



ESPECIALISTA EN HERBODIETÉTICA

PRESENTACIÓN.

Este curso, completamente actualizado dentro de la medicina y terapias naturales, que cada día tienen más adeptos, está plenamente introducido en el mundo holístico, donde la salud por medios naturales, tanto de recuperación como de medicina preventiva, encuentra una adaptación al mundo profesional.

Esta enseñanza, autorizada por el Ministerio de Educación y Ciencia, está respaldada por la Asociación Profesional de Herboristería y Técnicas Alternativas (A.P.H.E.T.A.).

DESTINATARIOS Y SALIDAS PROFESIONALES.

- Este curso va dirigido a todas aquellas personas que sientan un gran interés en el aprendizaje y posterior puesta en práctica de la herbodietética, tanto en el ámbito personal como comunitario consiguiendo una visión amplia de lo que significa, pudiendo solucionar enfermedades relacionadas con la alimentación, crearse sus propios hábitos alimentarios, hacer educación nutricional e incluso saber hacer una buena elección de alimentos cuando se va a comprar.

- El personal con conocimientos de dietética puede desarrollar sus labores en el campo de la salud (educación nutricional, hospitales, geriátricos, atención primaria, salud pública...) como en la industria alimentaria (control de calidad, confección de menús para empresas de colectividades, revisión y elaboración de menús, análisis microbiológicos, etc.).

ACREDITACIONES.

Al finalizar el curso, y una vez superados los exámenes, el Alumno obtiene:

- Diploma y Certificado de Profesionalidad, expedidos por CENPROEX y avalados por FENACO, con el número de horas lectivas y de prácticas cursadas, así como las calificaciones obtenidas.

- Diploma expedido por el Centro Colaborador que acredita la especialidad cursada.

- **CENPROEX es Centro de Estudios homologado por la Federación Española de Profesionales en Naturopatía (FENACO).** CENPROEX es miembro de FENACO desde el 29 de abril de 2005, con número: 2005.10.109, al mismo tiempo que **ostenta la Presidencia de esta Federación en Extremadura.**

- Los alumnos, una vez terminado el curso, podrán afiliarse a la Federación Española de Profesionales de Naturopatía (FENACO), beneficiándose de todas las ventajas que la misma ofrece (asesorías, gabinete jurídico, información, seguros, etc.).

CONTENIDO.

MÓDULO I. EL CUERPO HUMANO.

Tema 1. INTRODUCCIÓN. Anatomía. Fisiología.

Tema 2. BIOELEMENTOS. Bioelementos primarios o principales: C, H, O, N. Bioelementos secundarios: S, P, Mg, Ca, Na, K, Cl. Oligoelementos. El agua: Una extraña molécula. Glúcidos. Lípidos. Proteínas. Enzimas. Ácidos nucleicos.

Tema 3. EL ORIGEN DE LA VIDA. Origen de la célula. Tipos de células. Organización de la célula eucariota. Energética celular. Reproducción celular.

Tema 4. MICROBIOLOGÍA E INMUNOLOGÍA. Bacterias. Los virus. Formas acelulares. Inmunología.

Tema 5. LA PIEL. Las yemas de los dedos y las uñas. Enfermedades cutáneas. Injertos de piel.

Tema 6. SISTEMA ÓSEO. Huesos de la cabeza. Huesos del tronco. Huesos de las extremidades superiores. Huesos de las extremidades inferiores. Las Articulaciones.

Tema 7. SISTEMA MUSCULAR. Músculos de la cabeza. Músculos del cuello. Músculos del tronco. Músculos de las extremidades superiores. Músculos de las extremidades inferiores.

Tema 8. APARATO RESPIRATORIO. Respiración.

Tema 9. APARATO CIRCULATORIO. La sangre. El corazón. Los vasos sanguíneos. Las arterias. Las venas. El Sistema Linfático.

