



II WORKSHOP DE

experiencias prácticas

EN NUTRICIÓN DEPORTIVA:

DE LA COMPOSICIÓN CORPORAL A LA GASTRONOMÍA

Solicitada la acreditación por la Comisión de Formación Continuada de Navarra del Sistema de Acreditación de la Formación Continuada de las profesiones sanitarias en el Sistema nacional de Salud.

Este curso cuenta con un **descuento especial** en su matrícula para los miembros de la Academia.

DIRECCIÓN ACADÉMICA

José Antonio López, Raúl López Grueso, José Miguel Martínez Sanz, Toni Solà

OBJETIVOS DEL CURSO

OBJETIVOS GENERALES

Conocer y poner en práctica diferentes casos prácticos de Nutrición deportiva desde el punto de vista del D-N y de los deportistas, además de usar la gastronomía e innovación en la cocina.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Conocer y aprender a interpretar las analíticas en diferentes deportistas y momentos de la temporada.
- Conocer y valorar la composición corporal en el deporte fuera de la consulta habitual del DN.
- Conocer cómo abordar nutricionalmente la preparación y competición de nadadores en pruebas de larga distancia.
- Conocer la legislación europea sobre los suplementos destinados a deportistas en materia de publicidad y dopaje, así como su aplicación en la práctica clínica diaria
- Conocer nuevas soluciones para bebidas y otras ya preparadas para diferentes abordajes nutricionales para entrenamiento y competición
- Conocer la alimentación y/o suplementación que lleva un deportista de Crossfit.
- Conocer las experiencias de Dietistas-Nutricionistas con diferentes deportistas de alto nivel: fútbol, tenis, padel,...
- Conocer y aprender a utilizar distintas aplicaciones informáticas que ayuden a llevar el control y monitorización del seguimiento del deportista.
- Unir la experiencia de nutrición y gastronomía desde el punto de vista de Dietista-Nutricionista, chef y deportistas.

DURACIÓN: 7,5 horas (1 día)

FECHA INICIO Y FINALIZACIÓN DEL CURSO: 22 de noviembre de 2019

PROGRAMA CIENTÍFICO DEL CURSO

CONTENIDOS DEL CURSO

- Como interpretar las analíticas a lo largo de la temporada de entreno y como valorar la composición corporal sin estar 'en tu entorno ideal'.
- Natación en aguas abiertas.
- Fraudes en suplementos: legislación de los productos para deportistas, dopaje y publicidad.
- Nuevas soluciones para deportistas: bebidas edulcoradas, hydrzero, etc
- Crossfit
- Ejemplos de dietistas en consulta: fútbol, tenis, padel, ...
- Aplicaciones informáticas para el seguimiento del deportista.
- Gastronomía saludable y deporte

DESARROLLO CURSO

Temas que se tratarán en el curso:

- Analíticas del deportista.
- Composición corporal fuera de consulta.
- Abordaje nutricional en diferentes tipos de competición: natación aguas abiertas, crossfit, fútbol, deportes de raqueta.
- Fraudes, legislación, dopaje y publicidad en suplementación.
- Nuevos productos para el deportista.
- Aplicaciones informáticas.
- Gastronomía y tendencias culinarias aplicadas al deporte.

RESUMEN DEL PROGRAMA DEL CURSO

9:30 - 10:00	Acreditaciones
10:00 - 10:15	Acto de apertura y presentación
10:15 - 11:00	Como interpretar las analíticas a lo largo de la temporada de entreno y como valorar la composición corporal sin estar 'en tu entorno ideal'.
11:00 - 11:45	Natación en aguas abiertas (larga distancia: más de 20 km).
11:45 - 12:15	Descanso
12:15 - 13:00	Legislación, fraude y dopaje: el bueno, el feo y el malo de los complementos alimenticios deportivos.
13:00 - 13:45	Nuevas soluciones para deportistas: bebidas edulcoradas, hydrzero, etc
13:45 - 14:30	Crossfit
14:30 - 15:30	Comida
15:30 - 16:30	Ejemplos de deportistas en consulta: - Fútbol - Otra modalidad a especificar (por ejemplo, tenis)
16:30 - 17:00	Aplicaciones informáticas para el seguimiento del deportista
17:00 - 18:00	Gastronomía saludable y deporte
	Clausura / certificados

Horas totales del curso: 7,5 horas

LUGAR

Barcelona

Más información / inscripciones o para disfrutar del precio reducido hacer clic en:

[INCRIBIRME/MÁS INFORMACIÓN](#)

[DESEO HACERME MIEMBRO DE LA ACADEMIA Y DISFRUTAR DEL PRECIO REDUCIDO PARA MIEMBROS](#)



ORGANIZA:



Grupos de especialización GE-NuDAF



CON EL APOYO DE:



CON LA COLABORACIÓN DE:

