INESEM

BUSINESS SCHOOL

Máster en Coaching Nutricional y Nutrición Deportiva

+ Información Gratis

titulación de formación continua bonificada expedida por el instituto europeo de estudios empresariales

Máster en Coaching Nutricional y Nutrición Deportiva

duración total: 1.500 horas ***horas teleformación:*** 450 horas

precio: 0 € *

modalidad: Online

* hasta 100 % bonificable para trabajadores.

descripción

La nutrición es la ciencia que estudia los alimentos, nutrientes y otras sustancias vinculadas; su acción, interacción y equilibrio respecto a la salud y la enfermedad. El coach es un proceso en el cual el paciente tiene la capacidad de obtener resultados satisfactorios tanto a nivel personal como a nivel profesional. Mediante un adecuado uso del coach nutricional, el paciente será capaz de identificar sus necesidades, adecuando la alimentación a estas y tomando una actitud y determinación necesarias para llevar a cabo este proceso satisfactoriamente. Además, es importantísima una adecuada nutrición en la consecución de una mejora del rendimiento y la salud del deportista, siendo este Máster una herramienta práctica y eficaz para especializar a los profesionales sanitarios en uno de los perfiles con más futuro y demanda en la sociedad actual.
El Máster en Coaching Nutricional y Nutrición Deportiva, gracias a la metodología online, permite que el alumno adapte el proceso de aprendizaje a su ritmo de vida de la forma que le sea más conveniente, haciendo un proceso totalmente autónomo y flexible. Además, contarás con nuestro equipo docente multidisciplinar, compuesto por expertos en el sector, que te guiarán en todo tu proceso de aprendizaje y te orientarán en todo momento, garantizando la calidad de los conocimientos expuestos y resolviendo cualquier duda que pueda surgir a lo largo del estudio.

+ Información Gratis

a quién va dirigido

Todos aquellos trabajadores y profesionales en activo que deseen adquirir o perfeccionar sus conocimientos técnicos en este área.

objetivos

- Conocer la base de la nutrición y los conceptos básicos de esta.
- Estudiar las necesidades nutricionales de la población, así como la importancia de individualizarlas.
- Conocer los principios fundamentales de la Nutrición Deportiva y sus efectos en el rendimiento del deportista.
- Determinar el concepto de coaching y sus utilidades, así como entender la relación de este con la nutrición.

para qué te prepara

Este Máster en Coaching Nutricional y Nutrición Deportiva te prepara para conocer los conceptos básicos de la nutrición, necesidades nutricionales y coaching nutricional, así como la nutrición deportiva y su influencia en la práctica deportiva para obtener un óptimo rendimiento de atletas y deportistas, siendo un área donde se puede aplicar a la vez el coaching nutricional. Comprenderás la importancia de un buen abordaje nutricional. Además, realizarás actividades y ejercicios que complementarán tu formación, llevándola a otro nivel.

+ Información Gratis

salidas laborales

El Máster en Coaching Nutricional y Nutrición Deportiva completará tu formación, capacitándote para trabajar en el ámbito de la nutrición y dietética, en entidades y clubs deportivos, siendo un complemento perfecto para personas con carreras universitarias relacionadas con las ciencias de la salud, el deporte y la nutrición.

titulación

Una vez finalizado el curso, el alumno recibirá por parte de INESEM vía correo postal, la Titulación Oficial que acredita el haber superado con éxito todas las pruebas de conocimientos propuestas en el mismo.

Esta titulación incluirá el nombre del curso/máster, la duración del mismo, el nombre y DNI del alumno, el nivel de aprovechamiento que acredita que el alumno superó las pruebas propuestas, las firmas del profesor y Director del centro, y los sellos de la instituciones que avalan la formación recibida (Instituto Europeo de Estudios Empresariales).