Tema 10. SISTEMA NERVIOSO. El encéfalo. La médula espinal. Los nervios. La memoria, inteligencia y sueño.

Tema 11. APARATO DIGESTIVO. Descripción anatómica. Fisiología del digestivo.

Tema 12. APARATO EXCRETOR. El Aparato Urinario. Fisiología Renal. Enfermedades del Aparato Urinario.

Tema 13. SISTEMA ENDOCRINO. Hipófisis e hipotálamo. Glándulas suprarrenales. Tiroides. Glándulas paratiroides. Ovarios. Testículos. Páncreas. Placenta. Otros órganos. Metabolismo hormonal. Ciclos endocrinos. Trastornos de la función endocrina. Acción y efecto de las hormonas.

Tema 14. APARATO REPRODUCTOR. Los sistemas reproductores. Fecundación.

Tema 15. LOS SENTIDOS. El ojo y la visión. El oído, la audición y el equilibrio. Tacto, gusto y olfato.

Tema 16. EL CUERPO HUMANO EN IMÁGENES. Sistema Óseo. Sistema Muscular. Aparato Respiratorio. Aparato Circulatorio. Sistema Nervioso. Aparato Digestivo. Aparato Excretor. Aparato Reproductor. Los Sentidos (La vista y el oído).

Tema 17. FISIOLOGÍA HUMANA. Composición química de la materia viva. Fisiología de la sangre. Fisiología del sistema endocrino. Fisiología del aparato circulatorio. Fisiología del aparato respiratorio. Fisiología del sistema nervioso. Fisiología del aparato digestivo. Fisiología del aparato urinario.



MÓDULO II. ANATOMOPATOLOGÍA.

Tema 18. FUNDAMENTOS. Anatomía. Genética. El envejecimiento. Muerte y agonía.

Tema 19. FÁRMACOS. Comprensión de términos médicos. Generalidades sobre los fármacos. Administración, distribución y eliminación de un fármaco. La farmacodinamia. Factores que afectan a la respuesta del organismo a los fármacos. Fármacos y envejecimiento. Reacciones adversas a los fármacos. Cumplir con el tratamiento farmacológico. Fármacos genéricos. Fármacos sin prescripción médica.

Tema 20. EL APARATO LOCOMOTOR. Mesénquima.

Tema 21. SISTEMA ÓSEO. Tipos de huesos. Principales huesos del cuerpo humano. Las articulaciones. Tipos. Planos y ejes del movimiento. Regiones anatómicas. Cápsula sinovial. Meniscos. Ligamentos. El pie. La columna vertebral.

Tema 22. SISTEMA MUSCULAR. Estructura del músculo. Tendones. Irrigación sanguínea muscular. Función de los músculos. Clases de músculos. Principales músculos.

Tema 23. LA PIEL. Fisiología. Anatomía.

Tema 24. EL APARATO DIGESTIVO. Acciones mecánicas. Acciones químicas. Anatomía. Fisiología. Digestión.

Tema 25. EL SISTEMA RESPIRATORIO. Estructura orgánica. Mecánica respiratoria.

Tema 26. EL APARATO CARDIOVASCULAR. El corazón. Vasos sanguíneos. La sangre. Mecánica del sistema cardiovascular. Presión arterial. Presión venosa. Pulso y flujo sanguíneo. Sistema linfático.

Tema 27. EL SISTEMA NERVIOSO. Estructura. Sistema nervioso central. Sistema nervioso vegetativo o autónomo. Mecánica del aparato neurológico.

Tema 28. ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES. Biología cardiovascular. Diagnóstico de las enfermedades cardíacas. Arritmias cardíacas. Insuficiencia cardíaca. Miocardiopatía. Valvulopatías. Tumores del corazón. Endocarditis. Enfermedades del pericario. Hipotensión arterial. Shock. Hipertensión arterial. Aterosclerosis. Enfermedad de las arterias coronarias. Enfermedad de las arterias periféricas. Aneurismas de la aorta y disección aórtica. Trastornos de las venas y linfáticos. Repaso de algunos puntos y otras cuestiones.

