



Posgrado en Nutrición y Dietética aplicada a la Actividad Física y Deporte

4a edición Curso 2018

Dirección: Dra. Nancy Babio y Dr. Aritz Urdampilleta

COL·LEGI DE DIETISTES-NUTRICIONISTES DE CATALUNYA

CODINUUCAT

Presentación

El trabajo del dietista-nutricionista en el ámbito del deporte y la actividad física está siendo cada vez más solicitado y valorado tanto en el campo de la salud como en el alto rendimiento deportivo. En este sentido, existe un interés cada vez mayor tanto de los grupos deportivos o clubes, así como de los deportistas en general, por obtener **un servicio profesional de asesoramiento dietético-nutricional**. Sin embargo, existe una carencia o nula formación específica para los dietistas-nutricionistas tanto a nivel de grado como de posgrado. Los pocos existentes dedican más horas específicas al ámbito de fisiología con un enfoque más orientado a lo metabólico, destacando más la nutrición que la dietética. **Además, la mayoría de ellos están destinados a diversos profesionales, sin dejar claro que el abordaje dietético nutricional es competencia del dietista-nutricionista, por lo cual estos posgrados o másteres deberían ser exclusivos para dietistas-nutricionistas.**

Existe una vasta literatura al respecto dónde poder profundizar estos conocimientos, pero es muy difícil encontrar formación o documentación de cómo aplicar la ciencia de la nutrición a la dietética aplicada. Es por ello, que el CoDiNuCat lleva a cabo **la cuarta edición del POSGRADO EN NUTRICIÓN Y DIETÉTICA APLICADA A LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE.**

El objetivo básico de este posgrado es abordar el tratamiento dietético en su más amplio espectro teniendo en cuenta la valoración nutricional completa del deportista de alto rendimiento, así como aficionado (valoración de la composición corporal de analíticas, de la ingesta energética, etc.) y poder así realizar las estrategias dietéticas nutricionales, según la respuesta al entrenamiento de los deportes o actividad física específicos. Este enfoque y las mejores realizadas en estos años ofrece una base amplia de la fisiología deportiva, instrumentos de medida del entrenamiento deportivo para poder entender los objetivos dietético-nutricionales según el objetivo principal: mejorar la salud o aumentar el rendimiento deportivo, así como aportar herramientas al dietista-nutricionista para que pueda desenvolverse adecuadamente en el campo profesional en el trabajo con los deportistas.



Objetivo general

- Especializar a los dietistas-nutricionistas en nutrición y dietética aplicada a la actividad física y el deporte.

Objetivos específicos

- Conocer las bases biológicas y fisiológicas del ejercicio físico y el deporte.
- Conocer las características concretas de las ciencias de la actividad física y el deporte.
- Crear estrategias dietético-nutricionales según el sistema competitivo y tipo de deporte.
- Conocer la importancia y aplicar los diferentes métodos de valoración del estado nutricional como herramienta básica para la valoración en el ámbito del deporte y la actividad física.
- Brindar y aplicar herramientas e instrumentos de valoración adecuados de la actividad física en la consulta dietético-nutricional.
- Abordar la planificación acorde para cada modalidad deportiva teniendo en cuenta las características dietético-nutricionales y la respectiva educación dietético-nutricional del deportista.
- Planificar y diseñar menús y dietas adaptadas al deportista según situaciones fisiológicas, fisiopatológicas o situaciones particulares.



Primera promoción de posgraduados.

Criterios de admisión

Solamente se admitirán:

- Diplomados/Graduados en Nutrición Humana y Dietética o título extranjero equivalente.
- Alumnos del Grado en Nutrición Humana y Dietética que al finalizar el posgrado acrediten haber finalizado dicho Grado.

Metodología

La modalidad es presencial teórico-práctica intensiva.

Las clases se realizan generalmente durante viernes y sábado de cada mes, aunque algunos módulos sufren una pequeña modificación con el objetivo de mejorar la enseñanza.

En julio se realizarán las prácticas obligatorias (20 h) y en agosto se realiza el periodo vacacional. Para asegurar la asistencia recomendamos visitar el apartado de “Calendario” para conocer el horario de cada módulo.

También se podrá optar a prácticas optativas las cuales se pagarán aparte.

Las prácticas obligatorias se realizarán en el centro de referencia ubicado en el País Vasco (ElikaEsport). Las prácticas optativas se realizarán en otro centro de referencia situado en Barcelona (NutriExper) así como la asistencia a diferentes eventos deportivos.

Duración

De marzo a diciembre.

