



MÁSTER EN NATUROPATÍA + MÁSTER EN DIETÉTICA Y COACH NUTRICIONAL

NUT022
www.inensal.com



Certificación universitaria internacional



Escuela asociada a:





DESTINATARIOS

El **Máster en Naturopatía + Máster en Dietética y Coach Nutricional** va dirigido a todas aquellas personas que quieran especializarse en el uso y las diferentes aplicaciones de la medicina alternativa. A lo largo de su formación, el alumno estudiará en profundidad la anatomía y la fisiología humana, adquiriendo conocimientos básicos para comprender el funcionamiento óptimo del cuerpo humano. Para ello, deberá conocer el sistema óseo, el sistema muscular, el sistema nervioso, el sistema respiratorio, el sistema digestivo y el sistema circulatorio. Todo ello le dará el contexto necesario para aplicar terapias y técnicas propias de la medicina alternativa, como la homeopatía y la fitoterapia. Así, conocerá los principios fundamentales de cada terapia natural, los tipos de tratamientos que se conocen y las plantas medicinales que se usan en tratamientos, terapias y técnicas naturales y alternativas. Asimismo, también se formará para especializarse en dietoterapia. Para ello, estudiará la tabla de composición de alimentos y se formará para realizar valoraciones personalizadas del estado nutricional de cada persona con las que diseñar dietas y tratamientos naturales adecuados al estado fisiológico de cada persona.



MODALIDAD

Puedes elegir entre:

- **A DISTANCIA:** una vez recibida tu matrícula, enviaremos a tu domicilio el pack formativo que consta de los manuales de estudio y del cuaderno de ejercicios.
- **ONLINE:** una vez recibida tu matrícula, enviaremos a tu correo electrónico las claves de acceso a nuestro Campus Virtual donde encontrarás todo el material de estudio.

El alumno puede solicitar **PRÁCTICAS GARANTIZADAS** en empresas. Mediante este proceso se suman las habilidades prácticas a los conceptos teóricos adquiridos en el curso. Las prácticas serán presenciales, de 3 meses aproximadamente, en una empresa cercana al domicilio del alumno.



DURACIÓN

La duración del curso es de 1500 horas.



IMPORTE

Importe Original: ~~1240€~~

Importe Actual: 620€



CERTIFICACIÓN OBTENIDA

Una vez finalizados los estudios y superadas las pruebas de evaluación, el alumno recibirá un diploma que certifica la “**MÁSTER EN NATUROPATÍA + MÁSTER EN DIETÉTICA Y COACH NUTRICIONAL**”, de la **ESCUELA INTERNACIONAL DE DIETÉTICA, NUTRICIÓN Y SALUD** 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 de los contenidos y autenticidad del título a nivel nacional e internacional.

El alumno tiene la opción de solicitar junto a su diploma un Carné Acreditativo de la formación firmado y sellado por la escuela, válido para demostrar los contenidos adquiridos.

Además, podrá solicitar una Certificación Universitaria Internacional de la Universidad Católica de Cuyo-DQ con un reconocimiento de 60 ECTS.

*El contenido del curso se encuentra orientado hacia la adquisición de formación teórica complementaria. Ciertas profesiones requieren una titulación universitaria u oficial que puedes consultar en la web del Ministerio de Educación y en el Instituto Nacional de Cualificaciones.



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. DIETÉTICA

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

PARTE 3. COACH NUTRICIONAL

MÓDULO 1. INTRODUCCIÓN AL COACHING

UNIDAD DIDÁCTICA 1. COACHING: CONCEPTO, DISCIPLINA E HISTORIA

1. El concepto de coaching
 - Origen etimológico
 - Definiciones
2. Historia del coaching
 - Orígenes filosóficos
 - Influencias de la Edad Moderna
 - Siglo XIX: Stuart Mill, Kierkegaard y Nietzsche
 - Corrientes del siglo XX
3. Diferencias entre el coaching y otras disciplinas
 - Mentoring vs. Coaching
 - Consultoría vs. Coaching
 - Tutoría vs. Coaching
 - Feedback vs. Coaching
 - Evaluación vs. Coaching
 - Terapia psicológica y psiquiátrica vs. Coaching

UNIDAD DIDÁCTICA 2. PERFIL DEL COACH

1. Aptitudes
2. Errores más comunes del *coach*

UNIDAD DIDÁCTICA 3. COACHEE: EL PROTAGONISTA DEL PROCESO

1. ¿Quién es el *coachee*?
 - Características del *coachee*
2. Aspectos sociales y cognitivos del *coachee*