Tema 29. TRASTORNOS DEL APARATO RESPIRATORIO. Biología de los pulmones y de las vías respiratorias. Pruebas para el diagnóstico de las enfermedades pulmonares y de las vías respiratorias. Síndrome de insuficiencia respiratoria aguda. Embolia pulmonar. Bronquitis. Bronquiectasias y aelectasia. Enfermedades obstructivas de las vías respiratorias. Enfermedades pulmonares de origen ocupacional. Enfermedades alérgicas de los pulmones. Enfermedades infiltrativas de los pulmones. Neumonías. Absceso pulmonar. Fibrosis quística. Trastornos de la pleura. Cáncer de pulmón. Repaso de algunos puntos y otras cuestiones.

Tema 30. TRASTORNOS DE LOS HUESOS, ARTICULACIONES Y MÚSCULOS. Huesos, articulaciones y músculos. Osteoporosis. Enfermedad de Paget del hueso. Tumores óseos. Artrosis. Enfermedades de las articulaciones y del tejido conectivo. Gota y pseudogota. Infecciones de los huesos y de las articulaciones. Articulación de Charcot. Enfermedades de músculos, bolsas y tendones. Afecciones comunes del pie. Lesiones producidas por el deporte. Ejercicio y forma física. Repaso de algunos puntos y otras cuestiones.

Tema 31. TRASTORNOS DEL CEREBRO Y DEL SISTEMA NERVIOSO. Biología del sistema nervioso. Exploración neurológica y pruebas diagnósticas. Dolor. Dolor de cabeza (cefalea). Vértigo. Trastornos del sueño. Debilidad muscular. Distrofia muscular y trastornos afines. Trastornos del movimiento. Esclerosis múltiple y trastornos afines. Trastornos de la médula espinal. Trastornos de los nervios periféricos. Trastornos de los nervios craneales. Trastornos del olfato y del gusto. Trastornos convulsivos. Enfermedad vascular cerebral y trastornos afines. Traumatismos craneales. Delirio y demencia. Estupor y coma. Infecciones del cerebro y de la médula espinal. Tumores del sistema nervioso. Repaso de algunos puntos y otras cuestiones.

Tema 32. TRASTORNOS MENTALES. Visión general del cuidado de la salud mental. Trastornos psicósomáticos. Trastornos somatoformes. Ansiedad. Depresión y manía. Comportamiento suicida. Alteraciones del apetito. Trastornos sexuales y psicosexuales. Trastornos de la función sexual. Trastornos de la personalidad. Trastornos disociativos. Esquizofrenia y delirio. Adicción y toxicomanía.

Tema 33. TRASTORNOS DE LA BOCA Y DE LOS DIENTES. Trastornos de los labios, la boca y la lengua. Enfermedades de los dientes. Enfermedades periodontales. Alteraciones de la articulación temporomandibular. Urgencias dentales. Cáncer y otros tumores de la boca.

Tema 34. TRASTORNOS GASTROINTESTINALES. Biología del aparato digestivo. Pruebas diagnósticas para los trastornos gastrointestinales. Trastornos del esófago. Trastornos del estómago y del duodeno. Trastornos del ano y del recto. Trastornos del páncreas. Indigestión. Gastroenteritis. Trastornos del tránsito intestinal. Enfermedades inflamatorias del intestino. Colitis asociada al uso de antibióticos. Síndromes de malabsorción. Enfermedad diverticular. Urgencias gastrointestinales. Cáncer y otros tumores del aparato digestivo. Repaso de algunos puntos y otras cuestiones.

