.....	3
1.6. Modalidad de enseñanza.....	4
1.7. Número total de créditos.....	4
1.8. Idiomas de impartición.....	4
1.9. Número de plazas ofertadas en el título.....	4
1.10. Calendario de implantación.....	4
1.11. Justificación.....	4
1.12. Objetivos formativos del título.....	5
1.13. Perfiles fundamentales de egreso.....	6
<b>2. RESULTADOS DEL PROCESO DE FORMACIÓN Y DE APRENDIZAJE.....</b>	<b>7</b>
<b>3. ADMISIÓN.....</b>	<b>11</b>
Requisitos de Acceso y Criterios de Admisión.....	11
Criterios de acceso generales.....	11
Criterios de acceso específicos.....	11
Criterios de admisión.....	12
<b>4. PLANIFICACIÓN DE LAS ENSEÑANZAS.....</b>	<b>13</b>
Estructura de las enseñanzas.....	13
Descripción detallada de materias y asignaturas.....	14
<b>5. PERSONAL ACADÉMICO Y DE APOYO A LA DOCENCIA.....</b>	<b>23</b>
<b>6. RECURSOS MATERIALES E INFRAESTRUCTURALES, PRÁCTICAS Y SERVICIOS.....</b>	<b>29</b>

## 1. DESCRIPCIÓN, OBJETIVOS FORMATIVOS Y JUSTIFICACIÓN DEL TÍTULO.

### 1.1. Denominación del título

<b>Nivel académico</b>	Máster de Formación Permanente Máster de Formación Permanente
<b>Denominación</b>	Nutrición Deportiva

### 1.2. Ámbito de conocimiento

<b>Rama</b>	Ciencias de la Salud
<b>Ámbito de conocimiento</b>	Fisioterapia, podología, nutrición y dietética, terapia ocupacional, óptica y optometría y logopedia.

### 1.3. Especialidades del título

No aplica

### 1.4. Universidad o universidades

<b>Universidad</b>	Universidad Internacional de Valencia
<b>Título conjunto o interuniversitario</b>	Internacional

### 1.5. Centro de impartición

<b>Centro</b>	Facultad de Ciencias de la Salud
---------------	----------------------------------

## 1.6. Modalidad de enseñanza

---

<b>Modalidad</b>	Híbrida
------------------	---------

---

## 1.7. Número total de créditos

---

<b>Créditos Obligatorios</b>	54
<b>Créditos Trabajo Fin de Máster</b>	6
<b>Créditos ECTS totales</b>	<b>60</b>

## 1.8. Idiomas de impartición

---

<b>Idioma de impartición</b>	Castellano
------------------------------	------------

---

## 1.9. Número de plazas ofertadas en el título

---

### Plazas ofertadas

<b>Número total de plazas</b>	180
<b>Plazas de nuevo ingreso</b>	180

## 1.10. Calendario de implantación

---

El Máster de Formación Permanente en Nutrición Deportiva se implantará en el curso 2024/2025 en la edición de Octubre 24.

## 1.11. Justificación

---

Los resultados de la edición 2022 de la Encuesta de Hábitos Deportivos indican que aproximadamente 6 de cada 10 personas de 15 años en adelante practicó deporte en el último año, 57,3%, ya sea de forma periódica u ocasional (Ministerio de Cultura y Deporte, 2023)<sup>1</sup>. Cada vez más, el deportista profesional, semiprofesional o aficionado reconoce la importancia de su alimentación para mantener un buen estado de salud y, al mismo tiempo, optimizar su rendimiento deportivo, convirtiendo la nutrición en el pilar fundamental de sus objetivos deportivos. A su vez, los deportistas profesionales desean llevar su rendimiento al máximo, y

una alimentación adecuada a su actividad e intensidad va a ser crucial para conseguir sus objetivos profesionales.

Esta realidad ha generado una demanda de profesionales cualificados capaces de asesorar debidamente a los deportistas y que sean capaces de evaluar la situación de cada persona y planificar una alimentación específica acorde a su estado y al objetivo deportivo deseado, siempre desde el rigor científico y cuidando la salud, elemento esencial en la consecución del máximo rendimiento. A través de esta formación, el estudiante será capaz de identificar los aspectos más importantes para personalizar la alimentación según las características y el tipo de prueba de un deportista, así como para conocer qué suplementos nutricionales pueden ser necesarios en función de las características de la competición. El estudiante tendrá una visión global de la alimentación antes, durante y después de la competición, y de cómo ésta determina el rendimiento y la recuperación.

Es fundamental dotar al estudiante de conocimientos sobre los últimos avances en nutrición y alimentación deportiva mediante la evidencia científica, como sucede en el caso de las recomendaciones de ayudas ergogénicas, suplementos y alimentos funcionales. Que los estudiantes sean capaces de conocer y aplicar los principales avances en el campo de la nutrigenética y la nutrigenómica en el ámbito de la actividad física y el deporte. Conocer los principales avances en la relación de la microbiota intestinal y la inmunonutrición en la mejora del rendimiento deportivo. En definitiva, formar a profesionales capaces de evaluar el estado nutricional de un individuo y realizar las recomendaciones nutricionales de forma personalizada para optimizar el rendimiento y la consecución de los objetivos deportivos.

<sup>1</sup>Ministerio de Cultura y Deporte, Gobierno de España (2023). Encuesta de Hábitos Deportivos en España 2022. <https://www.culturaydeporte.gob.es/servicios-al-ciudadano/estadisticas/deportes/encuesta-habitos-deportivos-en-espana.html>

## 1.12. Objetivos formativos del título

---

El principal objetivo de esta titulación es completar la formación de profesionales interesados en la nutrición aplicada a la actividad física y el deporte, desarrollando competencias en la valoración y el seguimiento nutricional del deportista. Mediante el diseño de programas nutricionales adaptados a las diferentes disciplinas deportivas con el objetivo de obtener el máximo rendimiento deportivo.

