



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

**Curso de Monitor de Actividades Acuáticas para Discapacitados y Embarazadas
+ Especialización en Nutrición de la Práctica Deportiva (Doble Titulación + 8
Créditos ECTS + CARNÉ FEDERADO)**





Elige aprender en la escuela
líder en formación online

ÍNDICE

1 | Somos
Euroinnova

2 | Rankings

3 | Alianzas y
acreditaciones

4 | By EDUCA
EDTECH
Group

5 | Metodología
LXP

6 | Razones por
las que
elegir
Euroinnova

7 | Financiación
y Becas

8 | Métodos de
pago

9 | Programa
Formativo

10 | Temario

11 | Contacto

SOMOS EUROINNOVA

Euroinnova International Online Education inicia su actividad hace más de 20 años. Con la premisa de revolucionar el sector de la educación online, esta escuela de formación crece con el objetivo de dar la oportunidad a sus estudiandes de experimentar un crecimiento personal y profesional con formación eminetemente práctica.

Nuestra visión es ser **una institución educativa online reconocida en territorio nacional e internacional** por ofrecer una educación competente y acorde con la realidad profesional en busca del reciclaje profesional. Abogamos por el aprendizaje significativo para la vida real como pilar de nuestra metodología, estrategia que pretende que los nuevos conocimientos se incorporen de forma sustantiva en la estructura cognitiva de los estudiantes.

Más de
19
años de
experiencia

Más de
300k
estudiantes
formados

Hasta un
98%
tasa
empleabilidad

Hasta un
100%
de financiación

Hasta un
50%
de los estudiantes
repite

Hasta un
25%
de estudiantes
internacionales

[Ver en la web](#)



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION



Desde donde quieras y como quieras,
Elige Euroinnova



QS, sello de excelencia académica
Euroinnova: 5 estrellas en educación online

RANKINGS DE EUROINNOVA

Euroinnova International Online Education ha conseguido el reconocimiento de diferentes rankings a nivel nacional e internacional, gracias por su apuesta de **democratizar la educación** y apostar por la innovación educativa para **lograr la excelencia**.

Para la elaboración de estos rankings, se emplean **indicadores** como la reputación online y offline, la calidad de la institución, la responsabilidad social, la innovación educativa o el perfil de los profesionales.



[Ver en la web](#)



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

ALIANZAS Y ACREDITACIONES



Ver en la web



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

BY EDUCA EDTECH

Euroinnova es una marca avalada por **EDUCA EDTECH Group**, que está compuesto por un conjunto de experimentadas y reconocidas **instituciones educativas de formación online**. Todas las entidades que lo forman comparten la misión de **democratizar el acceso a la educación** y apuestan por la transferencia de conocimiento, por el desarrollo tecnológico y por la investigación



ONLINE EDUCATION



Ver en la web

METODOLOGÍA LXP

La metodología **EDUCA LXP** permite una experiencia mejorada de aprendizaje integrando la AI en los procesos de e-learning, a través de modelos predictivos altamente personalizados, derivados del estudio de necesidades detectadas en la interacción del alumnado con sus entornos virtuales.

EDUCA LXP es fruto de la **Transferencia de Resultados de Investigación** de varios proyectos multidisciplinares de I+D+i, con participación de distintas Universidades Internacionales que apuestan por la transferencia de conocimientos, desarrollo tecnológico e investigación.



1. Flexibilidad

Aprendizaje 100% online y flexible, que permite al alumnado estudiar donde, cuando y como quiera.



2. Accesibilidad

Cercanía y comprensión. Democratizando el acceso a la educación trabajando para que todas las personas tengan la oportunidad de seguir formándose.



3. Personalización

Itinerarios formativos individualizados y adaptados a las necesidades de cada estudiante.



4. Acompañamiento / Seguimiento docente

Orientación académica por parte de un equipo docente especialista en su área de conocimiento, que aboga por la calidad educativa adaptando los procesos a las necesidades del mercado laboral.



5. Innovación

Desarrollos tecnológicos en permanente evolución impulsados por la AI mediante Learning Experience Platform.



6. Excelencia educativa

Enfoque didáctico orientado al trabajo por competencias, que favorece un aprendizaje práctico y significativo, garantizando el desarrollo profesional.