UNIDAD DIDÁCTICA 4. DISCIPLINAS DEL COACHING

1. Disciplinas del *coaching*
 - Según el contenido
 - *Coaching* personal, de vida o *life coach*
 - *Coaching* ejecutivo o estratégico
 - *Coaching* empresarial
 - *Coaching* nutricional
 - *Coaching* deportivo o *personal training*
 - *Coaching* educativo, infantil y adolescente
 - *Coaching* familiar y de parejas
 - Según el método
 - *Coaching* sistémico
 - *Coaching* ontológico
 - *Coaching* con inteligencia emocional
 - *Coaching* coercitivo
 - *Coaching* PNL
 - *Coaching* cognitivo
 - *Coaching* Wingwave®
 - Según el modelo
 - Modelo anglosajón y/o estadounidense: *coaching* pragmático
 - Modelo sudamericano o chileno: *coaching* ontológico
 - Modelo europeo o continental: *coaching* humanista

UNIDAD DIDÁCTICA 5. CÓDIGO ÉTICO Y DEONTOLÓGICO DEL COACHING

1. Consideraciones deontológicas y éticas del *coaching*
 - Código ético y deontológico según la International Coach Federation
 - Normas del código deontológico de la ICF
 - Juramento de la ética profesional de la ICF
 - Código ético y deontológico según la Asociación Española de Coaching
 - Código ético y deontológico
 - Responsabilidades del *coach*
 - Ámbito de aplicación
 - Estándares de conducta ética
 - Compromiso ético

UNIDAD DIDÁCTICA 6. SESIONES DE COACHING

1. Soy *coach* ¿por dónde empiezo?
 - Metodología
2. Desarrollo de una sesión de *coaching*
 - Fase I: establecer la relación de *coaching*
 - Primera sesión de *coaching*
 - Fase II: planificar la acción
 - Fase III: el ciclo de *coaching*
 - Fase IV: evaluación y seguimiento
3. Predisposición de avanzar del *coachee*
 - Catalizadores de avances
 - Catalizadores paralizantes
 - Aprendizaje en el *coaching*
 - Niveles de aprendizaje
4. Fin del proceso de *coaching*
 - ¿Cuándo derivar a un psicólogo o a un psiquiatra?

MÓDULO 2. FUNDAMENTOS DE LA NUTRICIÓN

UNIDAD DIDÁCTICA 7. 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 8. CLASIFICACIÓN DE ALIMENTOS Y NUTRIENTES

1. Clasificación de los alimentos
2. Clasificación de los nutrientes
 - Macronutrientes
 - Hidratos de carbono o 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 9. APARATO DIGESTIVO

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

UNIDAD DIDÁCTICA 10. 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 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 en reposo (GER)
 - Gasto energético total (GET)
 - Consejos para acelerar el metabolismo basal

UNIDAD DIDÁCTICA 11. LA DIETA

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

MÓDULO 3. APLICACIÓN DEL COACHING A LA NUTRICIÓN

UNIDAD DIDÁCTICA 12. COACHING NUTRICIONAL

1. ¿Qué es el *coaching* nutricional?
 - Objetivos del *coaching* nutricional
 - Modelo tradicional de salud vs. *coaching* nutricional

- Eficacia del *coaching* nutricional
 - Hábitos dietéticos
 - Obesidad
 - Actividad física
2. Rol del *coach* nutricional
 - Habilidades comunicativas
 - Habilidades del *coach* nutricional

UNIDADES DIDÁCTICAS 13. TÉCNICAS BÁSICAS DEL COACHING NUTRICIONAL

1. Definición del objetivo
 - Método SMART
2. Gestión de las emociones
 - Inteligencia emocional según Daniel Goleman
3. Programación Neurolingüística (PNL)
 - Metamodelo de Richard Bandler y John Grinder
4. Mindfulness
 - Mindful eating
5. Mejora de la autoestima
 - Autoestima sana
6. Motivación y nuevos hábitos alimentarios

UNIDAD DIDÁCTICA 14. MODELOS DE APLICACIÓN Y HERRAMIENTAS

1. Modelos de aplicación
 - GROW
 - OUTCOMES
 - ACHIEVE
2. Herramientas
 - Rueda de la vida
 - Árbol de los logros
 - Reencuadre

SOLUCIONARIO

BIBLIOGRAFÍA