El objetivo es formar profesionales que puedan desempeñar su actividad sobre unos conocimientos actualizados en nutrición deportiva y puedan promocionar la adquisición de hábitos saludables desde perspectivas más eficaces acorde a las demandas actuales de la población. Dominando las principales técnicas de investigación y herramientas informáticas en

el campo de la nutrición para fundamentar su trabajo desde el rigor científico y, por supuesto, cuidando la salud, elemento esencial en la consecución del máximo rendimiento.

### 1.13. Perfiles fundamentales de egreso

---

Los estudiantes que obtengan el título del Máster de Formación Permanente en Nutrición Deportiva poseerán los conocimientos y las competencias para la promoción y protección de la salud humana, siendo capaces de realizar recomendaciones dietético-nutricionales aplicadas a diferentes disciplinas deportivas: deportes de resistencia, de fuerza o de equipo.

Se formará a profesionales con capacidad de intervención sobre la población humana, siendo además competentes en la actividad investigadora en el ámbito de la alimentación, la nutrición y la práctica deportiva, sobre individuos o colectivos, con objeto de mantener, recuperar o promocionar la salud de las personas a través de una correcta alimentación aplicada a la práctica de un tipo de ejercicio físico específico.

El perfil del egresado se adecúa perfectamente a la creciente demanda de profesionales con conocimientos en nutrición aplicados a la actividad física y el ejercicio por parte de aficionados al deporte, deportistas y entidades deportivas. Este tipo de asesoramiento es una realidad tanto en la consulta de medicina, centros de nutrición, centros de entrenamiento, en la consulta de fisioterapia, en la farmacia, e incluso en la consulta de psicología. El Máster de Formación Permanente en Nutrición Deportiva ofrece una amplia gama de salidas profesionales en diversos campos relacionados con la salud, el deporte y la alimentación:

- Nutricionista Deportivo en Clubes Deportivos Profesionales
- Consultor de Nutrición en Centros de Alto Rendimiento
- Asesor Nutricional en Gimnasios y Centros de Fitness
- Investigador en Nutrición Deportiva
- Desarrollador de Productos Nutricionales
- Nutricionista en Clínicas de Rehabilitación Deportiva
- Consultor Independiente de Nutrición Deportiva

## 2. RESULTADOS DEL PROCESO DE FORMACIÓN Y DE APRENDIZAJE

CÓDIGO	COMPETENCIAS
C01	Aplicar la ciencia de los alimentos y de la nutrición a la práctica deportiva.
C02	Identificar y clasificar los alimentos, productos alimenticios e ingredientes alimentarios.
C03	Identificar las bases de una alimentación saludable (completa, variada y adaptada).
C04	Comprender las principales rutas metabólicas de obtención de energía para la práctica deportiva.
C05	Calcular los requerimientos nutricionales de cualquier individuo en situación de salud y enfermedad en cualquier etapa del ciclo vital.
C06	Evaluar la composición corporal de un sujeto a través de mediciones precisas de diferentes partes del cuerpo para conocer su estado nutricional.
C07	Planificar, realizar e interpretar la evaluación del estado nutricional de sujetos y/o grupos, tanto sanos (en todas las situaciones fisiológicas) como enfermos. Realizar valoraciones nutricionales en función de evaluaciones antropométricas.
C08	Identificar los problemas dietético-nutricionales del paciente, así como los factores de riesgo y las prácticas inadecuadas.
C09	Elaborar e interpretar una historia dietética en deportistas. Interpretar una historia clínica. Comprender y utilizar la terminología empleada en ciencias de la salud.
C10	Interpretar e integrar los datos clínicos, bioquímicos y farmacológicos en la valoración nutricional del deportista y en su tratamiento dietético-nutricional.
C11	Realizar recomendaciones dietético-nutricionales aplicadas a diferentes disciplinas deportivas: deportes de resistencia, de fuerza o de equipo, de velocidad y potencia o por peso.
C12	Realizar recomendaciones rigurosas en la complementación nutricional a través de pautas nutricionales, suplementos ergogénicos y nutracéuticos en función de los distintos tipos de deporte: anaeróbico o aeróbico.
C13	Aplicar las bases de la nutrición clínica a la dietoterapia aplicada al ejercicio físico.
C14	Planificar, implantar y evaluar estrategias nutricionales terapéuticas para deportistas profesionales y aficionados al deporte.
C15	Manejar las principales fuentes de información científica y bases de datos en el campo de la nutrición y el deporte.
C16	Aplicar los principales avances en el campo de la inmunonutrición y la genómica nutricional en el ámbito de la actividad física y el deporte.

C17	Identificar posibles trastornos de la conducta alimentaria y actitudes y conductas de riesgo en el ámbito deportivo.
C18	Conocer los principales avances científicos en la relación existente entre la microbiota intestinal con la salud del deportista y su modulación a través de la dieta para la mejora del rendimiento deportivo.
C19	Educar y recomendar sobre la complementación de la dieta mediante el empleo de alimentación funcional, ayudas ergogénicas y suplementos en base a la evidencia científica.
C20	Trabajo Fin de Máster. Materia transversal cuyo trabajo se realizará asociado a distintas materias.
<b>CÓDIGO</b>	<b>HABILIDADES O DESTREZAS</b>
H01	Adquirir habilidades de trabajo en equipo de forma multidisciplinar e interdisciplinar con otros profesionales relacionados con la evaluación diagnóstica y tratamiento dietético-nutricional en el ámbito de la práctica deportiva.
H02	Adquirir habilidades en la evaluación el estado nutricional de un individuo y realizar las recomendaciones nutricionales de forma personalizada para optimizar el rendimiento deportivo y la consecución de los objetivos deportivos.
H03	Asesorar científica y técnicamente sobre la planificación nutricional y alimentación del deportista y el seguimiento de las pautas dietéticas a lo largo del tiempo.
H04	Participar en equipos empresariales de entidades deportivas en el campo del marketing social, publicidad y alegaciones saludables.
H05	Integrar los patrones psicológicos y socioculturales que sustentan la adopción de los hábitos alimenticios adecuados en el ámbito de la nutrición deportiva.
H06	Enfocar la nutrición en todos los ciclos del deporte: el descanso, la fase activa y la de recuperación.
H07	Participar en el equipo multidisciplinar de un centro deportivo.
H08	Manejar las herramientas informáticas básicas utilizadas en el campo de la Alimentación, Nutrición y la Dietética aplicada a la práctica deportiva.
H09	Ser capaz de fundamentar los principios científicos que sustentan la intervención del dietista-nutricionista, supeditando su actuación profesional a la evidencia científica.
H10	Ser capaz de analizar la problemática derivada de la práctica deportiva, de los requerimientos nutricionales para cada tipo de práctica deportiva y analizar las posibles soluciones a partir de la búsqueda de información con el mayor rigor científico obtenido en el campo de la nutrición.
H11	Adquirir competencias sociales, comunicativas, organizativas, de análisis y de responsabilidad en el ámbito de la psicología en la actividad física y el deporte.

H12	Ser capaz de manejar herramientas que permitan generar y transmitir conocimientos, así como aumentar la formación de los individuos sobre nutrición y salud en el ámbito deportivo.
CÓDIGO	CONOCIMIENTOS O CONTENIDOS
CC1	Conocer los nutrientes, sus funciones y los fundamentos bioquímicos y biológicos de aplicación en el ámbito de la nutrición humana y la dietética.
CC2	Conocer la estructura y función del cuerpo humano en el contexto del ejercicio físico en las distintas etapas de la vida.
CC3	Conocer los aspectos fisiológicos y metabólicos de la nutrición y cómo condicionan el rendimiento deportivo del individuo.
CC4	Conocer la composición química de los alimentos, sus propiedades fisicoquímicas, su valor nutritivo, su biodisponibilidad, sus características organolépticas y las modificaciones que sufren como consecuencia de los procesos tecnológicos y culinarios.
CC5	Conocer los aspectos nutricionales del deportista en las distintas etapas vitales: infancia, adolescencia, edad adulta y vejez y sus necesidades específicas en el rendimiento deportivo.
CC6	Conocer las bases y fundamentos de la alimentación y la nutrición humana.
CC7	Conocer la aplicación de la inmunonutrición y la genómica nutricional en el contexto de la nutrición personalizada.
CC8	Conocer las bases psicológicas y los factores biopsicosociales que inciden en el comportamiento humano.
CC9	Satisfacer las expectativas sociales de demanda de información en materia de nutrición deportiva y como adaptarlo en la alimentación humana habitual de forma saludable.
CC10	Conocer los aspectos nutricionales de la mujer deportista: particularidades hormonales y su influencia en el rendimiento deportivo.
CC11	Conocer las técnicas culinarias para optimizar las características organolépticas y nutricionales de los alimentos, con respeto a la gastronomía tradicional.
CC12	Conocer, detectar precozmente y evaluar las desviaciones por exceso o defecto, cuantitativas y cualitativas, del balance nutricional.
CC13	Conocer los aspectos fisiopatológicos de las principales enfermedades relacionadas con una nutrición inadecuada en la práctica deportiva.
CC14	Conocer los principales avances en la relación de la microbiota intestinal y la inmunonutrición en la mejora del rendimiento deportivo.
CC15	Conocer los requerimientos específicos de un deportista de alto rendimiento y diseñar la mejor estrategia dietético-nutricional para abordar la mejora en sus objetivos deportivos.

CC16	Conocer los últimos avances en nutrición y alimentación deportiva basando las recomendaciones de ayudas ergonutricionales y alimentos funcionales en la evidencia científica.
CC17	Comprender la farmacología clínica y la interacción entre fármacos y nutrientes.
CC18	Conocer los límites legales y éticos de la práctica dietética.
CC19	Conocer las principales fuentes de información y bases de datos para la búsqueda de información con rigor científico en el ámbito de la nutrición.
CC20	Conocer las principales herramientas informáticas aplicadas a la planificación de la nutrición personalizada en el contexto de la práctica deportiva.

### 3. ADMISIÓN

#### Requisitos de Acceso y Criterios de Admisión

---

##### Criterios de acceso generales

---

De acuerdo con lo establecido en el Real Decreto 822/2021, de 28 de septiembre, por el que se establece la organización de las enseñanzas universitarias y del procedimiento de aseguramiento de su calidad y la Disposición adicional décima séptima de la LOSU que otorga acceso a titulaciones de formación permanente y a lo largo de la vida. esta Universidad establece las siguientes condiciones de acceso:

- Para acceder al presente Máster de Formación Permanente se deberá estar en posesión de un título oficial de grado universitario u otra titulación equivalente que habilite el acceso a estudios de postgrado oficiales de conformidad con la legislación vigente.
- Las personas que no posean ninguna titulación universitaria habilitante para acceder a las titulaciones de formación permanente y que puedan acreditar experiencia laboral o profesional con nivel competencial equivalente a la formación académica universitaria, podrán acceder a las enseñanzas universitarias de formación permanente mediante un procedimiento de reconocimiento de la experiencia profesional.

##### Criterios de acceso específicos

---

Para el acceso al Máster de Formación Permanente en Nutrición Deportiva, los candidatos deberán encontrarse en, al menos, una de las siguientes circunstancias:

Estar en posesión de una titulación universitaria, preferiblemente en el área de Ciencias de la Salud.

- Graduado/Diplomado/Licenciado en Nutrición Humana y Dietética, Tecnología de los Alimentos, Ciencias Gastronómicas, Actividad Física y Deporte, Fisioterapia, Enfermería, Medicina, Farmacia, Ciencias Biomédicas, Biotecnología, Biomedicina, Bioquímica, Biología y Química.
- Otras titulaciones de Grado/Diplomatura/Licenciatura que estén directamente vinculadas al área de las Ciencias de la Salud y la Actividad Física y el Deporte.
- Acreditar experiencia laboral o profesional con nivel competencial equivalente a la formación académica universitaria vinculada al perfil de egreso detallado en la presente memoria.