Programas
PROPIOS
UNIVERSITARIOS
OFICIALES

RAZONES POR LAS QUE ELEGIR EUROINNOVA

1. Nuestra Experiencia

- ✓ Más de **18 años de experiencia.**
- ✓ Más de **300.000 alumnos** ya se han formado en nuestras aulas virtuales
- ✓ Alumnos de los 5 continentes.
- ✓ **25%** de alumnos internacionales.
- ✓ **97%** de satisfacción
- ✓ **100% lo recomiendan.**
- ✓ Más de la mitad ha vuelto a estudiar en Euroinnova.

2. Nuestro Equipo

En la actualidad, Euroinnova cuenta con un equipo humano formado por más **400 profesionales**. Nuestro personal se encuentra sólidamente enmarcado en una estructura que facilita la mayor calidad en la atención al alumnado.

3. Nuestra Metodología



100% ONLINE

Estudia cuando y desde donde quieras. Accede al campus virtual desde cualquier dispositivo.



APRENDIZAJE

Pretendemos que los nuevos conocimientos se incorporen de forma sustantiva en la estructura cognitiva



EQUIPO DOCENTE

Euroinnova cuenta con un equipo de profesionales que harán de tu estudio una experiencia de alta calidad educativa.



NO ESTARÁS SOLO

Acompañamiento por parte del equipo de tutorización durante toda tu experiencia como estudiante

4. Calidad AENOR

- ✓ Somos Agencia de Colaboración N°99000000169 autorizada por el Ministerio de Empleo y Seguridad Social.
- ✓ Se llevan a cabo auditorías externas anuales que garantizan la máxima calidad AENOR.
- ✓ Nuestros procesos de enseñanza están certificados por **AENOR** por la ISO 9001.



5. Confianza

Contamos con el sello de **Confianza Online** y colaboramos con la Universidades más prestigiosas, Administraciones Públicas y Empresas Software a nivel Nacional e Internacional.



6. Somos distribuidores de formación

Como parte de su infraestructura y como muestra de su constante expansión Euroinnova incluye dentro de su organización una **editorial y una imprenta digital industrial**.

FINANCIACIÓN Y BECAS

Financia tu cursos o máster y disfruta de las becas disponibles. ¡Contacta con nuestro equipo experto para saber cuál se adapta más a tu perfil!

25% Beca
ALUMNI

20% Beca
DESEMPLEO

15% Beca
EMPRENDE

15% Beca
RECOMIENDA

15% Beca
GRUPO

20% Beca
**FAMILIA
NUMEROSA**

20% Beca
**DIVERSIDAD
FUNCIONAL**

20% Beca
**PARA PROFESIONALES,
SANITARIOS,
COLEGIADOS/AS**



[Solicitar información](#)

MÉTODOS DE PAGO

Con la Garantía de:



Fracciona el pago de tu curso en cómodos plazos y sin interéres de forma segura.



Nos adaptamos a todos los métodos de pago internacionales:



y muchos mas...



Ver en la web



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

Curso de Monitor de Actividades Acuáticas para Discapacitados y Embarazadas + Especialización en Nutrición de la Práctica Deportiva (Doble Titulación + 8 Créditos ECTS + CARNÉ FEDERADO)



DURACIÓN
500 horas



MODALIDAD
ONLINE



ACOMPañAMIENTO
PERSONALIZADO



CREDITOS
8 ECTS

Titulación

Doble Titulación: - Titulación Profesional Expedida por EUROINNOVA INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION y Acreditada por la FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE FITNESS (FEF) a la que va a poder acceder como Federado recibiendo un título de Actividad física para personas embarazadas con un carné de Federado de Actividad física para personas embarazadas., además una vez finalizada la formación, el alumno pasará a formar parte del Registro Español de Profesionales del Ejercicio (ESREPs) que recoge a los profesionales del ejercicio, estableciendo un ESTÁNDAR DE CALIDAD y un REGISTRO PROFESIONAL para garantizar un asesoramiento seguro y efectivo de los clientes usuarios de instalaciones fitness por PROFESIONALES CUALIFICADOS. La Federación Española de Fitness acredita únicamente los contenidos referidos a la actividad física, cualquier mención a aspectos técnicos- tácticos queda fuera de sus competencias y de la acreditación. - Título de Curso de Formación Permanente en Nutrición de la Práctica Deportiva con 200 horas expedido por la Universidad Europea Miguel de Cervantes acreditado con 8 ECTS Universitarios

Ver en la web



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION



EUROINNOVA INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

como centro acreditado para la impartición de acciones formativas
expide el presente título propio

NOMBRE DEL ALUMNO/A

con número de documento XXXXXXXXX ha superado los estudios correspondientes de

Nombre del curso

con una duración de XXX horas, perteneciente al Plan de Formación de Euroinnova International Online Education.
Y para que surta los efectos pertinentes queda registrado con número de expediente XXX/XXXX-XXXX-XXXXXX.
Con una calificación XXXXXXXXXXXXXXX.