Descanso: agosto (por vacaciones).

Carga docente y acreditación

El curso está compuesto por 140 horas presenciales de clases y 20 horas de prácticas obligatorias, más 50 h de trabajo autónomo del alumno para la preparación de los casos y trabajo de fin de grado. El curso y el simposio se acreditan anualmente por el Consejo Técnico de Nutrición Humana y Dietética del Consejo Catalán de Formación Continuada de las Profesiones Sanitarias, créditos que son válidos para todo el territorio español.

Temporalización

Primer módulo

- Marzo: viernes 23 y sábado 24
- Abril: viernes 13 y sábado 14 y domingo 15
- Mayo: viernes 18, y sábado 19
- Junio: viernes 15 y sábado 16
- Julio: Grupo 1: 18 y 19 Grupo 2: 20 y 21 (prácticas)

Segundo módulo

- Setiembre: viernes 28 (Simposio anual) y sábado 29
- Octubre: viernes 26 y sábado 27
- Noviembre: Preparación del trabajo final del posgrado
- Diciembre: viernes 14 y sábado 15

Inscripciones

Apertura de la Secretaría e inscripciones: 25 de enero de 2017.

A tener en cuenta:

- La confirmación de la plaza será realizada por la Secretaría del Colegio una vez se tenga el primer pago correspondiente.
- Las inscripciones se realizarán por estricto orden de inscripción.
- Los alumnos que se gradúen en junio del 2017 podrán acceder al posgrado, presentando copia de la matrícula.
- En caso de estar colegiado en otro Colegio profesional se deberá presentar al momento de la inscripción un certificado del colegio al cual pertenece confirmando que se está al corriente de pago.
- En caso de no estar colegiado se deberá presentar al momento de la inscripción el título de diplomado/a o graduado/a en Nutrición Humana y Dietética.

Cuotas

Hasta el 15 de febrero de 2018:

1650€ para los colegiados o pre-colegiados al CoDiNuCat

1750€ para miembros de la Sociedad Española de Dietética y Nutrición (SEDYN); ADINMA y CODINAN

1850€ para otros dietistas-nutricionistas colegiados

2100€ para dietistas-nutricionistas no colegiados

A partir del 15 de febrero de 2018:

1800€ para los colegiados o pre-colegiados al CoDiNuCat

1900€ para miembros de la Sociedad Española de Dietética y Nutrición (SEDYN), ADINMA y CODINAN

2000€ para otros dietistas-nutricionistas colegiados

2250€ para dietistas-nutricionistas no colegiados

Métodos de pago:

- **Único pago inicial de la cuota:** Ingreso del 100% del coste a la reserva de la matrícula (5% de descuento).
- **Pago fraccionado de la cuota:** Deberá abonarse un 30% de la cuota para formalizar la matrícula al posgrado.
El día 1 de abril se efectuará el segundo pago del 40% de la cuota correspondiente y el 1 de mayo, el tercer y último pago del 30% restante.

En el caso de anulación de la matrícula no se devolverá el dinero.

¿Qué incluye la matrícula?

- Matrícula a los dos módulos.
- Prácticas obligatorias.
- Matrícula al simposio anual.
- Camiseta del CODINUCAT.
- 4 libros valuados por un total de 200 euros.
- Acceso a la plataforma virtual con apuntes y material.
- Certificado, Orlas y Cena de graduación.

Certificado

Para obtener los certificados correspondientes se deberá:

- Tener una asistencia mínima del 80% de los créditos.
- Aprobar con una nota mínima del 70% la defensa del trabajo final en la primera o segunda convocatoria. La segunda convocatoria será examen tipo test y sólo se podrá realizar siempre y cuando se haya presentado y suspendido en la primera convocatoria. En caso de no aprobar, se podrá defender el trabajo en la siguiente edición de posgrado previo pago el 30% de la matrícula establecida.
- En el caso de haberse matriculado como estudiante, se deberá presentar el diploma de graduado o su pertinente resguardo.

