

DOBLE TITULACIÓN

MÁSTER EN FITOTERAPIA

+

MÁSTER EN DIETÉTICA Y NUTRICIÓN

INSTITUTODYN
DIETÉTICA, NUTRICIÓN Y SALUD

DYM001

- DIPLOMA AUTENTIFICADO POR NOTARIO EUROPEO -



DESTINATARIOS

Este conjunto de materiales didácticos está dirigido a cualquier persona que pretenda adquirir conocimientos sobre plantas medicinales, herbodietética, necesidades nutricionales, aspectos dietéticos y nutricionales en las distintas etapas de la vida.

El alumno estudiará todos los conceptos relacionados con la fitoterapia y la herbodietética, la dietética y nutrición, la elaboración de dietas. Además, al finalizar cada unidad didáctica, dispondrá de ejercicios de autoevaluación que le permitirán valorar los conocimientos adquiridos en cada uno de los temas estudiados y que ellos mismos podrán corregir a través del solucionario que encontrará al finalizar el estudio.

En ambas modalidades el alumno recibirá acceso a un curso inicial donde encontrará información sobre la metodología de aprendizaje, la titulación que recibirá, el funcionamiento del Campus Virtual, qué hacer una vez el alumno haya finalizado e información sobre Grupo Esneca Formación. Además, el alumno dispondrá de un servicio de **clases en directo**.

FICHA TÉCNICA

CARGA HORARIA
600H



MODALIDAD
A DISTANCIA / ONLINE
*Ambas modalidades incluyen
módulos con clases en directo



CURSO INICIAL
ONLINE



TUTORIAS
PERSONALIZADAS



IDIOMA
CASTELLANO



DURACIÓN
HASTA UN AÑO
*Prorrogable



IMPORTE

VALOR ORIGINAL: 2380€
VALOR ACTUAL: 595€

CERTIFICACIÓN OBTENIDA

Una vez finalizados los estudios y superadas las pruebas de evaluación, el alumno recibirá un diploma que certifica el “**MÁSTER EN FITOTERAPIA + MÁSTER EN DIETÉTICA Y NUTRICIÓN**”, de INSTITUTO DYN, avalada por nuestra condición de socios de la CECAP, máxima institución española en formación y de calidad.

Los diplomas, además, llevan el sello de Notario Europeo, que da fe de la validez, contenidos y autenticidad del título a nivel nacional e internacional.

REDES SOCIALES

- | | |
|---|---|
|  www.facebook.com/institutoDYN |  linkedin.com/school/institutodyn |
|  @instituto_dyn |  www.institutodyn.com |
|  www.twitter.com/institutodyn |  www.institutodyn.com/blog |

CONTENIDO FORMATIVO

MÓDULO 1. FITOTERAPIA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. INTRODUCCIÓN A LA FITOTERAPIA

1. Concepto de Fitoterapia
2. Aproximación histórica
 - Orígenes y desarrollo de la Fitoterapia
 - Tendencias actuales de la Fitoterapia
3. Términos fitoterápicos
4. Normativa asociada a la Fitoterapia
5. Fitoterapia para afecciones del aparato respiratorio
6. Fitoterapia para afecciones del corazón y aparato circulatorio
7. Fitoterapia del aparato digestivo
8. Fitoterapia básica del metabolismo
9. Fitoterapia básica de piel y faneras

UNIDAD DIDÁCTICA 2. INTRODUCCIÓN A LAS PLANTAS MEDICINALES

1. Concepto de plantas medicinales
2. Medicamentos de síntesis química y plantas medicinales
3. Utilización de las plantas medicinales
 - Ventajas de la utilización de las plantas medicinales
 - Inconvenientes de la utilización de las plantas medicinales
4. Recolección de las plantas medicinales
5. Aspectos legales del uso de plantas medicinales en España
6. Sistemas de secado, almacenamiento y conservación
7. Extracción y preparación de las plantas
8. Formas de aplicación de las plantas medicinales

UNIDAD DIDÁCTICA 3. COMPONENTES DE LAS PLANTAS MEDICINALES

1. Principales grupos activos de las plantas medicinales
 - Heterósidos
 - Polifenoles
 - Terpenoides
 - Alcaloides
 - Otros principios activos
2. Partes aprovechables de las plantas medicinales
3. Tipos de plantas medicinales según sus propiedades curativas y lugar de acción
 - Clasificación según sus propiedades curativas
 - Clasificación según el aparato donde actúan

UNIDAD DIDÁCTICA 4. FASES DE PREPARACIÓN DE LAS PLANTAS MEDICINALES PARA SU CONSUMO

1. Plantación, cosecha y preservación de las plantas medicinales
 - El cultivo
 - La recolección
 - El secado y la conservación
2. ¿Cómo preparar las plantas medicinales para su consumo?
 - Técnicas de preparación de formas líquidas
 - Técnicas de preparación de formas sólidas para uso interno