Y para que conste expido la presente titulación en Granada, a (día) de (mes) del (año).

NOMBRE ALUMNO/A
Firma del Alumno/a

NOMBRE DE AREA MANAGER
La Dirección Académica





Con Estatuto Consultivo, Categoría Superior del Consejo Económico y Social de la UNED (CCEP) (Plan: Resolución 100/05)

Descripción

La Actividad Acuática es uno de los mejores ejercicios que pueden practicar sin dificultad, tanto personas discapacitadas como embarazadas. Por ello, la actividad acuática proporcionará bienestar físico y mental al individuo favoreciendo su desarrollo. A lo largo del Curso de Monitor de Actividades Acuáticas para Discapacitados y Embarazadas + Especialización en Nutrición de la Práctica Deportiva, se profundizará en la prevención, la evolución de los diferentes métodos de actividades acuáticas, así como, en los principios de los programas de actividades acuáticas dirigidos a personas mayores, discapacitados y mujeres embarazadas, y adaptación de los mismos cuando la situación lo requiera. Además el Curso ofrece un acercamiento a la dietética y nutrición en el ámbito deportivo para conocer las necesidades nutricionales de las/los deportistas para elaborar dietas equilibradas y acordes a su gasto energético. La Federación Española de Fitness acredita únicamente los contenidos referidos a la actividad física, cualquier mención a aspectos técnicos- tácticos queda fuera de sus competencias y de la acreditación.

Objetivos

Los objetivos que debes alcanzar con este curso de monitor de actividades acuáticas son los siguientes: - Ofrecer un acercamiento a los conceptos principales de la dietética y la nutrición, aplicados a la alimentación de las personas que realizan algún tipo de actividad deportiva a mayor o menor nivel. - Presentar los aspectos nutricionales de las proteínas, lípidos, hidratos de carbono, minerales y vitaminas. - Conocer las necesidades nutricionales específicas de las personas que practican algún deporte. - Proporcionar los conocimientos necesarios para elaborar un plan alimentario adecuado para las personas que realizan alguna actividad deportiva, ya sea a nivel profesional o simplemente o como medida para mantenerse en forma. - Analizar a fondo el principio fundamental en salvamento acuático: la prevención. - Conocer las diversas metodologías que se han

seguido a lo largo de la historia para la enseñanza de las actividades acuáticas. - Saber cuales son las funciones y características principales del animador de actividades acuáticas. - Identificar los usuarios, clasificación y características, que conforman los programas de actividades acuáticas. - Analizar la diversidad de programas de actividades acuáticas dirigidas a los diferentes grupos de población. - Desarrollar un proceso de adaptación a la situación concreta de cada individuo. - Descubrir los beneficios que lleva consigo la práctica segura de actividades acuáticas.

A quién va dirigido

El Curso de Monitor de Actividades Acuáticas para Discapacitados y Embarazadas + Especialización en Nutrición de la Práctica Deportiva está dirigido a todos aquellos profesionales que deseen seguir formándose en la materia y adquirir conocimientos sobre el monitoraje de actividades acuáticas para personas discapacitadas y embarazadas, así como a cualquier persona que desee especializarse en esta función y que además quiera adquirir conocimientos sobre nutrición deportiva.

Para qué te prepara

El presente Curso de Monitor de Actividades Acuáticas para Discapacitados y Embarazadas + Especialización en Nutrición de la Práctica Deportiva ofrece al alumno, desde una visión de los conceptos fundamentales de la dietética y nutrición, la posibilidad de disponer de las competencias necesarias para elaborar y/o supervisar la alimentación que reciben las personas que realizan algún deporte. Además el Curso le prepara para introducirte en el mundo de las actividades acuáticas, y adquirir los conocimientos necesarios para diferenciar y aplicar correctamente las herramientas requeridas para la enseñanza de las principales modalidades acuáticas deportivas, utilitarias, saludables o recreativas, aplicando la didáctica más adecuada a las diferentes situaciones. En concreto, se incluyen las especialidades de natación para embarazadas, bebés, discapacitados y personas mayores.