Localización

Hotel Campus

Vila Universitaria, Campus de la Universidad
Autónoma de Barcelona
08193 Bellaterra (Cerdanyola del Vallès)
Barcelona, España
www.hotelcampusuab.com



Centro ElikaEsport

Camino Astigarragako bidea, 1.
20180 Oiartzun
Gipuzkoa, España
www.elikaesport.com

Centro NutriExper

C/Balmes, 446.
Barcelona
08022 España
<http://nutriexper.com>

Más información

Colegio de Dietistas-Nutricionistas de Cataluña (CoDiNuCat)

C/ Vía Laietana, núm. 38, 1º 1ª, 08003 Barcelona

Correo electrónico: formacio@codinuc.cat

Teléfono: 930 106 248



Calendario y temario

BLOQUE 1: FISIOLOGÍA Y BIOQUÍMICA. VALORACIÓN INTEGRAL DEL DEPORTISTA

Módulo 1 (19h) 23 y 24 de marzo. Coordinación: Dr. Aritz Urdampilleta

Fisiología, valoración e inicio en el entrenamiento

Lugar: Hotel Campus

Horarios:

8:30h a 11:00h Clases.

11:00 a 11:30h descanso de mañana

11:30 a 14:00h Clases.

14:00 a 15:30 h Descanso del mediodía

15:30 a 18:00 h Clases.

18:00 a 18:30h Descanso de la tarde

18:30 a 20:30 h Clases.

Módulo 2 (25h) 13, 14 y 15 de abril. Coordinación: Dr. Aritz Urdampilleta

Bases de la nutrición deportiva. Entrenamiento deportivo aplicado

Lugar: Centro ElikaEsport

Horarios:

Viernes y sábado

8:30h a 11:00h Clases.

11:00 a 11:30h descanso de mañana

11:30 a 14:00h Clases

14:00 a 15:30h Descanso del mediodía

15:30 a 18:00h Clases

18:00 a 18:30h Descanso de la tarde

18:30 a 20:30h Clases

Domingo

8:00h a 11:00h Clases

11:00 a 11:30h descanso de mañana

11:30 a 14:30h Clases

BLOQUE 2: DIETÉTICA, SEGURIDAD ALIMENTARIA Y TECNICAS CULINARIAS

Módulo 3 (19h) 18 y 19 de mayo. Coordinación: Dra. Nancy Babio y Miguel Reverte

Dietética básica, seguridad alimentaria, técnicas culinarias aplicada al deporte.

Abordaje dietético nutricional del deportista.

Lugar: Hotel Campus

Horarios:

8:30h a 11:00h Clases.

11:00 a 11:30h descanso de mañana

11:30 a 14:00h Clases.

14:00 a 15:30h Descanso del mediodía

15:30 a 18:00h Clases

18:00 a 18:30h Descanso de la tarde

18:30 a 20:30h Clases

BLOQUE 3: NUTRICIÓN Y DIETÉTICA APLICADA AL DEPORTE

Módulo 4 (19h) 15 y 16 de junio. Coordinación: Miguel Reverte

Dietética y estrategias nutricionales en el deporte

Deportes de equipo y combate: fútbol, rugby y boxeo

Deportes estéticos y fuerza: ballet, culturismo y cross-fit

Deportes de resistencia y extremos: trail, ciclismo, triatlón, Dakar, natación en aguas abiertas

Lugar: Hotel Campus

Horarios:

8:30h a 11:00h Clases

11:00 a 11:30h descanso de mañana

11:30 a 14:00h Clases

14:00 a 15:30h Descanso del mediodía

15:30 a 18:00h Clases

18:00 a 18:30h Descanso de la tarde

18:30 a 20:30h Clases

BLOQUE 4: PRÁCTICAS OBLIGATORIAS

Módulo 5 (20h/cada grupo) 18 y 19 de julio (Grupo 1); 20 y 21 de julio (Grupo 2). Coordinación:

Dr. Aritz Urdampilleta

Prácticas en consultoría.

Resolución de casos prácticos mediante trabajo interdisciplinar en un centro de referencia

Lugar: Centro ElikaEsport

Horarios:

Miércoles y jueves

8:30h a 11:00h Clases

11:00 a 11:30h descanso de mañana

11:30 a 14:00h Clases

14:00 a 15:30h Descanso del mediodía

15:30 a 18:00 h Clases

18:00 a 18:30h Descanso de la tarde

18:30 a 21:00h Clases

Viernes y sábado

8:30h a 11:00h Clases

11:00 a 11:30h descanso de mañana

11:30 a 14:00h Clases

14:00 a 15:30h Descanso del mediodía

15:3 a 18:00h Clases

18:00 a 18:30h Descanso de la tarde

18:30 a 21:00h Clases

BLOQUE 5: CLÍNICA Y SITUACIONES ESPECIALES EN EL DEPORTE

Módulo 6 (19h): 28 y 29 de setiembre: Coordinación: Dr. Aritz Urdampilleta, Dra. Nancy Babio y