- Técnicas de preparación de formas líquidas para uso externo
 - Técnicas de preparación semisólidas para uso externo
3. Cantidades recomendadas de plantas medicinales
 4. Plantas medicinales: fines terapéuticos
 5. Aromaterapia y Flores de Bach
 - Aromaterapia
 - Las flores de Bach

UNIDAD DIDÁCTICA 5. HERBODIETÉTICA DE LA A A LA F

1. Abedul
2. Abeto
3. Achicoria
4. Adelfa
5. Adormidera
6. Agracejo
7. Agrimonia
8. Ajenjo
9. Ajo
10. Alcachofa
11. Alcaravea
12. Aloe Vera
13. Amapola
14. Angélica
15. Anís
16. Árnica
17. Artemisa
18. Avellano
19. Belladona
20. Berenjena
21. Borraja
22. Cacao
23. Cardamomo
24. Castaño de indias
25. Cebolla
26. Coco
27. Col
28. Cola de caballo
29. Comino
30. Dátil
31. Diente de león
32. Digital
33. Enebro
34. Espárragos
35. Espinaca
36. Eucalipto
37. Feijoa
38. Fumaria

UNIDAD DIDÁCTICA 6. HERBODIETÉTICA DE LA G A LA Z

1. Garbanzo
2. Genciana
3. Ginseng
4. Granada
5. Guayaba
6. Hierbabuena
7. Hierba luisa
8. Higo
9. Hinojo
10. Laurel
11. Lima
12. Lino
13. Lúpulo
14. Maíz
15. Malvavisco
16. Manzanilla
17. Mejorana
18. Membrillo
19. Mora
20. Naranja
21. Nogal
22. Olivo
23. Orégano
24. Papaya
25. Perejil
26. Piña
27. Regaliz
28. Romero
29. Rosa
30. Ruda
31. Ruibarbo
32. Salvia
33. Saponaria
34. Saúco
35. Té
36. Tilo
37. Tomillo
38. Valeriana
39. Zanahoria
40. Zorzaparrilla

MÓDULO 2. DIETÉTICA Y NUTRICIÓN

UNIDAD DIDÁCTICA 1. CONCEPTOS Y DEFINICIONES

1. Bromatología
2. Alimentación y nutrición
 - Alimentación, alimentos y raciones
 - Nutrición y nutrientes
 - ¿Cuál es la relación entre la alimentación y la nutrición?

3. Dietética, dieta y dietista-nutricionista
4. Salud y enfermedad

UNIDAD DIDÁCTICA 2. CLASIFICACIÓN DE ALIMENTOS Y NUTRIENTES.

1. Clasificación de los alimentos
2. Clasificación de los nutrientes
 - Macronutrientes
 - Hidratos de carbono y glúcidos
 - Lípidos
 - Proteínas
 - Agua
 - Micronutrientes
 - Vitaminas
 - Minerales
3. Grupos de alimentos
 - Pirámide de la alimentación saludable
 - Rueda de los alimentos
 - Plato para comer saludable

UNIDAD DIDÁCTICA 3. APARATO DIGESTIVO

1. Definición y generalidades
2. Anatomía y fisiología del aparato digestivo
3. Digestión

UNIDAD DIDÁCTICA 4. NECESIDADES NUTRICIONALES

1. Introducción a la bioquímica
 - Enlaces covalentes
 - Clasificación de los enlaces covalentes
 - Enlaces de hidrógeno o puente de hidrógeno
 - Fuerzas hidrofóbicas
 - Transformaciones celulares de los macronutrientes
 - Hidratos de carbono o azúcares
 - Lípidos o grasas
 - Proteínas
 - ATP o adenosín trifosfato
2. Metabolismo
 - Rutas metabólicas
3. Unidades de medida de la energía
4. Valor calórico de los alimentos
 - Valor nutritivo y valor energético y de los alimentos
 - Medición del valor energético/calórico de los alimentos
 - Medición directa
 - Medición indirecta
 - Métodos teóricos
5. Necesidades energéticas de un individuo sano
 - Gasto energético y reposo (GER)
 - Gasto energético total (GET)
 - Consejos para acelerar el metabolismo basal

UNIDAD DIDÁCTICA 5. HIDRATOS DE CARBONO

1. Definición y generalidades
2. Clasificación de los hidratos de carbono
 - Monosacáridos
 - Oligosacáridos
 - Polisacáridos
3. Funciones de los hidratos de carbono
4. Digestión de los hidratos de carbono
5. Metabolismo de los hidratos de carbono
 - Glucólisis
 - Vía de las pentosas
 - Ciclo de Krebs
 - Fosforilación oxidativa
 - Gluconeogénesis
 - Ciclo de Cori
 - Metabolismo del glucógeno
6. Fibra dietética

UNIDAD DIDÁCTICA 6. LÍPIDOS

1. Definición y generalidades
2. Funciones lipídicas
3. Ácidos grasos
 - Biosíntesis
 - Catabolismo
4. Clasificación de los lípidos
 - Perspectiva dietética y nutricional
 - Perspectiva química
 - Saponificables
 - Insaponificables
5. Digestión y absorción lipídica
6. Distribución y transporte lipídico