Tema 35. TRASTORNOS DEL HÍGADO Y DE LA VESÍCULA BILIAR. Biología del hígado y de la vesícula biliar. Exámenes para el diagnóstico de los trastornos del hígado y de la vesícula biliar. Manifestaciones clínicas de las enfermedades hepáticas. Hígado graso, cirrosis y enfermedades afines. Trastornos vasculares del hígado. Tumores hepáticos. Alteraciones de la vesícula biliar.

Tema 36. TRASTORNOS DEL RIÑÓN Y DE LAS VÍAS URINARIAS. Funcionamiento de los riñones y de las vías urinarias. Insuficiencia renal. Nefritis. Trastornos de los vasos sanguíneos renales. Trastornos metabólicos y congénitos del riñón. Infecciones de las vías urinarias. Obstrucción de las vías urinarias. Vejiga neurogénica. Incontinencia urinaria. Lesiones de las vías urinarias. Tumores y cánceres de los riñones y de las vías urinarias.

Tema 37. TRASTORNOS DE LA NUTRICIÓN Y DEL METABOLISMO. La nutrición. Malnutrición. Vitaminas y minerales. Equilibrio del agua. Equilibrio de la sal. Equilibrio acidobásico. Alteraciones del colesterol y otras grasas. Obesidad. Porfirias. Amiloidosis. Repaso de algunos puntos y otras cuestiones.

Tema 38. TRASTORNOS HORMONALES. Sistema endocrino y hormonas. Trastornos de la hipófisis. Trastornos de la glándula tiroides. Trastornos de las glándulas suprarrenales. Diabetes mellitus. Hipoglucemia. Síndromes de neoplasia endocrina múltiple. Síndromes de deficiencia poliglandular. Cardioide.

Tema 39. TRASTORNOS DE LA SANGRE. Biología de la sangre. Transfusión de sangre. Anemias. Trastornos hemorrágicos. Trastornos de los glóbulos blancos. Leucemias. Linfomas. Trastornos de las células plasmáticas. Trastornos mieloproliferativos. Trastornos del bazo.

Tema 40. CÁNCER. Causas y riesgos del cáncer. El cáncer y el sistema inmunitario. Diagnóstico de cáncer. Complicaciones del cáncer. Tratamiento del cáncer.

Tema 41. TRASTORNOS DEL SISTEMA INMUNITARIO. Biología del sistema inmunitario. Trastornos debidos a inmunodeficiencia. Reacciones alérgicas. Trasplante.

Tema 42. INFECCIONES. Biología de las enfermedades infecciosas. Inmunizaciones para evitar la infección. Fármacos antiinfecciosos. Infecciones de la piel y del tejido celular subcutáneo. Abscesos. Bacteriemia y shock séptico. Infecciones por bacilos. Infecciones causadas por cocos. Infecciones espiroquetales. Infecciones causadas por bacterias anaeróbicas. Tuberculosis. Lepra. Infecciones producidas por rickettsias. Infecciones por parásitos. Infecciones por hongos. Infecciones víricas. Infección por el virus de la inmunodeficiencia humana. Infecciones en personas con las defensas bajas. Enfermedades de transmisión sexual.

Tema 43. ENFERMEDADES DE LA PIEL. Biología de la piel. Medicación tópica para la piel. Picor (prurito). Enfermedades cutáneas superficiales. Dermatitis. Inflamación de la piel. Enfermedades ampollares. Úlceras por presión. Trastornos de la sudación. Trastornos de las glándulas sebáceas. Alteraciones capilares. Infecciones bacterianas de la piel. Infecciones micóticas de la piel. Infecciones parasitarias de la piel. Infecciones víricas de la piel. Radiación solar y lesiones sobre la piel. Alteraciones de la pigmentación. Tumores cutáneos benignos. Cánceres de piel. Repaso de algunos puntos y otras cuestiones.



Tema 44. TRASTORNOS DEL OÍDO, LA NARIZ Y LA GARGANTA. Oídos, nariz y garganta. Pérdida de la audición y sordera. Trastornos del oído externo. Trastornos del oído medio y del oído interno. Trastornos de la nariz y de los senos paranasales. Trastornos de la garganta. Cánceres de cabeza y cuello.

