

# DOBLE TITULACIÓN

CERTIFICACIÓN EXPERTO EN NATUROPATÍA

+

HERBODIETÉTICA



EBS020

- DIPLOMA AUTENTIFICADO POR NOTARIO EUROPEO -



## DESTINATARIOS

El Programa está especialmente diseñado para aquellas personas que estén interesadas en adquirir conocimientos sobre **Naturopatía y Herbodietética** y que quieran asegurarse un recorrido ascendente en esta área, con una especial elevación y consolidación de competencias.

La medicina natural, naturopatía, es una pseudociencia que abarca prácticas o terapias de intención preventiva o curativa utilizando elementos obtenidos de la naturaleza con un bajo o nulo nivel de procesamiento. A través de este pack de materiales didácticos el alumnado podrá orientar y aconsejar a quienes requieran de sus servicios respondiendo con seguridad a las dudas que puedan plantearte, saber definir el concepto básico de fitoterapia y conocer las tendencias actuales, así como identificar las diferentes plantas medicinales, tipología, recolección y conservación, formas de preparación, así como sus diferentes principios activos.

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  
300H



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: 2480€

VALOR ACTUAL: 620€

## CERTIFICACIÓN OBTENIDA

---

Una vez finalizados los estudios y superadas las pruebas de evaluación, el alumno recibirá un diploma que certifica el “**CERTIFICACIÓN EXPERTO EN NATUROPATÍA + HERBODIETÉTICA**”, de ELBS ESCUELA DE LIDERAZGO, 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/escuelaelbs](http://www.facebook.com/escuelaelbs)

 [www.linkedin.com/company/elbs-escueladeliderazgo](http://www.linkedin.com/company/elbs-escueladeliderazgo)

 [@escuela\\_elbs\\_formacion](https://www.instagram.com/escuela_elbs_formacion)

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

 [@ELBS\\_School](https://twitter.com/ELBS_School)

 [www.escuelaelbs.com/blog](http://www.escuelaelbs.com/blog)

# CONTENIDO FORMATIVO

---

## PARTE 1. NATUROPATÍA

### INTRODUCCIÓN

#### MÓDULO 1. FUNDAMENTOS DE LA NATUROPATÍA

##### UNIDAD DIDÁCTICA 1. ¿QUÉ ES LA NATUROPATÍA?

##### UNIDAD DIDÁCTICA 2. HISTORIA DE LA NATUROPATÍA

1. Origen y evolución
2. Naturopatía en la actualidad

##### UNIDAD DIDÁCTICA 3. FILOSOFÍA NATURISTA

1. Principios naturopáticos

##### UNIDAD DIDÁCTICA 4. BASES TEÓRICAS

1. Teoría de la salud
2. Teoría y metodología de la naturopatía
  - Dieta
  - Hierbas
  - Ayuno
3. Psicología de la salud en naturopatía

##### UNIDAD DIDÁCTICA 5. ÉTICA Y REGULACIÓN

1. Principios profesionales
2. Obligaciones profesionales
3. Secreto profesional

*Resumen*

*Espacio didáctico*

#### MÓDULO 2. ANATOMÍA Y FISIOLOGÍA HUMANA I

##### UNIDAD DIDÁCTICA 1. POSICIÓN Y PLANOS ANATÓMICOS

##### UNIDAD DIDÁCTICA 2. SISTEMA ESQUELÉTICO Y MUSCULAR

1. Fisiología y morfología ósea
  - Composición y resistencia ósea
  - Articulaciones
2. Fisiología muscular
3. Patologías más frecuentes del sistema musculoesquelético

### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. SISTEMA NERVIOSO**

1. Sistema nervioso central
2. Sistema nervioso periférico
3. Sistema nervioso autónomo o vegetativo
4. Patologías más frecuentes del sistema nervioso

*Resumen*

*Espacio didáctico*

## **MÓDULO 3. ANATOMÍA Y FISIOLOGÍA HUMANA II**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. SISTEMA CIRCULATORIO**