## Criterios de admisión

---

La **Comisión Académica de Admisiones** examinará los currículos de los candidatos para decidir si proceder con su matriculación, de acuerdo con los perfiles de ingreso y los requisitos de formación previa establecidos.

Se valorarán los méritos aportados por los candidatos de acuerdo con los siguientes criterios:

- Completar con los criterios específicos de valoración para poder acceder al título.

Este programa va dirigido a personas con un interés especial por temas relacionados con la nutrición en el ámbito de la práctica deportiva, que deseen ampliar sus conocimientos para el mejor ejercicio de su profesión.

## 4. PLANIFICACIÓN DE LAS ENSEÑANZAS

### Estructura de las enseñanzas

#### DISTRIBUCIÓN DEL PLAN DE ESTUDIOS EN CRÉDITOS ECTS POR TIPO DE MATERIA

TIPO DE MATERIA	CRÉDITOS
Obligatorias	54
Trabajo de Fin de Máster	6
<b>CRÉDITOS TOTALES</b>	<b>60</b>

#### DISTRIBUCIÓN DEL PLAN DE ESTUDIOS SEGÚN MATERIAS Y ASIGNATURAS

Cumplimentar la tabla indicando las asignaturas del Plan de Estudios, su carga en ECTS, su carácter (OB/OP/PE) y la materia a la que pertenecen. En caso necesario, se pueden agregar filas. Resulta recomendable fusionar las celdas en la columna materia para aquellas asignaturas que compartan una misma materia.

ESTRUCTURA ACADÉMICA DEL PLAN DE ESTUDIOS		
Materias	Asignaturas	ECTS
Fisiología del ejercicio físico	Aspectos fisiológicos y metabólicos del ejercicio físico	6
	Cineantropometría para la programación del entrenamiento deportivo	6
Nutrición y alimentación en el ámbito deportivo	Nutrición y alimentación en el deporte	6
	Planificación dietético-nutricional del deportista	6
	Ayudas ergogénicas y farmacología	6
	Avances en nutrición deportiva basados en la evidencia científica	6
Otras competencias en nutrición deportiva	Aspectos psicológicos implicados en la alimentación y el deporte	6
	Inmunonutrición, microbiota y genómica nutricional en la mejora del rendimiento deportivo	6
	Estudio de casos en el diseño de estrategias nutricionales para deportistas de alto rendimiento	6
Trabajo Final de Máster	Trabajo Final de Máster	6

## DISTRIBUCIÓN TEMPORAL DEL PLAN DE ESTUDIOS

<b>PRIMER SEMESTRE</b>		
<b>Asignatura</b>	<b>ECTS</b>	<b>Carácter</b>
Aspectos fisiológicos y metabólicos del ejercicio físico	OB	6
Cineantropometría para la programación del entrenamiento deportivo	OB	6
Nutrición y alimentación en el deporte	OB	6
Planificación dietético-nutricional del deportista	OB	6
Ayudas ergogénicas y farmacología	OB	6
<b>SEGUNDO SEMESTRE</b>		
<b>Asignatura</b>	<b>ECTS</b>	<b>Carácter</b>
Inmunonutrición, microbiota y genómica nutricional en la mejora del rendimiento deportivo	OB	6
Aspectos psicológicos implicados en la alimentación y el deporte	OB	6
Avances en nutrición deportiva basados en la evidencia científica	OB	6
Estudio de casos en el diseño de estrategias nutricionales para deportistas de alto rendimiento	OB	6
Trabajo Final de Máster	TFT	6

## DETALLE DE LA ESTRUCTURA DE LAS ESPECIALIDADES DEL TÍTULO

Descripción detallada de materias y asignaturas

<b>MATERIA 1:</b>		
<b>Denominación de la materia</b>	<b>Créditos ECTS</b>	<b>Tipología</b>
Fisiología del ejercicio físico	12	Obligatoria
Lenguas	Castellano	
<b>Asignaturas</b>	<b>Temporalización</b>	<b>ECTS</b>
Aspectos fisiológicos y metabólicos del ejercicio físico	1er semestre	6

Cineantropometría para la programación del entrenamiento deportivo	1er semestre	6
<p><b>Contenidos</b></p> <p><b>Aspectos fisiológicos y metabólicos del ejercicio físico:</b></p> <p>En esta asignatura se imparten los conocimientos básicos de la función del cuerpo humano, así como de los tejidos y órganos que lo componen, haciendo especial mención a los implicados en la práctica deportiva. Se estudiará por separado los diferentes aparatos y sistemas y la interrelación de todos ellos. Además, se estudiarán las principales rutas bioquímicas para la obtención de energía y las rutas metabólicas implicadas en la actividad y el ejercicio físico.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Introducción a la fisiología.</li> <li>• Fisiología del sistema neuromuscular y control de la función motora.</li> <li>• Adaptación cardiorrespiratoria, hematológica y regulación de la temperatura durante el ejercicio.</li> <li>• Sistema nervioso y endocrino. Regulación vegetativa y hormonal.</li> <li>• Función renal durante el ejercicio.</li> <li>• Función hepática durante el ejercicio.</li> <li>• Aspectos clínicos en la fisiología del ejercicio. Aspectos clínicos en función del grupo de edad y en situaciones específicas.</li> <li>• Capacidad funcional aeróbica y anaeróbica.</li> <li>• Rutas bioquímicas para la producción de energía.</li> <li>• Nutrición y metabolismo en el ejercicio.</li> <li>• Aspectos relevantes en el metabolismo de deportistas de alto rendimiento.</li> </ul> <p><b>Cineantropometría para la programación del entrenamiento deportivo:</b></p> <p>Estudio de la cineantropometría para el estudio y la evaluación de la composición corporal del deportista, cuyo conocimiento posee una importancia fundamental en el diagnóstico de la condición física y nutricional del deportista. Además, la asignatura tiene como objetivo capacitar al alumno para diseñar, fundamentar, analizar, prescribir y controlar programas de entrenamiento físico para sujetos de diferentes edades y niveles de rendimiento pertenecientes a distintas especialidades deportivas.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Antropometría general.</li> <li>• Cineantropometría.</li> <li>• Métodos y fórmulas para el cálculo de la composición corporal.</li> <li>• Somatotipo: clasificación y aplicación. Metodologías para el cálculo del somatotipo.</li> <li>• Práctica de mediciones antropométricas. Recomendaciones para la realización de una correcta medición antropométrica (simulación/video).</li> <li>• Valoración funcional del deportista. Índices corporales.</li> </ul>		

