

CURSOS 2019-2020

MASTER DE NUTRICIÓN ENERGÉTICA INTEGRATIVA NIVEL III

FORMACIÓN EN DIETOTERAPIA TERAPEUTICA INTEGRATIVA CON PRÁCTICA CULINARIA

EDICIÓN SEMIPRESENCIAL

La formación consta de 11 seminarios teórico-prácticos donde se aprenderán las bases de la DIETOTERAPIA NATURISTA con orientación ECOLÓGICA para poder entender los mecanismos de las principales enfermedades, los alimentos y menús más apropiados para tratarlas. Acompañamos estos conocimientos de la **visión de la enfermedad según las culturas orientales** y la **conexión emocional** que tienen cada una de ellas para dar un enfoque holístico al tratamiento de la enfermedad.

En la primera parte de los seminarios se ofrece una exposición teórica que consta de un soporte de apuntes y la segunda parte es completamente práctica, donde los alumnos realizarán ellos mismos más de 6 platos en cada seminario bajo la supervisión y enseñanza del profesor. Finalizaremos el seminario degustando todo lo elaborado.

No dejes pasar esta oportunidad, es una **Formación sin igual que incluye:**

- Teoría** actualizada con las últimas investigaciones en Nutrición Integrativa desde el último minuto
- Apuntes con **bibliografía** de primeras referencias
- Apuntes de psiconeuroendocrinología** complementarios a la Formación
- 10 horas de clases Prácticas incluidas**, cocináis vosotros, no es showcooking
- Recetas** sin gluten y sin lácteos
- Consejos** de organización culinaria, compra saludable, organización del **menú semanal**
- Casos clínicos** en cada seminario **NUEVO**
- Grupos muy reducidos** y alta calidad educativa y nutricional.

Las sesiones teóricas se realizarán por skipe los lunes de 19 a 21h

Las sesiones prácticas se distribuyen en dos sábados por la mañana o viernes por la tarde.

7 OCTUBRE: SEMINARIO 1

LA MICROBIOTA

PERMEABILIDAD INTESTINAL

SALUD DIGESTIVA

HORMONAS IMPLICADAS EN LA DIGESTIÓN

ALIMENTOS TERAPEUTICOS INDICADOS

Tratamiento del sistema digestivo según la MTC

Emociones asociadas a los trastornos digestivos

Casos clínicos asociados

21 OCTUBRE: SEMINARIO 2

ALTERACIONES DEL SISTEMA DIGESTIVO I: GASES, REFLUJO GASTROESOFAGICO
ALTERACIONES DEL SISTEMA DIGESTIVO II: CELIAQUÍA, INTOLERANCIA AL GLUTEN, INTOLERANCIA A LA LACTOSA
ALIMENTOS QUE SUPLEN A LOS LACTEOS, ALIMENTOS PARA FORTALECER EL SISTEMA DIGESTIVO.
ELABORACIÓN DE PRÁCTICA DE MENÚS PARA CELÍACOS E INTOLERANTES
Tratamiento del sistema digestivo según la MTC
Emociones asociadas a los trastornos digestivos
Casos clínicos asociados

4 NOVIEMBRE: SEMINARIO 3

ALTERACIONES DEL SISTEMA DIGESTIVO III: COLITIS ULCEROSA, COLON IRRITABLE, ESTREÑIMIENTO, DIARREA
ALIMENTOS ESPECÍFICOS PARA TRATAR LOS TRASTORNOS INTESTINALES
ELABORACIÓN DE PRÁCTICA DE MENÚS PARA ESTOS TRASTORNOS
Tratamiento del sistema digestivo según la MTC
Emociones asociadas a los trastornos digestivos
Casos clínicos asociados

18 NOVIEMBRE: SEMINARIO 4

EL CANCER
ALIMENTOS PREVENTIVOS, ALIMENTOS INDICADOS EN PROCESOS CANCERÍGENOS, ALIMENTOS INDICADOS EN QUIMIOTERAPIA Y RADIOTERAPIA.
FUENTES DE ANTIOXIDANTES
COCINA ANTICANCERÍGENA
Tratamiento para las acumulaciones orgánicas según la MTC
Emociones asociadas
Casos clínicos