1. Aparato cardiovascular
  - Componentes cardiovasculares
2. Proceso circulatorio
3. Patologías más frecuentes del sistema circulatorio

### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. SISTEMA RESPIRATORIO**

1. Aparato respiratorio
2. Proceso respiratorio
3. Patologías más frecuentes del sistema respiratorio

### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. SISTEMA DIGESTIVO**

1. Aparato digestivo
2. Proceso digestivo
3. Patologías más frecuentes del sistema digestivo

### **UNIDAD DIDÁCTICA 4. SISTEMA ENDOCRINO**

1. Glándulas endocrinas y exocrinas
2. Hormonas
3. Patologías más frecuentes del sistema endocrino

*Resumen*

*Espacio didáctico*

## **MÓDULO 4. BIOQUÍMICA EN NATUROPATÍA**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. ¿QUÉ ES LA BIOQUÍMICA?**

1. Composición química de la célula
2. Glúcidos
3. Lípidos
4. Proteínas
5. Enzimas

### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. REACCIONES BIOQUÍMICAS**

## **UNIDAD DIDÁCTICA 3. METABOLISMO CELULAR**

1. Metabolismo glucídico
2. Metabolismo lipídico
3. Metabolismo proteico
4. Integración del metabolismo

*Resumen*

*Espacio didáctico*

## **MÓDULO 5. SALUD Y ENFERMEDAD**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. ENFERMEDAD SEGÚN LA NATUROPATÍA**

1. Causas de la enfermedad
2. Etapas de la enfermedad
  - Primera etapa
  - Segunda etapa
  - Tercera etapa
  - Cuarta etapa

### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. DIAGNÓSTICO DE LA ENFERMEDAD**

1. Observación
2. Anamnesis
3. Exploración
  - Iridología
  - Examen de la lengua
  - Examen del pulso
  - Examen de los emuntorios
  - Psicoanálisis

### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. TRATAMIENTO DE LA ENFERMEDAD**

1. Regulación de la alimentación
  - Regulación de la cantidad
  - Regulación de la calidad y del valor nutricional
  - Eliminación de los estimulantes
  - Eliminación de los contaminantes químicos
2. Eliminación de las toxinas
  - Apertura de los órganos excretores
3. Cobertura de las deficiencias
4. Restauración del equilibrio del ácido alcalino
5. Práctica de ejercicio físico
6. Mantenimiento de un pensamiento positivo

*Resumen*

*Espacio didáctico*

## **MÓDULO 6. TERAPIAS NATUROPÁTICAS I**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. NATUROPATÍA MANUAL**

1. Osteopatía
2. Quiromasaje
3. Reflexología
4. *Shiatsu*
5. *Kuatsu*
6. *Gua sha*

### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. NATUROPATÍA ENERGÉTICA**

1. *Reiki*
2. Acupuntura
3. Kinesiología

*Resumen*

*Espacio didáctico*

## **MÓDULO 7. TERAPIAS NATUROPÁTICAS II**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. NATUROPATÍA FUNCIONAL**

1. Homeoterapia u homeopatía
2. Oligoterapia
3. Sales de Schüssler
4. Gemoterapia

### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. NATUROPATÍA ALIMENTARIA Y HERBOLÓGICA**

1. Flores de Bach
2. Aromaterapia
3. Herbología o fitoterapia
4. Dietética y nutrición

*Resumen*

*Espacio didáctico*

## **SOLUCIONARIO**

## **BIBLIOGRAFÍA**

## **PARTE 2. HERBODIETÉTICA**

## **MÓDULO 1. NECESIDADES NUTRICIONALES Y ESTUDIO DE LOS NUTRIENTES**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. CONCEPTOS Y DEFINICIONES**

1. Concepto de bromatología
2. Concepto de alimentación
3. Concepto de nutrición
4. Concepto de alimento

5. Concepto de nutriente
6. Concepto de dietética
7. Concepto de dieta
8. Concepto de ración
9. Concepto de dietista-nutricionista
10. Concepto de salud
11. Concepto de enfermedad

