

CURSO DE HERBODIETÉTICA

¿Qué es la Herbedietética?

Es el estudio de la Nutrición y Dietética humana combinada con el uso de las plantas medicinales.



Fechas y horarios

El curso comienza en enero de 2012.

- Grupo A: sábados de 10:00 a 14:00 horas.
- Grupo B: domingos de 10:00 a 14:00.
- Grupo C: un día a elegir de lunes a viernes de 10:00 a 14:00 horas ó de 16:00 a 20:00 horas.

Precio del curso

Consultar.

Titulación que se obtiene

Una vez superadas las pruebas teóricas y prácticas, se obtendrá el certificado y diploma acreditativo.



Programa y contenidos

Nutrición y Dietética Naturista:

- Conceptos básicos y generales sobre la nutrición humana.
- Normas dietéticas básicas.
- Equilibrio alimentario.
- Digestión, absorción y metabolismo.
- Clasificación de los alimentos.
 - Macronutrientes: glúcidos, lípidos, proteínas.
 - Micronutrientes: vitaminas, minerales, oligoelementos, aminoácidos, antioxidantes y radicales libres.
- Equilibrio ácido-base. Concepto de PH.
- Ayunos.
- Suplementos alimenticios.

Fitoterapia:

- Historia de la Fitoterapia.
- Farmacognosia:
 - Terminología científica.
 - Obtención de las plantas medicinales.
 - Botánica básica.
 - Conservación y secado de las plantas medicinales.
 - Métodos de extracción de los principios activos.
 - Preparaciones: tisanas, extractos fluidos, extractos secos, tinturas, jarabes, etc.
 - Preparaciones caseras con plantas medicinales.
- Concepto de terreno.
- Principios activos de las plantas medicinales.
- Aromaterapia:
 - Definición.
 - Obtención de los aceites esenciales.
- Repertorio de plantas medicinales.

Profesorado

David Granizo Bermejo.
Miembro APTN-COFENAT: 2265.
Miembro ADHICO: 110808.

Formado por el Real Centro Universitario María Cristina y otros Centros en: Osteopatía, Naturopatía, Hidrocolon, Quiromasaje, Reiki, Fitoterapia, Terapia Neural, R.C.P. y primeros auxilios.