

## OBJETIVO

La nutrición y la alimentación es cada día más importante para mantener la salud de la población. Con el gran avance de la obesidad y los malos hábitos alimenticios cada día hay más conciencia sobre este tema.

Además, cada vez hay más gente practicando deporte y ejercicio físico, para lo que la nutrición es un factor clave en este ámbito.

Este curso está orientando tanto en el conocimiento de las habilidades teóricas con rigor científico como en la aplicación práctica del mismo.

Se te darán los conocimientos, herramientas y recursos para poder incorporar hábitos dietéticos saludables y para ayudar al deportista mediante el software de elaboración de dietas ANEF a conseguir objetivos concretos que necesiten de una nutrición específica para mejorar el rendimiento deportivo, así como para promover la pérdida de tejido adiposo y/o el aumento de la masa muscular.



## REQUISITOS

Es un curso sin requisitos de entrada ya que en la primera fase se dan conceptos básicos de la nutrición. Por tanto, es un curso preparado para cualquier persona con inquietudes en la nutrición deportiva. Además, este curso va dirigido a Dietistas-Nutricionista, gente que haya cursado el CFGS de Dietética, personal sanitario, entrenadores personales, preparadores físicos y competidores que quieran tener una especialización en nutrición deportiva.

## SALIDAS LABORALES

Comercial para marcas de suplementación deportiva  
Responsable de tienda física de suplementación deportiva  
Complemento a la figura de entrenador personal, inculcando buenos hábitos alimentarios a clientes, mejorando resultados y fidelización  
Complemento a la figura del dietista/nutricionista y al técnico superior en nutrición y dietética (ambas titulaciones oficiales suelen resultar insuficientes en el ámbito deportivo)

## CONTENIDOS DEL CURSO

### Bases de la Nutrición

Introducción a la Nutrición con base científica  
Entrevista inicial y valoración antropométrica cliente  
El acto alimentario y la digestión humana  
Fisiología y metabolismo energético  
Requisitos energéticos del individuo  
Carbohidratos y su relación con el ejercicio  
Proteínas y su relación con el ejercicio  
Grasas y su relación con el ejercicio  
Fibra alimentaria y su relación con el ejercicio  
Agua e hidratación y su relación con el ejercicio  
Vitaminas y su relación con el ejercicio  
Minerales y su relación con el ejercicio

### Aplicaciones prácticas: Plan Personalizado

Confección de sistemas de alimentación  
Casos prácticos para la mejora de la salud / para la mejora del rendimiento / para la mejora de la composición corporal: músculo y grasa

### Suplementación y Toxicología alimentaria

Suplementación deportiva aplicada a la salud, al rendimiento y a la composición corporal  
Marcas y dosificaciones recomendadas  
Toxicología alimentaria

### Dietética para la Salud

Nutrición en la obesidad  
Nutrición en las patologías metabólicas y cardíacas. Nutrición en las alergias e intolerancias  
Nutrición en las diferentes etapas de la vida



# NUTRICIÓN DEPORTIVA DIETÉTICA PARA LA SALUD

## CALENDARIO

Se trata de un curso de 120 horas (80 horas presenciales + 40 de autoaprendizaje) que se cursa un día a la semana durante cuatro horas

### Entre semana:

Del 5 de Octubre hasta el 22 de Febrero - Lunes de 15:30 a 19:30 h.

Desde el 14 de Octubre hasta el 24 de Febrero - Miércoles de 10:00 a 14:00 h.

**Sábado:** Del 10 de Octubre hasta el 27 de Febrero - Sábado de 9:00 a 13:00 h.

## PRECIO DEL CURSO

El precio del curso es de 1.190€, pero puedes beneficiarte de promociones especiales en función del momento en que te inscribes y de la forma de pago que elijas.

En el precio, elijas la forma de pago que elijas, siempre está incluido: acceso al campus online como soporte adicional, todo el material académico, derechos de examen, certificado de estudios y Diploma.

### **Consulta condiciones aún mejores si te inscribes a una Doble Titulación o Pack Formativo**

#### SI TE MATRICULAS ANTES DEL 30 DE SEPTIEMBRE

-40% de descuento si pagas al contado. Un único pago de 714€.

-35% de descuento si pagas de forma fraccionada en cuotas mensuales. El importe que acabas pagando es de 773,50€.

#### ERES AUTÓNOMO, AFECTADO POR ERTE O ESTÁS DESEMPLEADO

##### SI TE MATRICULAS ANTES DEL 30 DE SEPTIEMBRE

-50% de descuento si pagas al contado. Un único pago de 595€.

-45% de descuento si pagas de forma fraccionada en cuotas mensuales. El importe que acabas pagando es de 654,50€.

#### **PAGO FRACCIONADO EN CUOTAS**

**Nunca se aplican intereses por pago fraccionado**, ya que es la propia escuela quien financia el curso como facilidad de forma de pago. Por eso no es necesario aportar ningún tipo de documentación (ni nóminas, avales o contratos)

Este importe lo podemos fraccionar en cuotas mensuales desde el momento de la inscripción hasta el mes de septiembre.

## MÁS VENTAJAS

### DOBLES TITULACIONES Y PACKS FORMATIVOS

Si quieres ampliar tu formación y tener **más ventajas tanto a nivel académico como de condiciones económicas**, puedes inscribirte a una **Doble Titulación o Pack Formativo**. Te proponemos varias configuraciones pero también las podemos diseñar a tu medida:

- **Dobles Titulaciones** [MAS INFO](#)
- **Packs Formativos** [MÁS INFO](#)

Además de promociones especiales, tendrás de forma gratuita:

- Una Certificación de Especialización del **ICEFS** a escoger entre los que se programen durante el curso 2020-2021
- El Curso de Primeros Auxilios.



# NUTRICIÓN DEPORTIVA DIETÉTICA PARA LA SALUD

## CÓMO MATRICULARTE

En caso de que quisieras formalizar la inscripción puedes mandarnos un e-mail con los siguientes datos:

Nombre y apellidos:  
Dirección:  
CP:  
Población:  
Telf.:  
E-mail:  
Nº DNI.  
Fecha de nacimiento:  
Nombre del Curso:  
Horario:  
Datos bancarios: (En caso de domiciliación bancaria)

En cuanto a documentación, sólo nos faltarían dos fotos carné y una fotocopia del DNI que tendrías que traernos antes del primer día de clase y así aprovechas para firmar tu hoja de matrícula.

### MÉTODOS DE PAGO:

Formas de pago al contado o pago en cuotas: tienes tres formas para realizar el pago

- En efectivo en las instalaciones de ANEF
- Domiciliación bancaria, ANEF te cargará en cuenta mensualmente el importe de las cuotas en el número de cuenta que nos facilites
- Transferencia bancaria

La Caixa: IBAN ES34 2100 1078 5602 0011 2230

Beneficiario: Formación Profesional del Deporte y la Salud, sobre todo haz constar tu nombre y primer apellido + el nombre del curso.