



VERANO

UNIVERSIDAD EUROPEA
MIGUEL DE CERVANTES

'21

NUTRICIÓN Y DEPORTE

ONLINE

LA ALIMENTACIÓN EN EL DEPORTE DESDE UN ENFOQUE PRÁCTICO

6, 7 Y 8 DE JULIO DE 2021



ORGANIZA:

UEMC

Universidad Europea
Miguel de Cervantes

6 DE JULIO DE 2021

10:00 h - Introducción y bienvenida.

Sandra Antón San Atanasio - Directora del Curso

10:30 h. - Requerimientos energéticos y nutricionales en los diferentes deportes.

Belén Rodríguez Doñante - Doctora en Nutrición y licenciada en Ciencia y Tecnología de los Alimentos. Experta en Nutrición Deportiva y Obesidad. Entrenador Personal Avanzado.

11:45 h. - Valoración del estado nutricional de los deportistas. Situaciones de riesgo nutricional habituales.

Daniel Escaño Martín - Diplomado en Nutrición Humana y Dietética. Especialista en Alto Rendimiento Deportivo.

7 DE JULIO DE 2021

10:30 h - Entrenar la hidratación.

Raúl López Grueso - Doctor en Fisiología, DEA en Fisiología y en Nutrición Humana. Máster en Obesidad y Factores de Riesgo Cardiovascular. Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, especializado en Alto Rendimiento Deportivo y Fisiología. Diplomado en Nutrición Humana y Dietética, especializado en Nutrición Deportiva y Envejecimiento.

11:45 h. - Veganismo y deporte.

Georgina Dávila Buriello - Graduada en Nutrición Humana y Dietética y Máster en Cineantropometría y Nutrición Deportiva.

8 DE JULIO DE 2021

10:30 h - Organización de la dieta para el rendimiento y control de peso.

Sandra Antón San Atanasio - Dietista-Nutricionista y Graduada en Ciencias de la Actividad Física y Deporte. Máster de Entrenamiento y Nutrición Deportiva y Postgrado de Especialista Universitario en entrenamiento personal. Certified Personal Trainer, with Distinction (NSCA -CPT*D), National Strength and Conditioning Association.

11:45 h. - Suplementos deportivos.

Belén Rodríguez Doñante - Doctora en Nutrición y licenciada en Ciencia y Tecnología de los Alimentos. Experta en Nutrición Deportiva y Obesidad. Entrenador Personal Avanzado.

Más información e inscripción gratuita en:

www.uemc.es/p/cursos-de-verano

983.00 1000 Ext. 12141 - cursosdeverano@uemc.es