- Principios básicos para la planificación, periodización y programación del entrenamiento deportivo.
- Diferencias en los requerimientos para un entrenamiento de fuerza, resistencia, velocidad, técnica deportiva y/o flexibilidad
- Análisis de la carga de entrenamiento.
- Formas y estrategias de programación en el entrenamiento para deportistas de alto rendimiento.
- Entrenamiento adaptado a las distintas etapas de la vida.
- Entrenamiento adaptado a situaciones específicas.

**Resultados básicos de aprendizaje**

Competencias

C1, C04, C06, C07, C10

Habilidades o destrezas

H01, H06, H09, H10

Conocimientos o contenidos

CC1, CC2, CC3, CC10, CC12, C13

Observaciones

**MATERIA 2:**

Denominación de la materia	Créditos ECTS	Tipología
Nutrición y alimentación en el ámbito deportivo	24	Obligatoria
Lenguas	Castellano	
Asignaturas	Temporalización	ECTS
Nutrición y alimentación en el deporte	1er semestre	6
Planificación dietético-nutricional del deportista	1er semestre	6
Ayudas ergogénicas y farmacología	1er semestre	6
Avances en nutrición deportiva basados en la evidencia científica	2º semestre	6
<b>Contenidos</b>		

### **Nutrición y alimentación en el deporte:**

La asignatura permite conocer los principios esenciales en nutrición deportiva con especial atención a los nutrientes, sus funciones y utilización en el organismo, así como las fuentes alimentarias más importantes. Saber utilizar e interpretar las tablas de ingestas recomendadas, los objetivos nutricionales y las guías de la alimentación como base para la valoración de dietas. Saber determinar e interpretar el estado nutricional de un individuo mediante la utilización de encuestas alimentarias, datos antropométricos, parámetros bioquímicos y clínicos, constituyendo una herramienta para la mejora y el mantenimiento de la salud en deportistas.

- Macronutrientes y micronutrientes en el deporte.
- Composición y propiedades de los alimentos.
- Tablas de composición de alimentos.
- Bases de datos nutricionales.
- Etiquetado de alimentos. Análisis de la composición de los alimentos.
- Valoración de la calidad nutricional de alimentos y platos preparados.
- Alimentación para deportistas.
- Bebidas para deportistas: composición y utilización.
- Bioenergética durante el ejercicio y el entrenamiento deportivo.
- Evaluación del estado nutricional de la persona físicamente activa.
- Evaluación nutricional, bioquímica y antropométrica.
- Recomendaciones nutricionales adaptadas a los distintos ciclos de la vida.

### **Planificación dietético-nutricional del deportista:**

En esta asignatura se estudiarán las estrategias para realizar una adecuada planificación nutricional y dietética en diferentes momentos y modalidades deportivas. Además, se estudiará la relevancia de la hidratación en diferentes momentos y modalidades deportivas como (antes, durante y después) en deportes de fuerza, deportes de resistencia y deportes de equipo:

- Introducción a los principios de la dietoterapia.
- Planificación y diseño de dietas.
- Planificación dietética aplicada al deporte durante la infancia y adolescencia.
- Planificación dietética aplicada a la mujer deportista.
- Planificación dietética para el adulto mayor deportista.
- Planificación dietética durante la recuperación de lesiones.
- Planificación dietética para deportistas con patologías específicas.
- Planificación dietética para deportistas paralímpicos.
- Planificación dietética para deportistas de alto rendimiento en deportes de fuerza, de resistencia y deportes de equipo.

- Planificación nutricional y dietética según el momento deportivo (antes, durante y después) en deportes de fuerza, de resistencia y deportes de equipo.
- Pautas de hidratación según el momento deportivo (antes, durante y después) en deportes de fuerza, deportes de resistencia y deportes de equipo.
- Tecnología culinaria y modificaciones que sufren los alimentos como consecuencia de los procesos tecnológicos del cocinado.
- Casos reales prácticos.

#### **Ayudas ergogénicas y farmacología:**

Conocimiento sobre las ayudas ergogénicas nutricionales que existen, así como sus efectos y diferentes aspectos prácticos, que ayudarán a que el estudiante pueda recomendarlas o no en su ejercicio profesional. Los estudiantes ampliarán los conocimientos en relación con las ayudas ergogénicas y sus efectos sobre el rendimiento deportivo, así como sobre los tipos, clasificación y usos de estas ayudas en las diferentes situaciones y ámbitos deportivos.

- Introducción a la suplementación y ayudas ergonutricionales en el deporte.
- Clasificación de ayudas ergogénicas. Evidencia científica.
- Alimentos funcionales en el deporte.
- Planificación de la suplementación ergonutricional y alimentación funcional en diferentes momentos y modalidades deportivas.
- Planificación de ayudas ergonutricionales en deportes de fuerza, en deportes de resistencia y en deportes de equipo.
- Ayudas ergogénicas farmacológicas. Interacciones de los alimentos con los medicamentos.
- Sustancias dopantes. Métodos prohibidos. Normativa en materia de dopaje.
- Casos reales prácticos y planificación ergonutricional.

#### **Avances en nutrición deportiva basados en la evidencia científica:**

Esta asignatura proporciona las herramientas para llevar a cabo una correcta y actualizada búsqueda, interpretación y redacción de documentos divulgativos. Además, proporcionará los conceptos fundamentales para iniciarse en la investigación en el campo de la nutrición siguiendo el método científico.