Salidas laborales

Tras finalizar la presente formación, habrás adquirido las capacidades necesarias que aumentarán tus expectativas laborales en los siguientes sectores: Centros Especializados de Dietética y Nutrición, Gimnasios, Clubes deportivos, Centros de Rehabilitación, Centros Culturales y/o de Ocio, Piscinas.

TEMARIO

PARTE 1. ACTIVIDADES ACUÁTICAS PARA DISCAPACITADOS

UNIDAD DIDÁCTICA 1. HISTORIA DE LA NATACIÓN

1. Introducción
2. Resumen histórico de la natación

UNIDAD DIDÁCTICA 2. METODOLOGÍA DE LA ENSEÑANZA DE LA NATACIÓN

1. Introducción
2. Los aprendizajes en natación
3. Métodos de enseñanza
4. Estilos de enseñanza en actividades acuáticas

UNIDAD DIDÁCTICA 3. ENFOQUES Y APLICACIONES DE LAS ACTIVIDADES ACUÁTICAS

1. Introducción
2. Variables y condicionantes que inciden en un programa de actividades acuáticas
3. Variables y condicionantes didácticos
4. Material auxiliar

UNIDAD DIDÁCTICA 4. ALGUNAS CONSIDERACIONES PEDAGÓGICAS PARA MONITORES DE NATACIÓN

1. Planteamientos pedagógicos de la enseñanza
2. El juego: un aprendizaje diferente
3. Aplicación a las actividades acuáticas

UNIDAD DIDÁCTICA 5. TÉCNICAS BÁSICAS DE LOS ESTILOS DE NATACIÓN (CROL Y BRAZA)

1. El crol en la natación
2. La braza en la natación

UNIDAD DIDÁCTICA 6. TÉCNICAS BÁSICAS DE LOS ESTILOS (ESPALDA Y MARIPOSA)

1. La técnica del estilo espalda
2. Técnica del estilo mariposa

UNIDAD DIDÁCTICA 7. DEFECTOS MÁS COMUNES EN LOS CUATRO ESTILOS

1. Introducción
2. Observación
3. Cómo mejorar la técnica

UNIDAD DIDÁCTICA 8. FITNESS EN EL MEDIO ACUÁTICO

1. Introducción
2. Fitness en el medio acuático
3. Métodos y actividades según el concepto de fitness en el medio acuático de enseñanza

UNIDAD DIDÁCTICA 9. FITNESS EN EL MEDIO ACUÁTICO(II)

1. Introducción
2. Estiramientos pasivos o estáticos
3. Variables y condicionantes didácticos
4. Material auxiliar

UNIDAD DIDÁCTICA 10. NATACIÓN PARA DISCAPACITADOS

1. Introducción
2. Cómo organizar los cursos y sesiones
3. Objetivos
4. ¿Cuáles son los elementos que especialmente deben tenerse en cuenta?
5. Actividades acuáticas y síndrome de down
6. Ejercicios prácticos

UNIDAD DIDÁCTICA 11. MÉTODOS DE RESCATE. SALVAMENTO ACUÁTICO

1. Introducción
2. Técnicas específicas de salvamento acuático
3. El salvamento acuático en piscinas

ANEXO 1. GUÍA PRÁCTICA PARA LA PROGRAMACIÓN DE CLASES DE NATACIÓN DE NIVEL I Y II

1. Curso de Natación Nivel I. Primer ciclo
2. Curso de Natación Nivel II. Primer ciclo

ANEXO 2. GUÍA PRÁCTICA PARA LA PROGRAMACIÓN DE UN CURSO INTENSIVO DE VERANO EN NATACIÓN

1. Consejos para monitores de natación del nivel cero
2. Consejos para monitores de natación del nivel uno
3. Consejos para monitores de natación del nivel dos
4. Actividades a realizar

ANEXO 3. JUEGOS Y ACTIVIDADES ACUÁTICAS

1. Juegos y actividades para enseñar destrezas básicas
2. Ejemplo del Formulario para un Plan de Sesión de Entrenamiento

PARTE 2. ACTIVIDADES ACUÁTICAS PARA EMBARAZADAS

MODULO 1. LA MUJER EMBARAZADA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. PROCESO DE GESTACIÓN

1. Introducción
2. Fecundación
3. El desarrollo del bebé antes de nacer
4. Cambios que se producen en la mujer

UNIDAD DIDÁCTICA 2. EJERCICIO FÍSICO DURANTE EL EMBARAZO

1. Introducción
2. Modificaciones anatómicas y fisiológicas producidas por la embarazo en relación con el ejercicio físico
3. Efectos de la actividad física en el organismo gestante
4. Recomendaciones básicas a tener en cuenta en la elaboración de programas de actividad física para embarazadas.