INESEM Instituto Europeo de Estudios Empresariales

INSTITUTO EUROPEO DE ESTUDIOS EMPRESARIALES

Centro de Formación Superior de POSTGRADO INESEM

como centro de Formación acreditado para la impartición a nivel nacional de formación
EXPIDE LA SIGUIENTE TITULACIÓN

NOMBRE DEL ALUMNO/A

con D.N.I. XXXXXXXX ha superado los estudios correspondientes de

Nombre de la Acción Formativa

de XXX horas, perteneciente al Plan de Formación INESEM en la convocatoria de XXXX
Y para que surta los efectos pertinentes queda registrado con número de expediente XXXX- XXXX-XXXX-XXXXXX

Con una calificación de SOBRESALIENTE

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

La direccion General | **Firma del alumno/a**

MARIA MORENO HIDALGO | **Sello** | NOMBRE DEL ALUMNO/A

forma de bonificación

- Mediante descuento directo en el TC1, a cargo de los seguros sociales que la empresa paga cada mes a la Seguridad Social.

metodología

El alumno comienza su andadura en INESEM a través del Campus Virtual. Con nuestra metodología de aprendizaje online, el alumno debe avanzar a lo largo de las unidades didácticas del itinerario formativo, así como realizar las actividades y autoevaluaciones correspondientes. Al final del itinerario, el alumno se encontrará con el examen final, debiendo contestar correctamente un mínimo del 75% de las cuestiones planteadas para poder obtener el título.

Nuestro equipo docente y un tutor especializado harán un seguimiento exhaustivo, evaluando todos los progresos del alumno así como estableciendo una línea abierta para la resolución de consultas.

El alumno dispone de un espacio donde gestionar todos sus trámites administrativos, la Secretaría Virtual, y de un lugar de encuentro, Comunidad INESEM, donde fomentar su proceso de aprendizaje que enriquecerá su desarrollo profesional.

materiales didácticos

- Manual teórico 'Introducción a la Nutrición Humana y Dietética'
- Manual teórico 'Grupos de Alimentos: Aproximaciones a su Estudio, Valor Nutricional y Principios de Higie
- Manual teórico 'Estudio de las Necesidades Nutricionales en los Diferentes Grupos Poblacionales'
- Manual teórico 'Coaching Nutricional'
- Manual teórico 'Nutrición Deportiva'
- Manual teórico 'Nutrición Deportiva Aplicada'

profesorado y servicio de tutorías

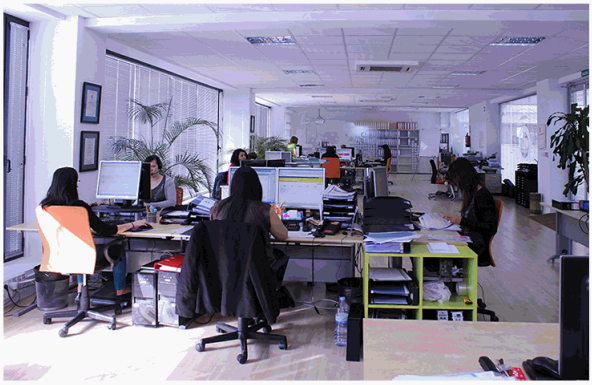
Nuestro equipo docente estará a su disposición para resolver cualquier consulta o ampliación de contenido que pueda necesitar relacionado con el curso. Podrá ponerse en contacto con nosotros a través de la propia plataforma o Chat, Email o Teléfono, en el horario que aparece en un documento denominado “Guía del Alumno” entregado junto al resto de materiales de estudio. Contamos con una extensa plantilla de profesores especializados en las distintas áreas formativas, con una amplia experiencia en el ámbito docente.

El alumno podrá contactar con los profesores y formular todo tipo de dudas y consultas, así como solicitar información complementaria, fuentes bibliográficas y asesoramiento profesional. Podrá hacerlo de las siguientes formas:

- **Por e-mail**: El alumno podrá enviar sus dudas y consultas a cualquier hora y obtendrá respuesta en un plazo máximo de 48 horas.

- **Por teléfono**: Existe un horario para las tutorías telefónicas, dentro del cual el alumno podrá hablar directamente con su tutor.