Tema 45. TRASTORNOS OCULARES. Los ojos y la visión. Trastornos de la refracción. Lesiones oculares. Trastornos de la cavidad ocular. Trastornos de los párpados y de las glándulas lagrimales. Trastornos de la conjuntiva. Trastornos de la córnea. Cataratas. Trastornos de la úvea. Trastornos de la retina. Glaucoma. Trastornos del nervio óptico.

Tema 46. PROBLEMAS DE SALUD EN EL VARÓN. Aparato reproductor masculino. Trastornos del pene, próstata y testículos. Impotencia.

Tema 47. PROBLEMAS DE SALUD EN LA MUJER. Aparato reproductor femenino. Hormonas y reproducción. Menopausia. Problemas ginecológicos habituales. Hemorragia uterina ausente o anormal. Síndrome del ovario poliquístico. Endometriosis. Trastornos de las mamas. Cánceres del aparato reproductor femenino. Esterilidad. Planificación familiar. Pruebas de detección de anomalías genéticas. Embarazo. Embarazo de alto riesgo. Complicaciones del embarazo. Enfermedades que pueden complicar el embarazo. La administración de fármacos durante el embarazo. Parto y alumbramiento. Complicaciones del parto y el alumbramiento. Período posparto.

Tema 48. PROBLEMAS DE SALUD EN LA INFANCIA. Recién nacidos y lactantes normales. Problemas en recién nacidos y lactantes. Infecciones de los recién nacidos y de los lactantes. Anomalías congénitas. Retraso mental. Los niños enfermos y sus familias. Problemas de desarrollo en la infancia. Pubertad y problemas en la adolescencia. Infecciones bacterianas. Infecciones víricas. Infección por el virus de la inmunodeficiencia humana. Infección por oxiuros. Trastornos probablemente causados por una infección. Cáncer en la infancia. Trastornos gastrointestinales. Trastornos de la nutrición. Trastornos metabólicos. Trastornos hormonales. Trastornos musculoesqueléticos. Parálisis cerebral. Trastornos del oído, nariz y garganta. Trastornos oculares. Trastornos de la salud mental. Abuso de menores y negligencia. Intoxicaciones. Traumatismos.

Tema 49. ACCIDENTES Y LESIONES. Quemaduras. Lesiones causadas por la corriente eléctrica. Lesiones causadas por radiación. Trastornos producidos por el calor. Lesiones producidas por el frío. Mal de montaña. Sofocación parcial. Lesiones producidas por la inmersión. Viajes aéreos y sus problemas médicos. Intoxicaciones. Mordeduras y picaduras venenosas.

Tema 50. APÉNDICES. Pesos y medidas. Pruebas de laboratorio habituales.

MÓDULO III. DIETÉTICA Y NUTRICIÓN.

Tema 51. INTRODUCCIÓN A LA DIETÉTICA. Introducción. Alimentación y nutrición.

Tema 52. LOS NUTRIENTES. Los hidratos de carbono. Las grasas o lípidos. Las proteínas. La digestión. Metabolismo de los glúcidos, de los lípidos y de las proteínas. Las vitaminas. Los minerales. El agua. Los electrolitos. Necesidades nutritivas.

Tema 53. LOS ALIMENTOS. Los cereales y sus derivados. Los tubérculos. Las legumbres. Verduras y hortalizas. Los frutos. La leche y sus derivados. La carne y sus derivados. Pescados y mariscos. Huevos. Los alimentos grasos. Azúcares y alimentos dulces. Las bebidas refrescantes, estimulantes y alcohólicas.

Tema 54. ALIMENTACIÓN SANA. Los requisitos de una alimentación sana. El equilibrio nutritivo. Los grupos de alimentos. El concepto de ración alimentaria. Alimentación sana, específica. Compra, conservación y preparación de los alimentos.

