

Assignatura de Valoració integral de l'esportista

Assignatura Online de Valoració integral de l'esportista

Inici **Online**
100%

Idiomes:

Preu:



Metodologia 100% online



1a. universitat online del món



Acompanyament personalitzat

Presentació

L'assignatura de Valoració integral de l'esportista et proporciona les eines essencials per analitzar el perfil complet de l'atleta mitjançant mètodes d'avaluació nutricional, bioquímica i antropomètrica de precisió. Aprenderàs a utilitzar dispositius tecnològics per al monitoratge en temps real, garantint una presa de decisions basada en dades objectives.

Aquest curs atorga una microcredencial.

Per què has d'especialitzar-te en la valoració integral de l'esportista a la UOC?

Obtindràs les competències necessàries per liderar l'anàlisi del rendiment esportiu:

- Aplicar mètodes avançats de valoració nutricional i avaluació de la ingesta alimentària basats en l'evidència científica.
- Interpretar amb rigor els resultats bioquímics i els compartiments de la composició corporal per optimitzar la salut de l'esportista.
- Dominar la tècnica de cineantropometria i el càlcul precís de mesures antropomètriques per a un seguiment professional i exigent.
- Implementar eines de tecnologia mòbil i aparells tecnològics per al monitoratge integral i constant de l'activitat de l'esportista.
- Formular judicis clínics complexos integrant dades de salut i nutrició amb una visió crítica, ètica i altament professional.

Aquest curs s'orienta a desenvolupar competències professionals específiques.

La UOC, la millor universitat online

Som la universitat online de l'Estat més ben posicionada als principals rànquings de qualitat universitària.

Pioners en e-learning i ara també en l'ús de la IA a les aules, apostant pel rigor acadèmic i el seu ús responsable, crític i ètic.



Continguts

Continguts

Aquest curs és de 4 crèdits ECTS, preveu una dedicació de l'estudiant de 100 hores (25 hores per crèdit) i té una durada de 4 mesos.

Continguts

- Importància de la valoració nutricional en l'esport.
- Mètodes d'avaluació de la ingesta alimentària.
- Determinació de les necessitats energètiques.
- Valoració bioquímica de l'esportista.
- Composició corporal, salut i rendiment.
- Tècnica de mesurament en cineantropometria.
- Utilitat de les eines de tecnologia mòbils en la valoració integral de l'esportista.

Resultats d'aprenentatge

En aquest curs adquiriràs els coneixements, les habilitats i les competències següents:

Coneixements

- Obtenir el coneixement teòric dels compartiments essencials del cos i els fonaments de les mesures antropomètriques.
- Comprendre els diferents mètodes de valoració nutricional, biomarcadors i paràmetres bioquímics aplicats a l'esport.

Habilitats

- Calcular amb precisió i rigor mesures antropomètriques de l'esportista.
- Valorar i interpretar resultats bioquímics, així com buscar, analitzar i sintetitzar informació científica de salut per facilitar la presa de decisions.
- Aplicar de manera pràctica les tecnologies de la informació (TIC) i eines de monitoratge en l'entorn acadèmic i de salut esportiva.
- Transmetre conclusions científiques i informació de salut de manera clara i sense ambigüitats, tant a públics especialitzats com no especialitzats, a través de diversos mitjans.

Objectius i competències

Aquest curs està orientat a l'adquisició de competències professionals de caràcter pràctic i s'ha dissenyat amb l'objectiu de donar resposta a les necessitats actuals de la societat i el mercat de treball.

L'objectiu principal d'aquesta assignatura és dur a terme una valoració integral de l'esportista, a partir de la identificació i descripció dels elements fonamentals de l'esportista, aplicant els diferents mètodes d'avaluació nutricional, bioquímica i antropomètrica.

Competències

Aquest curs forma part del catàleg de microcredencials de la UOC i certifica el desenvolupament dels coneixements i les competències professionals següents:

- Anatomia humana
- Bioquímica clínica
- Avaluació de l'estat de salut nutricional dels pacients
- Realització de recerques científiques
- Anàlisi de sistemes TIC
- Comunicació de troballes científiques
- Formulació d'una intervenció dietètica
- Garantia de la confidencialitat de la informació

Aquestes competències clau en el mercat de treball han estat definides a partir de la classificació europea de competències, qualificacions i ocupacions (ESCO), per tal de facilitar l'ocupabilitat i la mobilitat laboral, així com el reconeixement entre centres educatius.