Además, da a conocer los fundamentos tecnológicos en los que apoyarse a la hora llevar a cabo la resolución de problemas en el ámbito del ejercicio o la nutrición. Además, muestra las redes sociales como herramienta de comunicación en el marco de la nutrición deportiva.

- Introducción a la literatura y fuentes de información científica.
- El método científico.
- Búsqueda de fuentes de información.
- Nuevas tecnologías en Ciencias de la Salud.

- Recursos tecnológicos de aplicación en el ámbito de la nutrición.
- Estudio de las redes sociales como herramienta de comunicación en el marco del ejercicio y la nutrición para la salud.
- Manejo de herramientas informáticas, aplicaciones web y *software* aplicados en el ámbito de la nutrición deportiva.
- Manejo de diferentes *software* para la gestión integral y seguimiento de la planificación y programación dietético-nutricional de deportistas de alto rendimiento.

<b>Resultados básicos de aprendizaje</b>
Competencias
C01, C02, C03, C05, C07, C08, C09, C10, C11, C12, C13, C14, C19,
Habilidades o destrezas
H01, H02, H03, H06, H09, H10
Conocimientos o contenidos
CC1, CC4, CC5, CC6, CC9, CC10, CC11, CC12, CC13, CC15
Observaciones

<b>MATERIA 3:</b>		
<b>Denominación de la materia</b>	<b>Créditos ECTS</b>	<b>Tipología</b>
Otras competencias en nutrición deportiva	18	Obligatoria
Lenguas	Castellano	
<b>Asignaturas</b>	<b>Temporalización</b>	<b>ECTS</b>
Aspectos psicológicos implicados en la nutrición y el deporte	2º semestre	6
Inmunonutrición, microbiota y genómica nutricional en la mejora del rendimiento deportivo	2º semestre	6
Estudio de casos en el diseño de estrategias nutricionales para deportistas de alto rendimiento	2º semestre	6
<b>Contenidos</b>		
<b>Aspectos psicológicos implicados en la nutrición y el deporte:</b>		

La asignatura permite identificar los aspectos psicológicos que pueden influir en los hábitos alimentarios de los deportistas y su relación con la optimización del rendimiento y su bienestar. Además, permite conocer distintas estrategias de intervención para optimizar el rendimiento de los deportistas. Proporciona las herramientas para aprender a detectar precozmente posibles trastornos de la conducta alimentaria y actitudes y conductas de riesgo en el ámbito deportivo, así como estrategias para su manejo hacia una adecuada derivación.

- Procesos psicológicos básicos implicados en la práctica deportiva (cognición, motivación, emoción, aprendizaje, atención y concentración).
- Estrategias y técnicas de intervención en psicología del deporte.
- Estrategias y técnicas de intervención en psiconutrición.
- Hábitos alimentarios.
- Trastornos de la conducta alimentaria (TCA) y otros problemas conductuales relacionados con el deporte (vigorexia, ortorexia).
- Evaluación y detección precoz de conductas de riesgo relacionadas con la alimentación en la práctica deportiva de alta nivel.
- Psicología del deporte en poblaciones con necesidades especiales.
- Psicología del deporte en deportistas de alto rendimiento.

#### **Inmunonutrición, microbiota y genómica nutricional en la mejora del rendimiento deportivo:**

Esta asignatura permite la adquisición de los conocimientos básicos necesarios para la comprensión de la respuesta inmunitaria como proceso fisiológico y su implicación en diferentes patologías. Además, muestra la aplicación de la inmunonutrición en el ámbito deportivo, a través de la modulación de la respuesta inmunológica de los deportistas mediante la administración de ciertos nutrientes y/o alimentos.

Muestra la inmunonutrición como herramienta para mantener una microbiota intestinal sana, permitiendo así potenciar la tolerancia inmunológica frente a patógenos intestinales, ayudar en el tratamiento de diversas enfermedades y mejorar la calidad de vida del deportista.

Además, la asignatura proporciona conocimiento global sobre genética, nutrientes e interacciones genoma-dieta. Comprensión de los mecanismos por los cuáles los nutrientes pueden modificar la expresión génica y la potencial personalización dietética de estos avances:

- El sistema inmunitario y la alimentación.
- Nutrientes, ejercicio físico y sistema inmunitario.
- La dieta como moduladora del sistema inmunitario.
- Inmunonutrición en diferentes estados patológicos (enfermedades autoinmunes, inmunodepresión, etc.)
- Microbiota intestinal.
- Alimentación, ejercicio físico y microbiota intestinal.

- Alimentos funcionales (probióticos y prebióticos) en el contexto de la práctica deportiva.
- Microbiota intestinal, disbiosis y sistema inmunitario en el deporte.
- Bases moleculares de la variabilidad genética y de la expresión génica.
- Nutrigenética y nutrigenómica.
- Epigenética y nutrientes.
- Nutrición personalizada como moduladora del sistema inmunitario en las distintas etapas de la vida.

**Estudio de casos en el diseño de estrategias nutricionales para deportistas de alto rendimiento:**

Los contenidos que se desarrollan en esta asignatura tienen un enfoque práctico y su principal objetivo es que el alumnado pueda hacer una transferencia teórica a la práctica profesional de todo lo aprendido a lo largo del Máster. La aplicación de los conceptos teóricos propicia el desarrollo de competencias y capacidades vinculadas al mundo profesional, y permite diseñar la mejor estrategia nutricional para deportistas de alto rendimiento.

El análisis de casos prácticos se convierte en un aprendizaje significativo, al tener que mostrar y analizar cómo los expertos han resuelto o pueden resolver sus problemas, las decisiones que han tomado o podrían tomar y los valores, técnicas y recursos implicados en cada una de las posibles alternativas. El hecho de buscar una comprensión e interpretación completa del caso, así como de las decisiones y posibles puntos de vista, provoca un aprendizaje activo por parte de los estudiantes.

