

PROGRAMA CURSO  
DE  
Dietética y Nutrición



**Introducción:**

Los aspectos dietéticos y nutricionales siempre han sido importantes en la búsqueda y conservación de la salud, así como del equilibrio psicosomático del ser humano. Sin embargo, no en todas las épocas han sido considerados como elementos imprescindibles a pesar de la evidencia de sus bondades. Hoy día, aunque en ocasiones por caminos equivocados y con motivaciones no siempre justificadas, la Dietética y la Nutrición se ubica en un puesto prioritario dentro de las preocupaciones de todos los pueblos con una mínima cultura social, higiénica y alimenticia. Éste curso de Dietética y Nutrición ha sido planificado para poner al alcance de los interesados todos aquellos argumentos, conocimientos y herramientas necesarias para una correcta aplicación de la especialidad.

**Objetivos**

Adquirir los conocimientos de los nutrientes y alimentos necesarios para una buena nutrición, prevención y tratamiento de las disfunciones más frecuentes en nuestra civilización.

**Duración**

6 meses (360 horas)

**Salidas profesionales**

Cada vez más amplias y numerosas: consultorios privados, clínicas, centros de salud, balnearios, spas, comercios herbodietéticos, herbolarios, farmacias, centros deportivos y de recuperación, laboratorios del sector...

**Metodología de estudio**

El sistema utilizado se basa en el placer de aprender. En las clases de teoría se dan todas las bases de conocimientos. El alumno elabora su propio material de trabajo que, junto al que el centro le cede, es la base del estudio y de preparación de las pruebas evaluatorias. Las clases complementarias sirven para la consecución final de los objetivos y las salidas profesionales.

**Titulación**

Diploma expedido por el centro y reconocido por la **AANP**.

## Plan de estudios

Extracto del Plan de estudios de Dietética y Nutrición:

### 1. CONCEPTOS BÁSICOS:

#### - *CONOCIMIENTOS BÁSICOS DE NATUROPATÍA:*

- \* Introducción.
- \* Principios del naturismo.
- \* El equilibrio psico-físico.
- \* Historia sintética y crítica de la medicina.
- \* Tratado completo de la vida sana.
- \* Fundamentos del naturismo higiénico moderno.
- \* Síntesis del criterio naturista en medicina.
- \* Prevenir antes que curar.
- \* Alopátia y Naturopatía.
- \* Medicina psicosomática.
- \* La doctrina térmica de la salud.

#### - *ANATOMIA Y FISIOLÓGÍA:*

- \* La célula. Glándulas endocrinas.
- \* Sistema nervioso.
- \* Aparato locomotor.
- \* Sentidos especiales.
- \* Aparato respiratorio.
- \* Sistema cardiovascular.
- \* Aparato reproductor.
- \* Aparato digestivo.
- \* Aparato urinario.
- \* La consulta del naturópata.

#### - *BASES DE LA DIETÉTICA:*

- \* Concepto e historia de la dietética.
- \* Vegetarianismo, naturismo y naturalismo.
- \* Las vitaminas.
- \* Los prótidos.
- \* Los glúcidos y los lípidos.
- \* Los minerales y su función.
- \* Azúcares y condimentos.
- \* Auxiliares dietéticos.
- \* Enemigos de la dieta sana.
- \* Compatibilidades e incompatibilidades.
- \* Trofoterapia.

## 2. NUTRICION, METABOLISMO Y EQUILIBRIO HIDROELECTRÓNICO

- Nutrición y nutrimentos.
- Carbohidratos.
- Lípidos.
- Proteínas
- Minerales.
- Vitaminas.
- Metabolismo.
- Metabolismo de los carbohidratos.
- Metabolismo de los lípidos.
- Metabolismo de las proteínas.
- Metabolismo de la energía.
- Índice metabólico.
- Relación entre índice metabólico y peso corporal.
- Equilibrio hídrico.
- Mecanismos que funcionan para mantener la homeostasis del volumen de líquido y de la distribución de líquidos.
- Equilibrio ácido-base. Variaciones del pH.
- Regulación respiratoria y renal del equilibrio ácido-base.

## 3. MACRONUTRIENTES Y MICRONUTRIENTES

- *Los principios inmediatos:*
  - \* Los hidratos de carbono, definición y clasificación.
  - \* Funciones de los hidratos de carbono.
  - \* Problemas relacionados con el consumo de glúcidos.
  - \* Los lípidos o grasas, definición y clasificación.
  - \* Función dietética de las grasas.
  - \* Problemas ligados a su uso.
  - \* Las proteínas o prótidos, definición, composición y clasificación.
  - \* Función biológica, fuentes alimentarias de las proteínas.
  - \* Vitaminas, sales minerales, fibra alimentaria etc.
  - \* Definición, características, nomenclatura y clasificación de las vitaminas.
  - \* Elementos químicos esenciales o sales minerales, concepto y funciones, nomenclatura y clasificación.
  - \* Descripción de los macro y micronutrientes.
  - \* Descripción de los electrolitos.
  - \* El agua y los electrolitos, conceptos funciones, necesidades y fuentes alimentarias.
  - \* La fibra vegetal. Concepto, composición, propiedades, metabolismo y problemas ligados a su uso.

**4. DIETÉTICA**

**APLICADA**

Dietas para la mala circulación sanguínea, hipertensión, varices, tromboflebitis, epilepsia y Parkinson. Dietas para el cáncer, diabetes, enfermedades del estómago, úlcera, ictericia, enfermedades hepático biliares, diarreas. Dietas para obesidad, artritis y artrosis, osteoporosis, quemaduras. Dietas para acné, enfermedades de la piel, psoriasis, asma, bronquitis, migrañas. Dietas para embarazadas, impotencia, dismenorrea, próstata, riñón, cistitis, gripe. El ayuno. Cómo preparar los alimentos. Hacia una alimentación integral.

**PRECIOS DEL CURSO:** El curso se presenta en dos formatos: CDRom y Cuadernos de Estudio. El alumno debe elegir el que mejor se adapte a sus necesidades. Los contenidos son idénticos y tan sólo se trata de una distinta presentación.



## Instituto Superior de Naturopatía

Tel. **902 050 937**

[info@isnatu.com](mailto:info@isnatu.com)

[www.isnatu.com](http://www.isnatu.com)



*Natural link*  
conexión con lo natural