MODULO 2. EL MEDIO ACUÁTICO

UNIDAD DIDÁCTICA 3. EL MEDIO ACUÁTICO COMO ESPACIO DE ACCIÓN

1. Posibilidades motrices en el entorno acuático
2. Aportaciones del medio acuático a la gestación

UNIDAD DIDÁCTICA 4. CONDICIONES HIGIÉNICO-SANITARIAS EN LAS INSTALACIONES DE ACTIVIDADES ACUÁTICAS

1. Introducción
2. Riesgos sanitarios derivados del uso de las piscinas
3. Condiciones higiénicas de las instalaciones
4. Normas para los usuarios

MODULO 3. LOS PROGRAMAS DE ACTIVIDADES ACUÁTICAS PARA EMBARAZADAS

UNIDAD DIDÁCTICA 5. EL MONITOR DE ACTIVIDADES ACUÁTICAS PARA EMBARAZADAS

1. La Figura del Monitor y su Importancia
2. Estilos de Enseñanza en las Actividades Acuáticas
3. Orientaciones Didácticas Generales
4. Evaluación de actividades acuáticas
5. El perfil de la mujer embarazada como alumna

UNIDAD DIDÁCTICA 6. ACTIVIDADES FÍSICAS ACUÁTICAS PARA EMBARAZADAS

1. Introducción
2. Orientaciones Didácticas
3. Objetivos
4. Programa de Actividades Acuáticas para Mujeres Embarazadas

UNIDAD DIDÁCTICA 7. EJEMPLO DE PROGRAMA DE ACTIVIDADES ACUÁTICAS PARA EMBARAZADAS

1. Introducción
2. Objetivos

3. Contenidos
4. Metodología
5. Recursos Didácticos
6. Evaluación

UNIDAD DIDÁCTICA 8. MATERIALES AUXILIARES Y DE APOYO EN ACTIVIDADES ACUÁTICAS PARA EMBARAZADAS

1. Introducción
2. Material de Apoyo
3. Material de Seguridad
4. Accesorios de natación

MODULO 4. SEGURIDAD Y PRIMEROS AUXILIOS EN ACTIVIDADES ACUÁTICAS PARA EMBARAZADAS

UNIDAD DIDÁCTICA 9. MÉTODOS DE RESCATE. SALVAMENTO ACUÁTICO

1. Introducción
2. Técnicas específicas de salvamento acuático
3. El salvamento acuático en piscinas

UNIDAD DIDÁCTICA 10. PRIMEROS AUXILIOS

1. Introducción
2. Asistencia inicial a una persona accidentada.
3. La Posición lateral de seguridad
4. La Reanimación Cardiopulmonar
5. El Desfibrilador Externo Semiautomático (DESA)
6. Atragantamiento/obstrucción de la Vía Aérea
7. Quemaduras
8. Hemorragias
9. Heridas
10. Traumatismos
11. Lipotimia, Síncope y Shock
12. Insolación y Golpe de Calor
13. Ahogamiento o Asfixia por Inmersión

PARTE 3. RECURSOS ACTIVIDADES ACUÁTICAS PARA DISCAPACITADOS Y EMBARAZADAS

ANEXO 1. VIDEOS DE ACTIVIDADES ACUÁTICAS PARA DISCAPACITADOS Y EMBARAZADAS

1. Ejercicios acuáticos para embarazadas
2. Sobrellevar el embarazo es más fácil con la natación.mp4
3. El camino del agua
4. Hidroterapia en Niños Discapacitados
5. Hidroterapia en personas con parálisis cerebral
6. Asociación ANDA Niños con Discapacidad en Piscina