<b>Resultados básicos de aprendizaje</b>
Competencias
C01, C05, C07, C08, C09, C10, C11, C12, C13, C14, C15, C16, C17, C18, C19
Habilidades o destrezas
H01, H02, H03, H04, H05, H06, H07, H08, H09, H10, H11, H12
Conocimientos o contenidos
CC3, CC5, CC7, CC8, CC9, CC14, CC15, CC16, CC18, CC19, CC20
Observaciones

<b>MATERIA 4:</b>		
<b>Denominación de la materia</b>	<b>Créditos ECTS</b>	<b>Tipología</b>

Trabajo Fin de Máster	6	Trabajo Fin de Máster
Lenguas	Castellano	
Asignaturas	Temporalización	ECTS
Trabajo Final de Máster	2º semestre	6
<b>Contenidos</b>		
<p>Desarrollo y defensa de una revisión bibliográfica actualizada en el que el estudiante debe integrar de forma autónoma los conocimientos adquiridos previamente durante el desarrollo del Título. El estudiante desarrollará el Trabajo Fin de Máster bajo la dirección de un profesor tutor, que le guiará durante el desarrollo de este.</p> <p>La evaluación vendrá condicionada por el rigor y la calidad científica del documento escrito, así como por la calidad científica y claridad expositiva durante la defensa.</p>		
<b>Resultados básicos de aprendizaje</b>		
<b>Competencias</b>		
C01, C05, C07, C08, C09, C13, C15, C16, C18, C19, C20		
<b>Habilidades o destrezas</b>		
H03, H05, H06, H08, H09, H10, H12		
<b>Conocimientos o contenidos</b>		
CC1, CC2, CC3, CC4, CC5, CC6, CC7, CC9, CC13, CC14, CC16, CC19, CC20		
<b>Observaciones</b>		

## 5. PERSONAL ACADÉMICO Y DE APOYO A LA DOCENCIA

Nº	FORMACIÓN ACADÉMICA MÁXIMA	TITULACIÓN	ÁMBITO DE CONOCIMIENTO	Líneas de investigación, experiencia docente y profesional	ACREDITACIÓN	ASIGNATURAS
1	Doctorado	<i>Ciencia Tecnología y Gestión Alimentaria</i>	Fisioterapia, podología, nutrición y dietética, terapia ocupacional, óptica y optometría y logopedia.	<p><b>Líneas de investigación:</b> Diseño y formulación de alimentos saciantes. Microbiota y Salud.</p> <p><b>Experiencia docente:</b> Nuevos alimentos. Avances en Nutrición y Alimentación. Seminarios de Iniciación a la Investigación en Ciencias Avanzadas de la Nutrición.</p> <p><b>Experiencia profesional:</b> Responsable en Investigación, desarrollo e innovación en una de las principales empresas del sector alimentario. Investigador. Fundador y responsable en una empresa de diseño de alimentos.</p>	Profesor Contratado Doctor. AVAP.	<i>Inmunonutrición, microbiota y genómica nutricional aplicados en la mejora del rendimiento deportivo.</i>
2	Doctorado	<i>Ciencia y Tecnología de los Alimentos e Ingeniería Química</i>	Fisioterapia, podología, nutrición y dietética, terapia ocupacional, óptica y optometría y logopedia.	<p><b>Líneas de investigación:</b> Obtención de nuevos ingredientes funcionales ricos en compuestos fenólicos provenientes de diferentes matrices vegetales, y caracterización de la capacidad antioxidante, antiinflamatoria, bioaccesibilidad y biodisponibilidad de dichos ingredientes.</p>	Profesor Contratado Doctor. ANECA.	<i>Aspectos fisiológicos y metabólicos del ejercicio físico.</i>

Nº	FORMACIÓN ACADÉMICA MÁXIMA	TITULACIÓN	ÁMBITO DE CONOCIMIENTO	Líneas de investigación, experiencia docente y profesional	ACREDITACIÓN	ASIGNATURAS
				<p><b>Experiencia docente:</b> Bioquímica. Fisiología y Metabolismo de la Nutrición. Elaboración y conservación de Alimentos. Elaboración, transformación y conservación de alimentos. Experimentación en tecnología de los alimentos. Fermentaciones alimentarias. Tecnología y caracterización del vino. Experiencia profesional: Desarrollo de proyectos de digestión in vitro estáticos y dinámicos para el estudio de la digestión gastrointestinal de fármacos y alimentos, así como de la fermentación colónica de los mismos.</p>		
3	Doctorado	<i>Ciencias de la Alimentación</i>	Fisioterapia, podología, nutrición y dietética, terapia ocupacional, óptica y optometría y logopedia.	<p><b>Líneas de investigación:</b> Estudio de enfermedades relacionadas con la dieta de base inmunometabólica, como la enfermedad del hígado graso no alcohólico (EHGNA) y sus complicaciones graves, como la esteatohepatitis no alcohólica (EHNA) y el hepatocarcinoma, incluyendo el desarrollo de nuevas estrategias de intervención nutricional de carácter preventivo y terapéutico.</p>	Profesor Contratado Doctor. ANECA.	<i>Avances en nutrición deportiva basados en la evidencia científica.</i>

Nº	FORMACIÓN ACADÉMICA MÁXIMA	TITULACIÓN	ÁMBITO DE CONOCIMIENTO	Líneas de investigación, experiencia docente y profesional	ACREDITACIÓN	ASIGNATURAS
				<p><b>Experiencia docente:</b> Nuevas Tendencias en Nutrición Humana. Nutrición y Patologías Seminarios de Iniciación a la Investigación en Ciencias Avanzadas de la Nutrición. Nutrición colectiva y nutrición en el anciano</p> <p><b>Experiencia profesional:</b> Investigador.</p>		
4	Doctorado	<i>Ciencias de la Alimentación</i>	Fisioterapia, podología, nutrición y dietética, terapia ocupacional, óptica y optometría y logopedia.	<p><b>Líneas de investigación:</b> Ensayos clínicos en humanos en el campo de la intervención nutricional, nutrición clínica y alimentos funcionales. Estudios científicos relacionados con la composición corporal de atletas en diferentes especialidades deportivas. Investigación sobre el análisis fisicoquímico y lipídico de muestras biológicas y de alimentos.</p> <p><b>Experiencia docente:</b> Dietética. Dietoterapia. Nutrición y Patologías. Dieta mediterránea y Salud. Nutrición y alimentación en colectividades.</p> <p><b>Experiencia profesional:</b> Dietista-Nutricionista clínico.</p>	No.	<i>Ayudas ergogénicas y farmacología.</i>