Miguel Reverte

IV SIMPOSIO CATALÁN DE DIETÉTICA Y NUTRICIÓN PARA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE y VI

Jornadas anuales del CODINUCAT

Situaciones especiales y métodos de recuperación

Lugar: Barcelona (lugar a definir)

Horarios:

8:30h a 11:00h Clases

11:00 a 11:30h descanso de mañana

11:30 a 14:00h Clases

14:00 a 15:30h Descanso del mediodía

15:30 a 18:00h Clases

18:00 a 18:30h Descanso de la tarde

18:30 a 20:30h Clases

BLOQUE 6: ERGONUTRICIÓN Y SUPLEMENTACIÓN EN EL DEPORTE

Módulo 7 (20h) 26 y 27 de octubre. Coordinación: Dr. Aritz Urdampilleta

Talleres de alimentos para deportistas, ayudas ergonutricionales y suplementos en el deporte

Lugar: Centro ElikaEsport

Horarios:

8:30h a 11:00h Clases

11:00 a 11:30h descanso de mañana

11:30 a 14:00h Clases

14:00 a 15:30 h Descanso del mediodía

15:3 a 18:00h Clases

18:00 a 18:30h Descanso de la tarde

18:30 a 21:00h Clases

BLOQUE 7: REPASO FINAL Y DEFENSA DE LOS TRABAJOS

Módulo 9 (19h) 14 y 15 de diciembre. Coordinación: Dr. Aritz Urdampilleta y Dra. Nancy Babio

Repaso final y Tribunales

Lugar: Hotel Campus

Horarios:

Repaso viernes

8:30h a 11:00h Clases

11:00 a 11:30h descanso de mañana

11:30 a 14:00h Clases

14:00 a 15:30h Descanso del mediodía

15:30 a 18:00h Clases

18:00 a 18:30h Descanso de la tarde

18:30 a 21:00h Clases

Defensa del trabajo sábado

De 9 a 20h (se asignarán los horarios a cada pareja de grupo)

21:00h entrega de Orlas y Cena de graduación

Dirección y profesorado

DRA. NANCY BABIO SÁNCHEZ

Directora Académica y profesora

Formación:

Licenciada en Nutrición y especialista en Nutrición Clínica y Obesidad y Trastornos de la Conducta Alimentaria.

Doctora en Nutrición por la Universidad Rovira i Virgili.

Cargos actuales:

- Coordinadora del Grado en Nutrición Humana y Dietética de la Universitat Rovira i Virgili.
- Profesora agregat de la Facultat de Medicina y Ciencias de la Salud de la Universidad Rovira i Virgili.
- Investigadora adscripta al CIBER-ObN (Centro de Investigación Biomédica en Red, Obesidad y Nutrición).
- Presidenta del *Col·legi de Dietistes-Nutricionistes de Catalunya* (CoDiNuCat).
- Presidenta del *Consell Tècnic de Nutrició Humana i Dietètica del Consell Català de Formació Continuada de les Professions Sanitàries*.
- Presidenta de la *Societat Catalana d'Alimentació i Dietètica Clínica de l'Acadèmia de Ciències Mèdiques de Catalunya i Balears*.

DR. ARITZ URDAMPILLETA OTEGUI

Director Científico y profesor

Formación:

Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte y graduado en Nutrición Humana y Dietética.

Especialista en Fisiología Integrativa, Medicina Respiratoria y Psicodidáctica y Psicología

Doctor en Nutrición y Fisiología del Deporte y antropometrista nivel III (instructor) por la ISAK.

Cargos actuales:

- Asesor Científico-Nutricional y Preparador Físico en ElikaEsport, Nutrition, Innovation & Sport.
- Director Científico del Máster en Bases Biológicas para el Asesoramiento Nutricional y Deportiva Personalizada.
- Director Científico de la Certificación Internacional en Fisiología, Entrenamiento y Nutrición Deportiva.
- Docente en 7 Másteres y Posgrados Universitarios en el Campo de la Nutrición y Ciencias del Deporte.

- Asesor Científico-Nutricional de Etixx-Sport Nutrition.
- Asesor Científico de Bainege. Genetics & New Technologies in Sport performance.
- Investigador Principal del Grupo de Rendimiento y Nutrición Deportiva. Universidad Isabel I.

- Investigador asociado del *Institute of Sport, Exercise and Active Living (ISEAL), Victoria University* (Melbourne, Australia).
- Miembro de la *Physiological Society* y de la *Higher Education Academy*.
- Autor y revisor de publicaciones científicas en el área de la fisiología del ejercicio y la nutrición.

PROFESORADO: PENDIENTE DE CONFIRMACION