- **A través del Campus Virtual**: El alumno/a puede contactar y enviar sus consultas a través del mismo, pudiendo tener acceso a Secretaría, agilizando cualquier proceso administrativo así como disponer de toda su documentación



plazo de finalización

El alumno cuenta con un período máximo de tiempo para la finalización del curso, que dependerá de la misma duración del curso. Existe por tanto un calendario formativo con una fecha de inicio y una fecha de fin.

campus virtual online

especialmente dirigido a los alumnos matriculados en cursos de modalidad online, el campus virtual de inesem ofrece contenidos multimedia de alta calidad y ejercicios interactivos.

comunidad

servicio gratuito que permitirá al alumno formar parte de una extensa comunidad virtual que ya disfruta de múltiples ventajas: becas, descuentos y promociones en formación, viajes al extranjero para aprender idiomas...

revista digital

el alumno podrá descargar artículos sobre e-learning, publicaciones sobre formación a distancia, artículos de opinión, noticias sobre convocatorias de oposiciones, concursos públicos de la administración, ferias sobre formación, etc.

secretaría

Este sistema comunica al alumno directamente con nuestros asistentes, agilizando todo el proceso de matriculación, envío de documentación y solución de cualquier incidencia.

Además, a través de nuestro gestor documental, el alumno puede disponer de todos sus documentos, controlar las fechas de envío, finalización de sus acciones formativas y todo lo relacionado con la parte administrativa de sus cursos, teniendo la posibilidad de realizar un seguimiento personal de todos sus trámites con INESEM

+ Información Gratis

programa formativo

MÓDULO 1 INTRODUCCIÓN A LA NUTRICIÓN HUMANA Y DIETÉTICA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. PRINCIPIOS BÁSICOS DE DIETÉTICA Y NUTRICIÓN

1.Bromatología
2.La ingestión alimenticia
3.La importancia de la nutrición
4.Clasificación de los alimentos
5.Clasificación de los nutrientes
6.La ciencia de la dietética
7.¿Qué es una dieta?
8.¿Qué es una ración?
9.El concepto del dietista-nutricionista
10.¿Qué es la salud?
11.¿Qué es la enfermedad?

UNIDAD DIDÁCTICA 2. ALIMENTOS: COMPONENTES ESENCIALES

1.Los alimentos y su clasificación
2.Los nutrientes y su clasificación
3.Guías alimentarias y las necesidades nutricionales

UNIDAD DIDÁCTICA 3. ANATOMÍA Y FISIOLOGÍA DEL APARATO DIGESTIVO

1.Conceptos fundamentales en dietética y nutrición
2.Funcionamiento del aparato digestivo
3.El proceso de la digestión

UNIDAD DIDÁCTICA 4. NECESIDADES DE LOS ALIMENTOS: NUTRICIÓN Y ENERGÍA

1.La transformación celular energética
2.¿Cuáles son las unidades de medida de la energía?
3.El adulto sano y sus necesidades energéticas
4.Los alimentos y su valor calórico

UNIDAD DIDÁCTICA 5. NUTRIENTES ENERGÉTICOS I: HIDRATOS DE CARBONO

1.Los hidratos de carbono
2.Clasificación de los hidratos de carbono
3.¿Qué funciones cumplen los hidratos de carbono?
4.Los hidratos de carbono; Metabolismo
5.La fibra dietética

UNIDAD DIDÁCTICA 6. NUTRIENTES ENERGÉTICOS II: LÍPIDOS

1.Los lípidos: Conceptos y generalidades
2.Las funciones de los lípidos
3.Los lípidos y su distribución
4.Clasificación lipídica
5.El metabolismo de los lípidos

UNIDAD DIDÁCTICA 7. NUTRIENTES ENERGÉTICOS III: PROTEÍNAS

1.Las proteínas; definición y generalidades
2.¿Qué son los aminoácidos?
3.Estructura, clasificación y función de las proteínas
4.Las proteínas y su metabolismo
5.Las proteínas y sus necesidades
6.La importancia del valor proteico en los alimentos
7.Patologías relacionadas con las proteínas