Nº	FORMACIÓN ACADÉMICA MÁXIMA	TITULACIÓN	ÁMBITO DE CONOCIMIENTO	Líneas de investigación, experiencia docente y profesional	ACREDITACIÓN	ASIGNATURAS
5	Doctorado	<i>Tecnologías industriales.</i>	Fisioterapia, podología, nutrición y dietética, terapia ocupacional, óptica y optometría y logopedia.	<b>Líneas de investigación:</b> Seguridad Alimentaria. Separación quiral. <b>Experiencia docente:</b> Avances en Nutrición y Alimentación Química de los Alimentos. Técnicas de Análisis de los Alimentos. Química Analítica. Bromatología. Análisis y Control de la Calidad de los Alimentos. Técnicas Instrumentales. Bioquímica básica. <b>Experiencia profesional:</b> Técnico de equipos cromatográficos	Profesor Contratado Doctor. ANECA.	<i>Trabajo Final de Máster.</i>
6	Máster	<i>Nutrición y Metabolismo</i>	Fisioterapia, podología, nutrición y dietética, terapia ocupacional, óptica y optometría y logopedia.	<b>Líneas de investigación:</b> Nutrición personalizada. <b>Experiencia docente:</b> Nutrición y Alimentación en colectividades Nutrición. Dietética. <b>Experiencia profesional:</b> Dietista-Nutricionista clínica.	No.	<i>Nutrición y alimentación en el deporte.</i>
7	Máster	<i>Nutrición deportiva</i>	Fisioterapia, podología, nutrición y dietética, terapia ocupacional, óptica y optometría y logopedia.	<b>Experiencia docente:</b> Educación nutricional y Psicología de la Salud Dietoterapia. Nutrición deportiva. <b>Experiencia profesional:</b> Dietista-nutricionista clínico y en equipos de fútbol profesionales. Reeducción alimentaria, tratamiento de	No.	<i>Planificación dietético-nutricional del deportista.</i> <i>Estudio de casos en el diseño de estrategias nutricionales para</i>

Nº	FORMACIÓN ACADÉMICA MÁXIMA	TITULACIÓN	ÁMBITO DE CONOCIMIENTO	Líneas de investigación, experiencia docente y profesional	ACREDITACIÓN	ASIGNATURAS
				sobrepeso/obesidad y nutrición para deportistas.		<i>deportistas de alto rendimiento.</i>
8	Máster	<i>Nutrición y Metabolismo</i>	Fisioterapia, podología, nutrición y dietética, terapia ocupacional, óptica y optometría y logopedia.	<b>Líneas de investigación:</b> Investigador predoctoral en Perfil antropométrico y nutricional del atleta de Crossfit. <b>Experiencia docente:</b> Nutrición y Alimentación en colectividades. Dietética. Dietoterapia. Prácticas Externas Nutrición comunitaria. <b>Experiencia profesional:</b> Dietista-Nutricionista clínico.	No.	<i>Cineantropometría para la programación del entrenamiento deportivo.</i>
9	Máster	<i>Terapia de conducta.</i>	Fisioterapia, podología, nutrición y dietética, terapia ocupacional, óptica y optometría y logopedia.	<b>Experiencia profesional:</b> Psicólogo social y Clínico en centro privado. Responsable del Servicio Especializado de Atención a la Familia e Infancia. Supervisión y formación de funcionarios municipales y de los cuerpos de seguridad en materia de prevención y atención a víctimas de Violencia de Género. Coordinador del Servicio de Ayuda a Domicilio. <b>Experiencia docente:</b> docencia en asignaturas de Rehabilitación de procesos atencionales y función ejecutiva, Aprendizaje y desarrollo de la personalidad, Sociedad, familia y educación, Fundamentos científicos y profesionales de la		<i>Aspectos psicológicos implicados en la alimentación y el deporte.</i>

Nº	FORMACIÓN ACADÉMICA MÁXIMA	TITULACIÓN	ÁMBITO DE CONOCIMIENTO	<i>Líneas de investigación, experiencia docente y profesional</i>	ACREDITACIÓN	ASIGNATURAS
				Psicología General Sanitaria, Entrenamiento en habilidades básicas del Psicólogo General Sanitario y Detección precoz en nivel MECES 2 y 3; dirección de Trabajos Fin de Grado y Máster.		



## 6. RECURSOS MATERIALES E INFRAESTRUCTURALES, PRÁCTICAS Y SERVICIOS.

### **CAMPUS VIRTUAL DE LA UNIVERSIDAD INTERNACIONAL DE VALENCIA**

La VIU utiliza el Sistema de Gestión de Aprendizaje (LMS en sus siglas en inglés) **Blackboard Learn** como campus virtual.

Se trata de una aplicación de *software* que ofrece herramientas innovadoras con el objetivo de facilitar al profesorado la creación y administración de sus materias y asignaturas.

El campus virtual de la Universidad Internacional de Valencia está organizado en diferentes secciones que ofrecen al estudiante toda la información necesaria para poder seguir sus estudios de forma ordenada.

Esta herramienta permite un adecuado seguimiento y evaluación del proceso de enseñanza y aprendizaje del estudiante, a través del despliegue de sus funcionalidades: centro de retención, centro de calificaciones, etc.

<http://es.blackboard.com/sites/international/globalmaster/Platforms/Blackboard-Learn.html>