Recursos per a l'aprenentatge

La UOC ofereix un **model flexible** que permet a l'estudiantat **aprendre en qualsevol lloc i en qualsevol moment**. L'estudiantat pot adaptar el procés d'aprenentatge en funció del seu estil de vida i consultar els recursos d'aprenentatge i interaccionar-hi en diferents formats i des de múltiples dispositius.

A les aules es treballa en una modalitat d'acció formativa compacta construïda a partir d'una situació definida entorn d'un **repte**, basada en competències i que té com a nucli una activitat.

Aquesta modalitat permet un aprenentatge:

- flexible,
- en harmonia amb el ritme i l'esforç de l'estudiantat,
- contextualitzat en la realitat socioprofessional que dona sentit a la titulació.

Es proporciona una **selecció de recursos (Niu)** per resoldre els reptes que es plantegen a les aules. El Niu té una estructura tipus mosaic i permet integrar recursos produïts per la UOC, d'altres que la UOC té a la Biblioteca o recursos de la xarxa. Cada recurs s'acompanya d'informació que ajuda l'estudiantat a planificar i organitzar el treball.

La UOC es planteja el repte de fer evolucionar el concepte de mòdul didàctic amb la intenció d'oferir **una diversitat de formats segons les necessitats pedagògiques**. D'aquesta manera, el ventall de recursos s'amplia amb continguts innovadors i atractius per respondre als diferents estils d'aprenentatge i de generacions d'aprenents, incorporant les noves tendències en aprenentatge en línia.

En aquest sentit, els recursos poden estar disponibles en diferents idiomes (castellà o anglès), en funció de la tipologia.

[+ Vols consultar més informació sobre els recursos de la UOC?](#)

Professorat

Direcció dels Estudis

Salvador Macip Maresma

Doctor en Medicina i Cirurgia per la Universitat de Barcelona. Catedràtic de Medicina Molecular al Departament de Biologia Molecular i Cel·lular a la Universitat de Leicester, on dirigeix el Mechanisms of Cancer and Ageing Laboratory.

Docent de pregrau i postgrau des del 2008. Ha publicat més de cinquanta articles en revistes biomèdiques indexades a PubMed. Ha publicat onze llibres de divulgació científica i col·labora regularment amb diversos mitjans fent difusió de la ciència.

Direcció del programa

Diana Alicia Diaz Rizzolo

Doctora en Biomedicina, màster en Medicina Traslacional i diplomada en Nutrició Humana i Dietètica. Investigadora postdoctoral al Grup de Recerca Transversal en Atenció Primària (Hospital Clínic - IDIBAPS). Membre de l'Àrea de Nutrició de la "Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición". Coordinadora del grup de treball d'Estils de vida de la "Sociedad Española de Diabetes".

Professorat

Laura García Molina

Requisits d'accés

Requisits previs

Es recomana un nivell de competència en **llengua anglesa equivalent al B2** del Marc europeu comú de referència per a les llengües, que permeti la **consulta i comprensió de recursos d'aprenentatge i d'articles científics en anglès**.

Es recomana un nivell de competència d'usuari en l'**ús de les tecnologies de la informació i la comunicació**.

Requisits tècnics

Per al seguiment d'aquesta assignatura és necessari disposar d'un ordinador de sobretaula o portàtil amb connexió a internet (per banda ampla, ADSL o cable) i un monitor amb una resolució mínima de 1.024 x 768 píxels. Per a poder consultar alguns materials també pot ser necessari un lector de DVD.

És recomanable que la CPU (sigui d'un ordinador de sobretaula o d'un portàtil) tingui com a mínim 2 GB de memòria RAM i 2 GHz de velocitat de processador.

És necessari un sistema operatiu Windows XP (o superior), Mac OS o Linux*. També es necessita tenir instal·lat un dels navegadors següents: Internet Explorer 9.0 (o superior), Mozilla Firefox o Chrome.

* A causa de la gran varietat de distribucions que hi ha, no especificuem totes les versions possibles.

Titulació

L'estudiantat que superi aquest curs obtindrà una microcredencial, un certificat signat electrònicament que acredita l'assoliment de les competències vinculades a la formació realitzada.

Quines característiques té una microcredencial?

- És un certificat en format digital i portable, que permet compartir-lo fàcilment amb ocupadors, si s'està buscant feina, o amb centres de formació, si es vol demanar el reconeixement d'aquest curs per continuar formant-se.
- Conté informació detallada i de valor sobre la formació obtinguda, amb l'objectiu de facilitar-ne la validació i el reconeixement per part de tercers.
- Es pot enllaçar fàcilment des del currículum i compartir en xarxes socials, com ara LinkedIn.

