

CURSOS 2019-2020

MASTER DE NUTRICIÓN ENERGÉTICA INTEGRATIVA NIVEL II

FORMACIÓN EN DIETÉTICA ENERGÉTICA ORIENTAL CON PRÁCTICA CULINARIA EDICIÓN VIERNES TARDE

La formación consta de 12 seminarios teórico-prácticos donde **se aprenderán las bases de la Dietética Energética Oriental siguiendo la orientación de la Medicina Tradicional China y la Macrobiótica.** 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
- Energética del alimento**, combinaciones terapéuticas y tratamientos dietéticos según la MTC.
- La energía del ser humano**: las constituciones y condiciones terapéuticas
- Conocimiento individualizado de cómo eres y qué necesitas para equilibrarte**
- Apuntes con **bibliografía de primeras referencias**
- Práctica culinaria individualizada**, cocináis vosotros, no es showcooking
- Recetas sin gluten y sin lácteos
- Consejos de organización culinaria**, compra saludable, organización del menú semanal
- Grupos muy reducidos** y alta calidad educativa y nutricional.
- Profesor adjunto especializado en Fitoterapia y Micoterapia China**

4 OCTUBRE BLOQUE 1

FILOSOFIA TAOISTA: EL ORIGEN DEL YIN Y EL YANG Y DE LOS 5 ELEMENTOS
EL SOL COMO ALIMENTO. SUNGAZING
CONCEPTO DE DIETÉTICA ENERGÉTICA
CONCEPCION TRADICIONAL CHINA DEL CUERPO
EL HORARIO ENERGÉTICO EN ALIMENTACIÓN
PIRAMIDE NUTRICIONAL DE LA DIETETICA ENERGETICA
¿QUÉ NECESITAMOS COMER?
PRÁCTICA DE PLATO TERAPÉUTICO BASE

25 OCTUBRE BLOQUE 2

ASPECTOS ENERGETICOS DE LOS ALIMENTOS
CLASIFICACION DE LOS ALIMENTOS SEGÚN:

-NATURALEZA
-SABOR
-ACCIÓN
-AFINIDAD POR ORGANOS
PRÁCTICA DE ALIMENTOS REFERENTES POR NATURALEZA

22 NOVIEMBRE BLOQUE 3

CAUSAS DE LA ENFERMEDAD SEGÚN LA MTC
LA TÉCNICA DE LA MASTICACIÓN
LA CONDICIÓN Y LA CONSTITUCIÓN ENERGÉTICA EN EL SER HUMANO
ALIMENTACIÓN PARA EL NIÑO
ALIMENTACIÓN PARA EL ADOLESCENTE
ALIMENTACIÓN PARA EL HOMBRE
ALIMENTACION LA VEJEZ
ALIMENTACIÓN PARA EL DEPORTISTA
PRÁCTICA DE PLATOS PARA UN NIÑO, UN ADOLESCENTE Y UN ANCIANO

13 DICIEMBRE BLOQUE 4

LOS 7 NIVELES DE LA ALIMENTACIÓN SEGÚN LA MACROBIÓTICA

LA ALIMENTACIÓN EN CADA ESTACIÓN DEL AÑO SEGUN LOS 5 ELEMENTOS:
LA ALIMENTACIÓN PARA LA MUJER EN CADA FASE DE SU VIDA
ALIMENTACIÓN PARA PROPICIAR EL EMBARAZO
ALIMENTACIÓN EN CADA TRIMESTRE DE LA GESTACIÓN
ALIMENTACIÓN EN LA LACTANCIA
ALIMENTACIÓN INFANTIL: LECHE DE SUSTITUCIÓN VEGETAL, ELABORACIÓN DE
PRIMERAS PRÁCTICA DE ALIMENTACIÓN PARA LAS NAUSEAS, PLATOS PARA
PROPICIAR EL PARTO, PAPILLAS ENERGÉTICAS.