ANEXO 2. ANEXOS DE ACTIVIDADES ACUÁTICAS PARA DISCAPACITADOS Y EMBARAZADAS

1. Actividad Física saludable en personas con discapacidad.pdf
2. Actividades acuáticas en poblaciones especiales
3. Actividades acuáticas para embarazadas
4. Actividades acuáticas
5. Actividades físicas en el medio acuático para mujeres embarazadas
6. Actividades físico-deportivas con implemenro para personas con discapacidades
7. Actividades para embarazadas, la experiencia del Patronato Municipal de Deportes de Granada
8. El ejercicio físico durante el embarazo
9. El perfil del monitor de actividades acuticas para personas con discapacidad
10. Recomendaciones para los discapacitados físicos y paralíticos cerebrales

PARTE 4. NUTRICIÓN DEPORTIVA

MÓDULO 1. NECESIDADES NUTRICIONALES Y ESTUDIO DE LOS NUTRIENTES

UNIDAD DIDÁCTICA 1. CONCEPTOS Y DEFINICIONES

1. Concepto de bromatología
2. Concepto de alimentación
3. Concepto de nutrición
4. Concepto de alimento
5. Concepto de nutriente
6. Concepto de dietética
7. Concepto de dieta
8. Concepto de ración
9. Concepto de dietista-nutricionista
10. Concepto de salud
11. Concepto de enfermedad

UNIDAD DIDÁCTICA 2. CLASIFICACIÓN DE ALIMENTOS Y NUTRIENTES. GUÍAS ALIMENTARIAS

1. Clasificación de los alimentos
2. Clasificación de nutrientes
3. Necesidades de nutrientes: pirámide nutricional

UNIDAD DIDÁCTICA 3. EL SISTEMA DIGESTIVO

1. Conceptos básicos
2. Anatomía y fisiología del aparato digestivo
3. Proceso de la digestión

UNIDAD DIDÁCTICA 4. NECESIDADES NUTRICIONALES

1. Transformaciones energéticas celulares
2. Unidades de medida de la energía
3. Necesidades energéticas del adulto sano
4. Valor calórico de los alimentos

UNIDAD DIDÁCTICA 5. HIDRATOS DE CARBONO

1. Definición y generalidades
2. Clasificación
3. Funciones
4. Metabolismo de los hidratos de carbono
5. La fibra dietética

UNIDAD DIDÁCTICA 6. LÍPIDOS

1. Definición y generalidades
2. Funciones
3. Distribución
4. Clasificación
5. Metabolismo lipídico

UNIDAD DIDÁCTICA 7. PROTEÍNAS

1. Definición y generalidades
2. Aminoácidos
3. Proteínas
4. Metabolismo de las proteínas
5. Necesidades de proteínas
6. Valor proteico de los alimentos
7. Enfermedades relacionadas con las proteínas

UNIDAD DIDÁCTICA 8. VITAMINAS

1. Introducción
2. Funciones
3. Clasificación
4. Necesidades reales y complejos vitamínicos

UNIDAD DIDÁCTICA 9. MINERALES

1. Introducción
2. Clasificación
3. Características generales de los minerales
4. Funciones generales de los minerales

UNIDAD DIDÁCTICA 10. IMPORTANCIA NUTRICIONAL DEL AGUA

1. Introducción y características del agua
2. El agua en el cuerpo humano
3. Recomendaciones sobre el consumo de agua
4. Trastornos relacionados con el consumo de agua
5. Contenido de agua en los alimentos

MÓDULO 2. ESTUDIO DE LOS ALIMENTOS

UNIDAD DIDÁCTICA 1. VALOR NUTRITIVO Y COMPOSICIÓN DE LOS ALIMENTOS (I)

1. Valor nutritivo de los alimentos
2. Clasificación de los alimentos
3. Alimentos de origen animal

UNIDAD DIDÁCTICA 2. VALOR NUTRITIVO Y COMPOSICIÓN DE LOS ALIMENTOS (II)

1. Alimentos de origen vegetal
2. Cereales y derivados
3. Verduras y Hortalizas
4. Setas y algas
5. Legumbres
6. Frutas y frutos secos
7. Grasas vegetales
8. Otros alimentos
9. Alimentos estimulantes
10. Condimentos y especias