A més, aquesta microcredencial permet obtenir 4 crèdits en el cas que vulguis continuar la formació en el programa de diploma d'expert de Nutrició, Esport i Salut, o el màster universitari d'Alimentació en l'Activitat Física i l'Esport, sempre que compleixis els requisits d'accés a aquestes titulacions.

Per a més informació sobre les microcredencials, pots consultar la nostra pàgina [Què són les microcredencials?](#)

La UOC, la millor universitat online

Matrícula i preu

Procés de matrícula

1 Formularis de matrícula

Emplena el formulari de matrícula del curs concret que t'interessa, que trobaràs a la part inferior de la pàgina.

A partir de la formalització de la matrícula, disposes de catorze dies per exercir el teu dret de desistiment de matrícula.

2 Accés al Campus

Campus Virtual

Un cop sol·licitat l'accés, rebràs un nom d'usuari i una contrasenya que et permetran accedir al Campus Virtual, on trobaràs tota la informació i els recursos que et poden ser necessaris.

Tutoria

Un cop al Campus Virtual, tindreu accés al suport permanent de tutoria que us assessorarà i orientarà en l'elecció d'assignatures, d'acord amb el bagatge acadèmic previ que teniu, els vostres interessos i el temps de què disposeu.

Espai de tràmits

El Campus Virtual disposa d'un espai de tràmits on podreu consultar i gestionar totes les qüestions de caràcter acadèmic, com ara matricular-vos, consultar les formes de pagament i descomptes disponibles, demanar una beca o convalidar els estudis anteriors.

Quan et pots matricular?

A la UOC et pots matricular en dos moments diferents de l'any. Trieu l'opció que millor s'adapti a les vostres necessitats. Consulta el termini de matriculació i l'inici de curs a la pàgina dels estudis que t'interessin cursar.



Matriculació a partir de l'abril

per començar el curs al **setembre** o **octubre**



Matriculació a partir de l'octubre

per començar el curs al **febrer** o **març**

Concepte

Preu

Preu del curs

El preu d'aquest programa serà el vigent en el moment de formalitzar la matrícula. Subjecte a revisió anual.

122.750 graduats i graduades

89 % d'estudiants que estudien i treballen

79 % tornaria a escollir la UOC

Formes de pagament

El pagament dels cursos es fa amb targeta.

1. TPVV: pagament amb una targeta de crèdit o de dèbit de qualsevol entitat financera, mitjançant el TPVV (terminal de punt de venda virtual) de «la Caixa».

Descomptes

La UOC ofereix un seguit de descomptes. Si et pots acollir a algun, caldrà que en el moment de fer la matrícula el triïs en el desplegable de l'apartat Descomptes. En cas que et puguis acollir a més d'un, hauràs de triar el més beneficiós.

Descomptes per a col·lectius

Família nombrosa

L'estudiantat beneficiari del títol de família nombrosa reconegut per la resta de països té dret als descomptes següents, en funció de la categoria:

- Famílies nombroses de categoria especial: descompte del 15% sobre els preus dels recursos per a l'aprenentatge i els serveis de suport a l'aprenentatge.
- Famílies nombroses de categoria general: descompte del 7,5% sobre els preus dels recursos per a l'aprenentatge i els serveis de suport a l'aprenentatge.

Persones amb discapacitat

Els estudiants amb un grau de discapacitat **igual o superior al 33%** reconegut per l'Estat espanyol, o el grau **equivalent** per qualsevol altre país, tenen dret a un **descompte del 15%**.

Víctimes d'actes terroristes

Els estudiants (o els seus fills o cònjuges) que hagin estat reconeguts com a víctima d'actes terroristes per l'organisme competent en l'Estat espanyol, o de qualsevol altre país, tenen dret a un **descompte del 15%**.

Víctimes de violència masclista a l'àmbit de la parella

Els estudiants (i els seus fills o filles dependents) que hagin estat reconeguts com a víctima de violència de gènere, per l'organisme competent en l'Estat espanyol, o de qualsevol altre país, tenen dret a un **descompte del 15%**.

Programa UOC d'acompanyament a l'esportista de competició

L'estudiantat considerat esportista de competició té dret a un descompte sobre l'import de la matrícula.

+ [Consulta la informació del programa](#)

UOC

Consulteu l'oferta formativa de la UOC uoc.edu/ca/estudis

 Universitat Oberta
de Catalunya