10 ENERO BLOQUE 5

DIETETICA ENERGETICA VERSUS MACROBIÓTICA : LOS ALIMENTOS SEGÚN EL
YIN Y EL YANG
LAS 8 REGLAS DE DIAGNOSTICO EN MTC
PRINCIPALES DIETAS TERAPEUTICAS
ENTREVISTA TERAPEUTICA
PRACTICA DE CONOCIMIENTO ENERGÉTICO DE LOS PRINCIPALES ALIMENTOS

7 FEBRERO BLOQUE 6

LA COCINA ENERGÉTICA:

COCCIONES Y EFECTOS TERAPÉUTICOS
EL CORTE DE LOS ALIMENTOS
EL FUEGO
LOS UTENSILIOS DE COCINA
MATERIALES ADECUADOS
CONSERVACION DE LOS ALIMENTOS
PRÁCTICA DE COCCIONES Y EFECTOS TERAPÉUTICOS.

28 FEBRERO BLOQUE 7

ELEMENTO METAL: Síndromes y desajustes específicos, alimentos específicos para tratarlo, rasgos en el cuerpo del elemento metal alterado, órganos relacionados con el elemento metal. Dietoterapia específica.

ALIMENTACIÓN Y MENÚS PARA LOS SÍNDROMES DEL ELEMENTO METAL

PRÁCTICA 10: CULINARIA DE LOS PRINCIPALES ALIMENTOS O RECETAS PARA EL ELEMENTO METAL

6 MARZO BLOQUE 8

ELEMENTO AGUA: Síndromes y desajustes específicos, alimentos específicos para tratarlo, rasgos en el cuerpo del elemento agua alterado, órganos relacionados con el elemento agua. Dietoterapia específica.

ALIMENTACIÓN ADECUADA Y MENUS PARA LOS SÍNDROMES ELEMENTO AGUA

PRÁCTICA CULINARIA DE LOS PRINCIPALES ALIMENTOS O RECETAS PARA EL ELEMENTO AGUA

3 ABRIL BLOQUE 9

ELEMENTO MADERA: Síndromes y desajustes específicos, alimentos específicos para tratarlo, rasgos en el cuerpo del elemento madera alterado, órganos relacionados con el elemento madera. Dietoterapia específica.

ALIMENTACIÓN ADECUADA Y MENÚS PARA LOS SÍNDROMES DEL ELEMENTO MADERA

PRÁCTICA CULINARIA DE LOS PRINCIPALES ALIMENTOS O RECETAS PARA EL ELEMENTO MADERA

8 MAYO BLOQUE 10

ELEMENTO FUEGO: Síndromes y desajustes específicos, alimentos específicos para tratarlo, rasgos en el cuerpo del elemento fuego alterado, órganos relacionados con el elemento fuego. Dietoterapia específica.

ALIMENTACIÓN ADECUADA Y MENÚS PARA LOS SÍNDROMES DEL ELEMENTO FUEGO

PRÁCTICA CULINARIA DE LOS PRINCIPALES ALIMENTOS O RECETAS PARA EL ELEMENTO FUEGO

5 JUNIO BLOQUE 11

ELEMENTO TIERRA: Síndromes y desajustes específicos, alimentos específicos para tratarlo, rasgos en el cuerpo del elemento tierra alterado, órganos relacionados con el elemento tierra. Dietoterapia específica.

ALIMENTACIÓN ADECUADA Y MENÚS PARA LOS SÍNDROMES DEL ELEMENTO TIERRA

PRÁCTICA CULINARIA DE LOS PRINCIPALES ALIMENTOS O RECETAS PARA EL ELEMENTO TIERRA

26 JUNY BLOQUE 12

FITOTERAPIA Y MICOTERAPIA :Principales hierbas chinas y su aplicación terapéutica en platos medicinales. Principales setas chinas y su aplicación terapéutica en platos medicinales.

PRÁCTICA CULINARIA CON FITOTERAPIA Y MICOTERAPIA CHINA

Los seminarios se realizaran un viernes al mes de 15:30 a 20.30h. aproximadamente

El precio de la matrícula es de 160

El precio de la formación es de 85 eur por seminario.

Consultar 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.

Emili Estivill. Graduado en MTC, Shiatsu, Tuina, Farmacopea china, Kobido, Reiki y Sokushindo