Tema 55. ALIMENTACIONES NO TRADICIONALES O ALTERNATIVAS. El vegetarianismo. La macrobiótica. El higienismo.

Tema 56. PATOLOGÍAS NUTRICIONALES. Sobrepeso corporal y obesidad. Delgadez patológica y desnutrición. Hipovitaminosis e hipervitaminosis. Carencia de minerales.

Tema 57. ALIMENTACIÓN EN CASOS ESPECIALES. La dieta. La alimentación asistida.

Tema 58. CONCEPTOS. Los glúcidos o hidratos de carbono. Los lípidos o grasas. Los prótidos o proteínas. La mejor dieta. Las dietas mundiales más conocidas: Ventajas e inconvenientes. Tablas de valoración de nutrientes.

Tema 59. TODO LO NECESARIO PARA UNA ALIMENTACIÓN SANA. Glosario de nutrición. Familias de ingredientes. Ejemplos de menús semanales.

Tema 60. VEGETARIANISMO. Introducción: Naturismo y vegetarianismo, una forma de vida. La comida vegetariana: Poderosa para la salud. Dietas vegetarianas. Proteínas para vegetarianos. Las dietas vegetarianas y los niños. Mujeres embarazadas y niños. Régimen vegetariano para adelgazar. Dietas vegetarianas y enfermedades crónicas. Diez razones para ser vegetariano. Nuevas perspectivas del vegetarianismo.

Tema 61. MACROBIÓTICA. Introducción: ¿Qué es la macrobiótica? Dieta macrobiótica. Macrobiótica, salud y emociones. Los ingredientes más usados. La dieta del equilibrio. Alimentos especiales. Las algas.

Tema 62. DIABETES. Introducción. La dieta del paciente diabético. Alimentos para el diabético. Directrices generales para el tratamiento de la diabetes. Comer para vivir o vivir para comer: Diabetes mellitus.

Tema 63. NUTRICIÓN Y DIETAS. Nutrición. Dietas sanas. Los alimentos.

Tema 64. TABLAS NUTRICIONALES. Tablas de alimentos e información nutricional. Tabla de calorías. Tabla de vitaminas. Tabla de minerales esenciales. Contenido en sodio en alimentos seleccionados.

Tema 65. DIETAS. Datos básicos para las dietas. Dietas específicas.

MÓDULO IV. LA SALUD POR LAS PLANTAS MEDICINALES

Tema 66. HISTORIA. Emigración de las plantas medicinales. Herboristería y farmacología.

Tema 67. USOS Y TÉCNICAS. Recolección. Secado y conservación. Extracción y preparación.

Tema 68. SUSTANCIAS. Los alcaloides. Los glucósidos. Los glúcidos o carbohidratos. Los taninos. Los ácidos orgánicos. Los lípidos o grasas. Las esencias y resinas. Las esencias en perfumería. Muy activas (tóxicos).

Tema 69. FITOTERAPIA. Efectos terapéuticos. Los tratamientos de belleza. Enfermedades de la piel. Enfermedades de los ojos. Enfermedades de la boca. Enfermedades otorrinolaringológicas. Enfermedades del sistema nervioso. Enfermedades del intestino. Enfermedades renales y del aparato urinario. Enfermedades del hígado y vesícula biliar. Enfermedades de la sangre y corazón. Enfermedades del sistema arterial y venoso. Enfermedades del aparato locomotor. Enfermedades del metabolismo. Sexualidad y enfermedades del aparato genital. Reproducción y enfermedad de la mujer.

Tema 70. ESPECIES Y PROPIEDADES. De la A a la Z. Nomenclatura en latín. Plantas prohibidas.

Tema 71. DICCIONARIOS. Diccionario terapéutico. Diccionario botánico. Familias botánicas. Órdenes botánicos.