## **UNIDAD DIDÁCTICA 2. CLASIFICACIÓN DE ALIMENTOS Y NUTRIENTES. GUÍAS ALIMENTARIAS**

1. Clasificación de los alimentos
2. Clasificación de nutrientes
3. Necesidades de nutrientes: pirámide nutricional

## **UNIDAD DIDÁCTICA 3. EL SISTEMA DIGESTIVO**

1. Conceptos básicos
2. Anatomía y fisiología del aparato digestivo
3. Proceso de la digestión

## **UNIDAD DIDÁCTICA 4. NECESIDADES NUTRICIONALES**

1. Transformaciones energéticas celulares
2. Unidades de medida de la energía
3. Necesidades energéticas del adulto sano
4. Valor calórico de los alimentos

## **UNIDAD DIDÁCTICA 5. HIDRATOS DE CARBONO**

1. Definición y generalidades
2. Clasificación
3. Funciones
4. Metabolismo de los hidratos de carbono
5. La fibra dietética

## **UNIDAD DIDÁCTICA 6. LÍPIDOS**

1. Definición y generalidades
2. Funciones
3. Distribución
4. Clasificación
5. Metabolismo lipídico

## **UNIDAD DIDÁCTICA 7. PROTEÍNAS**

1. Definición y generalidades
2. Aminoácidos
3. Proteínas
4. Metabolismo de las proteínas
5. Necesidades de proteínas
6. Valor proteico de los alimentos
7. Enfermedades relacionadas con las proteínas



## **UNIDAD DIDÁCTICA 8. VITAMINAS**

1. Introducción
2. Funciones
3. Clasificación
4. Necesidades reales y complejos vitamínicos

## **UNIDAD DIDÁCTICA 9. MINERALES**

1. Introducción
2. Clasificación
3. Características generales de los minerales
4. Funciones generales de los minerales

## **UNIDAD DIDÁCTICA 10. IMPORTANCIA NUTRICIONAL DEL AGUA**

1. Introducción y características del agua
2. El agua en el cuerpo humano
3. Recomendaciones sobre el consumo de agua
4. Trastornos relacionados con el consumo de agua
5. Contenido de agua en los alimentos

## **MÓDULO 2. ESTUDIO DE LOS ALIMENTOS**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. VALOR NUTRITIVO Y COMPOSICIÓN DE LOS ALIMENTOS (I)**

1. Valor nutritivo de los alimentos
2. Clasificación de los alimentos
3. Alimentos de origen animal

### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. VALOR NUTRITIVO Y COMPOSICIÓN DE LOS ALIMENTOS (II)**

1. Alimentos de origen vegetal
2. Otros alimentos

### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. MANIPULACIÓN DE LOS ALIMENTOS**

1. Introducción
2. Higiene de los alimentos

### **UNIDAD DIDÁCTICA 4. TRATAMIENTO CULINARIO DE LOS ALIMENTOS**

1. Operaciones a temperatura ambiente
2. Operaciones de cocción

### **UNIDAD DIDÁCTICA 5. CONSERVACIÓN DE LOS ALIMENTOS**

1. Conservación de los alimentos
2. Clasificación de los métodos de conservación de los alimentos
3. Métodos físicos
4. Métodos químicos
5. Tecnologías emergentes
6. Consejos en la adquisición de alimentos
7. Consumo responsable
8. Los hábitos alimenticios: origen y cambio

## **UNIDAD DIDÁCTICA 6. TCA Y BDN, INGESTAS RECOMENDADAS Y ETIQUETADO DE ALIMENTOS**

1. Tablas de composición de los alimentos y Bases de datos nutricionales
2. Ingestas recomendadas
3. Etiquetado de los alimentos

## **MÓDULO 3. ELABORACIÓN DE DIETAS. DIETOTERAPIA**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. LA DIETA**

1. Introducción
2. Dieta equilibrada
3. Principales relaciones entre energía y nutrientes
4. Aportes dietéticos recomendados
5. La dieta mediterránea
6. Dieta equilibrada comiendo fuera de casa
7. Mitos en nutrición y dietética

### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. TABLA DE COMPOSICIÓN DE ALIMENTOS I**

1. Qué son las tablas de composición de alimentos
2. Tablas de composición de alimentos
  - Tablas de composición de alimentos. Cereales
  - Tablas de composición de alimentos. Leguminosas
  - Tablas de composición de alimentos. Tubérculos y hortalizas
  - Tablas de composición de alimentos. Frutas
  - Tablas de composición de alimentos. Frutos secos
  - Tablas de composición de alimentos. Leche y derivados.
  - Tablas de composición de alimentos. Huevos

### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. TABLA DE COMPOSICIÓN DE ALIMENTOS II**

1. Tablas de composición de alimentos
  - Tablas de composición de alimentos. Azúcares y dulces varios
  - Tablas de composición de alimentos. Aceites y grasas
  - Tablas de composición de alimentos. Pescados
  - Tablas de composición de alimentos. Carne

### **UNIDAD DIDÁCTICA 4. VALORACIÓN DEL ESTADO NUTRICIONAL**

1. Entrevista con el paciente
2. Evaluación dietética
3. Evaluación clínica
4. Evaluación antropométrica
5. Evaluación bioquímica
6. Evaluación inmunológica

### **UNIDAD DIDÁCTICA 5. DIETAS EN ESTADOS FISIOLÓGICOS**

1. La mujer embarazada
2. La mujer en el momento de lactancia
3. La infancia
  - Necesidades nutricionales en el primer año de vida
  - Niño preescolar de 1- 3 años de edad

- Niños de 4-6 años de edad
  - Niño escolar de 7- 12 años de edad
4. La adolescencia
    - Necesidades y recomendaciones nutricionales
  5. El adulto sano
  6. La mujer con menopausia
  7. El anciano

## **UNIDAD DIDÁCTICA 6. DIETAS EN DIFERENTES ESTADOS PATOLÓGICOS**

1. Dieta hiposódica
2. Dieta hipocalórica
3. Dieta hipercalórica
4. Dieta y anemia
5. Dieta baja en azúcar
6. Dieta para la osteoporosis
7. Dieta astringente
8. Dieta de protección gástrica. Antiulcerosa común
9. Dieta pobre en grasa. Protección Biliar
10. Dieta laxante
11. Dieta para reducir el ácido úrico. Hiperuricemia

### **ANEXOS**

1. Dieta hiposódica
2. Dieta hipocalórica
3. Dieta hipocalórica I
4. Dieta hipocalórica II
5. Ejemplo de dieta hipocalórica III
6. Dieta baja en azúcar
7. Dieta astringente moderada
8. Dieta pobre en grasa
9. Dieta laxante
10. Dieta vegetariana
11. Dieta proteica
12. Dieta ayurvédica
13. Dieta durante el embarazo

## **MÓDULO 4. HERBODIETÉTICA Y FITOTERAPIA**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. INTRODUCCIÓN A LA FITOTERAPIA**

1. Definición de conceptos
2. Evolución histórica de la Fitoterapia
3. Conceptos básicos actuales en Fitoterapia
4. Medicamentos de síntesis química y plantas medicinales
5. La utilización de las plantas medicinales
6. Legislación

### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. CONSTITUYENTES DE LAS PLANTAS MEDICINALES**

1. Principios activos
2. Partes de las plantas medicinales que se pueden utilizar
3. Clasificación de las plantas medicinales

### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. ADMINISTRACIÓN DE LAS PLANTAS MEDICINALES**

1. Cultivo, recolección y conservación de las plantas medicinales
2. Técnicas de preparación de las plantas medicinales
3. Dosificación de las plantas medicinales
4. Calidad, eficacia y seguridad en la utilización de plantas medicinales
5. Otros usos de las plantas medicinales

### **UNIDAD DIDÁCTICA 4. HERBODIETÉTICA (I)**

1. Introducción
2. Plantas medicinales de la letra A a la letra F

### **UNIDAD DIDÁCTICA 5. HERBODIETÉTICA (II)**

1. Introducción
2. Plantas medicinales de la letra G a la letra Z