UNIDAD DIDÁCTICA 8. NUTRIENTES NO ENERGÉTICOS I: VITAMINAS

1.Las vitaminas

+ Información Gratis

2.Las vitaminas y sus funciones
3.Clasificación vitamínica
4.Los complejos vitamínicos y las necesidades reales

UNIDAD DIDÁCTICA 9. NUTRIENTES NO ENERGÉTICOS II: MINERALES

1.Los minerales
2.Clasificación de los minerales
3.Características propias de los minerales
4.Los minerales y sus funciones

UNIDAD DIDÁCTICA 10. NUTRIENTES NO ENERGÉTICOS III: EL AGUA Y SU IMPORTANCIA NUTRICIONAL

1.El agua
2.Distribución del agua en el cuerpo humano
3.Recomendaciones acerca de su consumo
4.Alteraciones relacionadas con el consumo de agua
5.El agua en los alimentos

MÓDULO 2. GRUPOS DE ALIMENTOS: APROXIMACIONES A SU ESTUDIO VALOR NUTRICIONAL Y PRINCIPIOS DE LOS ALIMENTOS

UNIDAD DIDÁCTICA 1. VALOR NUTRICIONAL DE LOS ALIMENTOS

1.El valor nutricional de los alimentos
2.Los alimentos y su clasificación según su origen
3.El origen de los alimentos: animales

UNIDAD DIDÁCTICA 2. RELACIÓN DE LA COMPOSICIÓN DE LOS DISTINTOS GRUPOS DE ALIMENTOS Y SU VALOR NUTRICIONAL

1.El origen de los alimentos: vegetales
2.La familia de las gramíneas y sus derivados
3.Verduras y Hortalizas: Clasificación y composición
4.El consumo de setas y algas
5.Legumbres: estructura y valor nutritivo
6.Las frutas y frutos secos; clasificación
7.Las grasas vegetales: el aceite de oliva
8.Otros alimentos: edulcorantes y fruitivos
9.Café, té y cacao: alimentos estimulantes
10.Los condimentos, las especias y su clasificación

UNIDAD DIDÁCTICA 3. HIGIENE ALIMENTARIA: FUNDAMENTOS DE LA MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS

1.La cadena alimentaria
2.Condiciones y objetivos a cumplir en la cadena alimentaria
3.Calidad higiénica, nutritiva, sensorial y tecnológica

UNIDAD DIDÁCTICA 4. TÉCNICAS CULINARIAS Y SU EFECTO EN EL VALOR NUTRICIONAL DE LOS ALIMENTOS

1.Lavado, pelado y troceado de alimentos
2.El proceso de la cocción en alimentos

UNIDAD DIDÁCTICA 5. MÉTODOS DE CONSERVACIÓN EN LOS ALIMENTOS

1.El proceso de la conservación
2.Métodos de conservación según su naturaleza
3.Métodos físicos de conservación
4.Métodos químicos de conservación
5.Pulsos eléctricos de alta intensidad de campo, altas presiones hidrostáticas y envasado activo
6.Decálogo del consumidor
7.Recomendaciones para un consumo responsable
8.El origen de los hábitos alimenticios

UNIDAD DIDÁCTICA 6. PLANIFICACIÓN DE DIETAS: INGESTAS RECOMENDADAS Y TABLAS DE COMPOSICIÓN

+ Información Gratis

DE LOS ALIMENTOS. ETIQUETADO NUTRICIONAL

1.Herramientas de estimación nutricional en la población
2.Requerimientos nutricionales
3.Legislación en el etiquetado de los alimentos

MÓDULO 3. ESTUDIO DE LAS NECESIDADES NUTRICIONALES EN LOS DIFERENTES GRUPOS POBLACIONALES

UNIDAD DIDÁCTICA 1. DIETA EQUILIBRADA

1.Principios básicos
2.Dieta mediterránea: paradigma de la dieta equilibrada
3.Macronutrientes y su distribución energética
4.Metodología de trabajo en elaboración de dietas
5.Errores y creencias más comunes relacionados con la alimentación