2 DICIEMBRE : SEMINARIO 5

PATOLOGIAS INFLAMATORIAS: OSTEOARTRITIS, ARTRITIS REUMATOIDE, OSTEOPOROSIS
ALIMENTOS ANTIINFLAMATORIOS
ALIMENTOS PARA DISMINUIR LA PERDIDA DE MASA ÓSEA
REMEDIOS CASEROS PARA EL DOLOR
Tratamiento de la inflamación según la MTC
Emociones asociadas a las enfermedades autoinmunes
Casos clínicos asociados

16 DICIEMBRE :SEMINARIO 6

TIPOS DE ANEMIA. CAUSAS
ALIMENTOS RICOS EN HIERRO
ALIMENTOS RICOS EN B12. FACTORES PARA ABSORBER LA B12: LA HEPCIDINA
ALIMENTOS RICOS EN FOLATOS

Tratamiento de la sangre según la MTC, órganos asociados
Emociones asociadas a la incapacidad de mantener o generar sangre
Casos clínicos asociados

13 ENERO : SEMINARIO 7

TRANSTORNOS GINECOLÓGICOS: EL CICLO MENSTRUAL SINDROME
PREMENSTRUAL, MIOMAS Y OVARIOS POLIQUÍSTICOS,
ALIMENTOS PARA FAVORECER UN BUEN CICLO MENSTRUAL Y MANTENER UN
BUEN APARATO REPRODUCTOR .

REMEDIOS CASEROS

MENÚS Y PRACTICA CULINARIA

Tratamiento del sistema reproductor femenino según la MTC, órganos asociados

Emociones asociadas

Casos clínicos

27 ENERO: SEMINARIO 8

LA FERTILIDAD, HORMONAS IMPLICADAS

EMBARAZO

INFERTILIDAD, CAUSAS

PRÁCTICA CULINARIA Y MENÚS

Tratamiento para la Fertilidad según la MTC, órganos asociados

Emociones asociadas

Casos clínicos

10 FEBRERO: SEMINARIO 9

EL SOBREPESO: TIPOS DE SOBREPESO, CAUSAS DE SOBREPESO

EL SOBREPESO EMOCIONAL

HTA, COLESTEROL Y TRIGLECERIDOS ELEVADOS

ALIMENTOS PARA DESINTOXICAR EL HÍGADO

ALIMENTOS PARA DISMINUIR EL COLESTEROL

PRÁCTICA CULINARIA Y MENÚS

Tratamiento para el bienestar del aparato cardiocirculatorio y hígado según la MTC

Emociones asociadas

Casos clínicos

24 FEBRERO: SEMINARIO 10

LOS TRANSTORNOS EMOCIONALES: DEPRESIÓN, ANSIEDAD

LOS PRINCIPALES NEUROTRANSMISORES IMPLICADOS: SEROTONINA, GABA

ALIMENTOS RICOS EN SUBSTANCIAS QUE PROPICIAN NUESTRO BIENESTAR

Tratamiento para el bienestar emocional según la MTC, órganos asociados

Emociones asociadas

Casos clínicos

9 MARZO: SEMINARIO 11

SISTEMA CIRCULATORIO: FRAGILIDAD CAPILAR Y VARICES

EDEMA, RETENCION DE LÍQUIDOS

ALIMENTOS PARA ACTIVAR LA CIRCULACIÓN

Tratamiento para el bienestar del aparato cardiocirculatorio y hígado según la MTC
Emociones asociadas
Casos clínicos

Los seminarios teóricos se realizarán vía skipe un lunes cada quince días de 19 a 21h aproximadamente.

Las 2 clases prácticas de 5 horas cada una se realizarán un viernes tarde o un sábado por la mañana, fechas aún por determinar.

El precio de la formación es de 595 eur+IVA (consultar las modalidades de pago)

INSCRIPCIONES : gemmahortet@gmail.com 629247792

Al finalizar la Formación se entregará una titulación acreditativa de la realización del curso con las horas correspondientes.

DOCENTES:

Gemma Hortet. Antropóloga y Dietista. Coach de Nutrición y Salud. Naturópata. Especializada en Dietética Energética según la MTC y Consultora Macrobiótica. Chef de cocina Naturista. Estudiante de Psiconeuroinmunología método Xevi Verdager.