UNIDAD DIDÁCTICA 3. MANIPULACIÓN DE LOS ALIMENTOS

1. Introducción
2. Higiene de los alimentos
3. Calidad alimentaria

UNIDAD DIDÁCTICA 4. TRATAMIENTO CULINARIO DE LOS ALIMENTOS

1. Operaciones a temperatura ambiente
2. Operaciones de cocción

UNIDAD DIDÁCTICA 5. CONSERVACIÓN DE LOS ALIMENTOS

1. Conservación de los alimentos
2. Clasificación de los métodos de conservación de los alimentos
3. Métodos físicos
4. Métodos químicos
5. Tecnologías emergentes
6. Consejos en la adquisición de alimentos
7. Consumo responsable
8. Los hábitos alimenticios: origen y cambio

UNIDAD DIDÁCTICA 6. TCA Y BDN, INGESTAS RECOMENDADAS Y ETIQUETADO DE ALIMENTOS

1. Tablas de composición de los alimentos y Bases de datos nutricionales
2. Ingestas recomendadas
3. Etiquetado de los alimentos

MÓDULO 3. NUTRICIÓN DEPORTIVA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. MIOLOGÍA APLICADA

1. Introducción a la Miología

2. Tipos de Tejido Muscular
3. Características del tejido muscular
4. El Músculo Esquelético
5. Uniones musculares
6. Tono y fuerza muscular
7. La contracción muscular

UNIDAD DIDÁCTICA 2. UTILIZACIÓN DE NUTRIENTES EN EL EJERCICIO

1. Utilización de energía por el músculo
2. Utilización de los hidratos de carbono en el ejercicio
3. Utilización de la grasa en el ejercicio
4. Utilización de las proteínas en el ejercicio
5. Vitaminas y ejercicio
6. Minerales y ejercicio
7. Agua y ejercicio

UNIDAD DIDÁCTICA 3. FISIOLOGÍA DEL EJERCICIO FÍSICO

1. Introducción a la fisiología del ejercicio
2. Ejercicio físico
3. Adaptaciones orgánicas en el ejercicio
4. La fatiga

UNIDAD DIDÁCTICA 4. HIDRATACIÓN Y DEPORTE

1. Introducción
2. Formas de ingresar y eliminar agua del organismo
3. Funciones del agua en el organismo relacionadas con la actividad física
4. Reposición de líquidos y electrolitos
5. Reposición de líquidos, hidratos de carbono y electrolitos
6. Bebidas para deportistas
7. Efectos de la hipertermia y la deshidratación

UNIDAD DIDÁCTICA 5. AYUDAS ERGOGÉNICAS Y DOPAJE

1. Concepto
2. Ayudas ergogénicas de tipo lipídico y sustancias relacionadas
3. Ayudas ergogénicas de tipo proteico, aminoácidos y otras sustancias nitrogenadas
4. Vitaminas y minerales
5. Bicarbonato y otros tampones
6. Otras ayudas ergogénicas
7. Dopaje

UNIDAD DIDÁCTICA 6. PAUTAS NUTRICIONALES EN EL DEPORTE

1. Introducción
2. Gasto calórico
3. Hidratos de carbono
4. Grasas

5. Proteínas
6. Pautas nutricionales para el entrenamiento de hipertrofia:

UNIDAD DIDÁCTICA 7. ACTIVIDAD FÍSICA EN LAS DISTINTAS ETAPAS DE LA VIDA

1. Actividad física en la niñez
2. Actividad física en la adolescencia
3. Actividad física en la edad adulta
4. Actividad física en la tercera edad

Solicita información sin compromiso

¡Matricularme ya!

Telefonos de contacto

España		+34 900 831 200	Argentina		54-(11)52391339
Bolivia		+591 50154035	Estados Unidos		1-(2)022220068
Chile		56-(2)25652888	Guatemala		+502 22681261
Colombia		+57 601 50885563	Mexico		+52-(55)11689600
Costa Rica		+506 40014497	Panamá		+507 8355891
Ecuador		+593 24016142	Perú		+51 1 17075761
El Salvador		+503 21130481	República Dominicana		+1 8299463963

!Encuétranos aquí!

Edificio Educa Edtech

Camino de la Torrecilla N.º 30 EDIFICIO EDUCA EDTECH,
C.P. 18.200, Maracena (Granada)

 formacion@euroinnova.com

 www.euroinnova.com

Horario atención al cliente

Lunes a viernes: 9:00 a 20:00h Horario España

¡Síguenos para estar al tanto de todas nuestras novedades!

España     
Latino America  
Reública Dominicana  

Ver en la web



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

 By
EDUCA EDTECH
Group