UNIDAD DIDÁCTICA 2. HERRAMIENTAS PARA LA EVALUACIÓN DEL ESTADO NUTRICIONAL

1.Clasificación
2.Entrevista dietética
3.Evaluación del consumo de alimentos
4.Historia e indicadores clínicos
5.Medidas antropométricas
6.Pruebas bioquímicas
7.Determinación de la función inmunológica

UNIDAD DIDÁCTICA 3. EMBARAZO: PRINCIPALES CONSIDERACIONES Y REQUERIMIENTOS NUTRICIONALES

1.Consideraciones generales
2.Variabilidad fisiológica en el embarazo
3.Aumento de los requerimientos nutricionales
4.Consejos nutricionales
5.Desórdenes y complicaciones relacionados con el embarazo

UNIDAD DIDÁCTICA 4. LACTANCIA MATERNA: PRINCIPALES CONSIDERACIONES Y REQUERIMIENTOS NUTRICIONALES

1.Variabilidad fisiológica en la mujer lactante
2.Requerimientos nutricionales
3.Consejos nutricionales en la mujer lactante
4.Medidas higiénico-dietéticas
5.Lactancia materna Vs Lactancia artificial
6.Ergonomía y aspectos prácticos de la lactancia
7.Características de las tomas

UNIDAD DIDÁCTICA 5. LACTANTE: PRINCIPALES CONSIDERACIONES Y REQUERIMIENTOS NUTRICIONALES

1.Variabilidad fisiológica
2.Crecimiento y desarrollo nutricional
3.Requerimientos nutricionales del lactante
4.Diversificación alimentaria (DA): alimentación de destete
5.Aspectos prácticos en la preparación del biberón

UNIDAD DIDÁCTICA 6. INFANCIA: PRINCIPALES CONSIDERACIONES Y REQUERIMIENTOS NUTRICIONALES

1.Variabilidad fisiológica
2.Crecimiento y desarrollo nutricional
3.Determinantes de los hábitos alimenticios en la infancia
4.Grupos de alimentos en la alimentación infantil
5.Requerimientos nutricionales en la infancia
6.Distribución de las tomas diarias
7.Educación nutricional
8.Planificación del menú semanal

+ Información Gratis

9.Relación dieta equilibrada - desarrollo infantil: aspectos fundamentales
10.Obesidad infantil: Estrategia para la nutrición, actividad física y la prevención de la obesidad
11.Situación actual del consumo alimentario infantil
12.Menú escolar
13.Principios de hábitos saludables en la infancia

UNIDAD DIDÁCTICA 7. ADOLESCENCIA: PRINCIPALES CONSIDERACIONES Y REQUERIMIENTOS NUTRICIONALES

1.Fundamentos de la nutrición en la adolescencia
2.Variabilidad fisiológica: velocidad de crecimiento y modificación de la masa corporal
3.Requerimientos nutricionales en la adolescencia
4.Principios de hábitos saludables en el adolescente

UNIDAD DIDÁCTICA 8. TERCERA EDAD: PRINCIPALES CONSIDERACIONES Y REQUERIMIENTOS NUTRICIONALES

1.Envejecimiento
2.Variabilidad asociada al proceso de envejecimiento
3.Requerimientos nutricionales en la tercera edad
4.Precauciones en la preparación y planificación de la comida del anciano
5.Planificación de menús
6.Dificultades en la deglución: Alimentación básica adaptada
7.Cambios hormonales en la mujer y su alimentación

MÓDULO 4. NUTRICIÓN DEPORTIVA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. NECESIDADES NUTRICIONALES DEL CUERPO HUMANO

1.Transformaciones energéticas
2.Unidades de medida energéticas
3.Necesidades energéticas de un adulto
4.Calorías en los alimentos
5.Pirámide nutricional