UNIDAD DIDÁCTICA 7. PROTEÍNAS

1. Definición y generalidades
2. Aminoácidos
3. Clasificación de las proteínas
 - Proteínas simples
 - Proteínas conjugadas
 - Proteínas derivadas
4. Digestión y absorción proteica
5. Metabolismo proteico
 - Descarboxilación
 - Desaminación
 - Transaminación
 - Desaminación oxidativa
 - Ciclo de la urea
 - Ciclo de krebs o ciclo del ácido cítrico
 - Gluconeogénesis
 - Síntesis de los ácidos grasos
 - Síntesis de las proteínas
6. Necesidades proteicas

7. Origen y valor biológico de las proteínas
 - Proteínas de origen animal
 - Proteínas de origen vegetal
8. Enfermedades relacionadas

UNIDAD DIDÁCTICA 8. VITAMINAS

1. Definición y generalidades
2. Clasificación de las vitaminas
 - Vitaminas liposolubles
 - Vitamina A o retinol
 - Vitamina D o calciferol
 - Vitamina E o tocoferol
 - Vitamina K
 - Vitaminas hidrosolubles
 - Vitamina C o ácido ascórbico
 - Complejo B
3. Enfermedades por ausencia o exceso de vitaminas
 - Avitaminosis e hipovitaminosis
 - Hipervitaminosis

UNIDAD DIDÁCTICA 9. MINERALES

1. Definición y generalidades
2. Clasificación de los minerales
 - Macrominerales
 - Calcio
 - Fósforo
 - Magnesio
 - Azufre
 - Sodio, potasio y cloro
 - Microminerales
 - Hierro
 - Cobre
 - Yodo
 - Magnesio
 - Cromo
 - Cobalto
 - Zinc
 - Flúor
 - Selenio

UNIDAD DIDÁCTICA 10. AGUA

1. Definición y generalidades
2. Funciones del agua
3. Balance hídrico
4. Sed y deshidratación crónica
5. Consejos para mantener una buena hidratación

SOLUCIONARIO

BIBLIOGRAFÍA

MÓDULO 3. DIETOTERAPIA. ELABORACIÓN DE DIETAS

UNIDAD DIDÁCTICA 1. LA DIETA

1. Conceptualización
2. Dieta equilibrada
 - Elaboración de una dieta equilibrada
3. Mitos en nutrición y dietética

UNIDAD DIDÁCTICA 2. SALUD Y BIENESTAR NUTRICIONAL

1. Valoración del estado nutricional
 - Anamnesis
2. Historia clínica, datos socioeconómicos y psicosociales, y estilo de vida
3. Historia dietética y hábitos alimentarios
4. Actividad física
 - Estudio antropométrico y composición corporal
5. Protocolo de preparación
6. Material antropométrico
7. Medidas básicas
 - Parámetros bioquímicos
8. Proteínas somáticas (corporal/muscular)
9. Proteínas viscerales

UNIDAD DIDÁCTICA 3. DIETÉTICA Y NUTRICIÓN DURANTE EL EMBARAZO

1. Cambios fisiológicos
2. Necesidades y recomendaciones nutricionales
3. Trastornos alimentarios comunes
4. Modelo de dieta

UNIDAD DIDÁCTICA 4. DIETÉTICA Y NUTRICIÓN DE LA MADRE DURANTE LA LACTANCIA

1. Cambios fisiológicos
2. Necesidades y recomendaciones nutricionales
3. Recomendaciones dietéticas en la lactancia
4. Tipos de lactancia
 - Lactancia materna
 - Lactancia artificial
5. Modelo de dieta

UNIDAD DIDÁCTICA 5. DIETÉTICA Y NUTRICIÓN DEL LACTANTE

1. Cambios fisiológicos
2. Necesidades y recomendaciones nutricionales
 - Alimentación complementaria o *Beikost*
 - El biberón

UNIDAD DIDÁCTICA 6. DIETÉTICA Y NUTRICIÓN DEL INFANTE

1. Cambios fisiológicos
2. Pirámide nutricional infantil
3. Necesidades y recomendaciones nutricionales
 - Buenos hábitos alimentarios

4. Modelo de dieta

UNIDAD DIDÁCTICA 7. DIETÉTICA Y NUTRICIÓN DEL ADOLESCENTE

1. Cambios fisiológicos
2. Modificación de las costumbres y de los hábitos
 - Necesidades y recomendaciones nutricionales
3. Buenos hábitos alimentarios
4. Modelo de dieta

UNIDAD DIDÁCTICA 8. DIETÉTICA Y NUTRICIÓN EN LA TERCERA EDAD

1. Cambios fisiológicos
2. Cambios sociológicos
3. Necesidades y recomendaciones nutricionales
 - Buenos hábitos alimentarios
 - Evitar la malnutrición
4. Consejos para mantenerse activo
5. Modelo de dieta

SOLUCIONARIO

BIBLIOGRAFÍA