UNIDAD DIDÁCTICA 2. LA UTILIZACIÓN DE LOS NUTRIENTES DURANTE LA PRÁCTICA FÍSICA

1.El uso de la energía muscular
2.Los hidratos de carbono
3.Las grasas en el ejercicio físico
4.Las proteínas en el ejercicio físico
5.Las vitaminas
6.Los minerales
7.El agua en la práctica física

UNIDAD DIDÁCTICA 3. LA IMPORTANCIA DE LA HIDRATACIÓN EN LA PRÁCTICA DEPORTIVA

1.Equilibrio hídrico
2.Ingesta y eliminación de agua
3.Las funciones del agua durante la práctica deportiva
4.La reposición de líquidos y electrolitos durante la práctica deportiva
5.Pautas para la correcta reposición de líquidos, hidratos de carbono y electrolitos
6.Tipos de bebidas recomendadas durante la práctica deportiva
7.La hipertemia y la deshidratación. Efectos

UNIDAD DIDÁCTICA 4. ERGOGENIA Y DOPAJE

1.Comienzos de las técnicas ergogénicas
2.Los lípidos e hidratos de carbono con elementos de ayuda ergogénica
3.Las proteínas, aminoácidos
4.Las vitaminas y los minerales como suplemento
5.El bicarbonato, el citrato y el fosfato
6.Otras sustancias utilizadas como ayuda ergonómica
7.El dopaje

+ Información Gratis

UNIDAD DIDÁCTICA 5. PRINCIPALES RECOMENDACIONES NUTRICIONALES EN LA PRÁCTICA DEPORTIVA

1.La educación alimentaria
2.Índices de gasto calórico
3.Los hidratos de carbono y sus requerimientos durante la práctica deportiva
4.Las grasas
5.Las proteínas y sus requerimientos durante la práctica deportiva
6.El entrenamiento de la hipertrofia

UNIDAD DIDÁCTICA 6. ELABORACIÓN DE DIETAS PARA DEPORTISTAS

1.Dietas
2.Necesidades de nutrientes
3.Dietas para deportistas
4.Menú base diario orientativo, para los deportes de fuerza y resistencia
5.Tipos de dietas
6.Tendencias nutricionales de los deportistas

UNIDAD DIDÁCTICA 7. ACTIVIDAD FÍSICA A LO LARGO DE LA VIDA

1.La práctica de la actividad física en la niñez
2.La práctica de la actividad física en la adolescencia
3.La práctica de la actividad física en la edad adulta
4.La práctica de la actividad física en la tercera edad

MÓDULO 5. NUTRICIÓN DEPORTIVA APLICADA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. ACTIVIDAD FÍSICA EN LAS DISTINTAS ETAPAS DE LA VIDA

1.Actividad física
2.Actividad física en la niñez
3.Actividad física en la adolescencia
4.Actividad física en la tercera edad
5.Actividad física y nutrición durante el embarazo

UNIDAD DIDÁCTICA 2. NUTRICIÓN Y RENDIMIENTO DEPORTIVO

1.El rendimiento deportivo
2.Influencia de la nutrición en el rendimiento deportivo
3.Nutrición para el entrenamiento
4.Nutrición para la recuperación

UNIDAD DIDÁCTICA 3. NUTRICIÓN DEPORTIVA EN FUNCIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA PRACTICADA: DEPORTES DE FUERZA Y RESISTENCIA

1.Introducción a la resistencia y la fuerza
2.La práctica de Fitness y sus recomendaciones nutricionales
3.La práctica del Atletismo - pruebas de semifondo y sus recomendaciones
4.La práctica del Atletismo - pruebas de fondo y sus recomendaciones
5.La práctica del Boxeo y sus recomendaciones nutricionales
6.La sobrecarga de carbohidratos en los deportes de fuerza y resistencia

UNIDAD DIDÁCTICA 4. NUTRICIÓN DEPORTIVA EN FUNCIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA PRACTICADA: DEPORTES DE FLEXIBILIDAD Y VELOCIDAD

1.Introducción a la velocidad y la flexibilidad
2.La práctica de las Artes Marciales y sus recomendaciones nutricionales
3.La práctica del Baloncesto y sus recomendaciones nutricionales
4.La práctica de la Gimnasia y sus recomendaciones nutricionales
5.La práctica de la Natación - pruebas cortas y sus recomendaciones nutricionales
6.La práctica del Atletismo - pruebas de velocidad y sus recomendaciones nutricionales

UNIDAD DIDÁCTICA 5. EL PAPEL DE LA NUTRICIÓN EN LA RECUPERACIÓN DE LESIONES DEPORTIVAS

1.Concepto de lesión deportiva
2.Lesiones deportivas y nutrición

UNIDAD DIDÁCTICA 6. EL PAPEL DE LA NUTRICIÓN EN SITUACIONES DEPORTIVAS ESPECIALES

+ Información Gratis

1.Situaciones especiales en la práctica deportiva
2.La práctica del Sumo y sus recomendaciones nutricionales
3.La práctica del Culturismo y sus recomendaciones nutricionales
4.La práctica del Automovilismo y sus recomendaciones nutricionales
5.La práctica del Alpinismo y sus recomendaciones nutricionales

UNIDAD DIDÁCTICA 7. LA NUTRICIÓN EN DEPORTISTAS DE ÉLITE

1.Pasado y presente en el deporte de élite
2.La dieta para el deportista de élite
3.Los aminoácidos en la dieta del atleta

UNIDAD DIDÁCTICA 8. LA INFLUENCIA DE LOS ASPECTOS PSICOLÓGICOS EN LA NUTRICIÓN DEPORTIVA

1.Aspectos psicológicos: deporte y nutrición
2.Efectos de la presión social y deportiva sobre la psicología y las prácticas nutricionales del deportista
3.La relación psicología-nutrición en diferentes poblaciones activas y sedentarias
4.Trastornos de la conducta alimentaria en el deporte

UNIDAD DIDÁCTICA 9. COACHING DEPORTIVO Y NUTRICIONAL

1.Concepto de Coaching
2.El origen del coaching deportivo
3.Coaching deportivo: aprender a fluir

UNIDAD DIDÁCTICA 10. COACHING PASO A PASO

1.El contrato: evaluación inicial y establecimiento de la relación
2.Valoración y diseño del plan de acción
3.Sesiones de trabajo y entrenamiento
4.Evaluación del progreso
5.La primera sesión

MÓDULO 6. COACHING NUTRICIONAL

UNIDAD DIDÁCTICA 1. INTRODUCCIÓN AL COACHING

1.Definición de coaching
2.Origen del coaching
3.Importancia del coaching. Beneficios del coaching
4.El coaching nutricional

UNIDAD DIDÁCTICA 2. FUNDAMENTOS DEL COACHING

1.Conceptos y aspectos fundamentales
2.El papel del coach
3.La figura del coachee

UNIDAD DIDÁCTICA 3. EL PROCESO DEL COACHING

1.Proceso de coaching
2.Fases del proceso de coaching
3.Importancia de la sesión inicial de coaching
4.Técnicas del proceso de coaching
5.El proceso de cambio

UNIDAD DIDÁCTICA 4. EDUCACIÓN NUTRICIONAL

1.La importancia de la educación nutricional
2.Modificación de la conducta alimentaria
3.Herramientas y talleres educativos nutricionales
4.Compra saludable
5.Divulgación nutricional de calidad

UNIDAD DIDÁCTICA 5. PSICONUTRICIÓN

1.Importancia tratamiento interdisciplinar
2.Inteligencia emocional
3.Alimentación emocional y relación con la comida
4.¿Por qué fracasan las dietas?

+ Información Gratis

UNIDAD DIDÁCTICA 6. APLICACIONES PRÁCTICAS

1. Importancia del coach nutricional en diversas áreas
2. Creatividad en la consulta

MÓDULO 7. PROYECTO FIN DE MÁSTER