



ESCUELA DE NATUROPATÍA



FITOTERAPIA Y
HERBODIETÉTICA

PROGRAMA ACADÉMICO PROFESIONAL

FITOTERAPIA Y HERBODIETÉTICA
Escuela de Naturopatía NATURAM

CURSO ACREDITADO

Por la Asociación Europea de Naturología (ASENAT)

- Número de acreditación: AC/20-0014
- Duración: 420 horas lectivas

Formación especializada en terapias naturales y salud integrativa.

El programa de Experto en Fitoterapia y Herbodietética ha sido diseñado para ofrecer una formación sólida, profesional y actualizada dentro del ámbito de las terapias naturales y la salud integrativa.

El alumno adquirirá conocimientos avanzados sobre plantas medicinales, nutrición natural, anatomía, fisiología y protocolos de abordaje natural.

OBJETIVOS DEL CURSO

- Comprender los fundamentos de la fitoterapia.
- Conocer las propiedades terapéuticas de las plantas medicinales.
- Aprender protocolos naturales aplicados.
- Integrar conocimientos de nutrición y fisiología humana.
- Capacitación profesional en herbodietética y naturopatía.

SALIDAS PROFESIONALES

- Consultas privadas de naturopatía
- Herbolarios y centros de herbodietética
- Centros de bienestar y salud natural
- Balnearios y centros deportivos
- Asesoramiento natural y nutricional

CARACTERÍSTICAS DEL CURSO

Modalidad Online / A distancia

Duración 420 horas lectivas

Acceso Flexible durante todo el año

Titulación Diploma y certificado acreditativo

Edad mínima 18 años

CONTENIDO ACADÉMICO

ANATOMÍA Y FISIOLOGÍA HUMANA

Objetivos

Proporcionar al alumno una base sólida sobre la estructura y funcionamiento del cuerpo humano, indispensable para comprender la aplicación terapéutica de la fitoterapia y la herbodietética.

Contenidos

- Introducción a la anatomía y fisiología humana.
- Organización celular y tejidos del organismo.
- Sistemas y aparatos del cuerpo humano.
- Sistema nervioso y sistema endocrino.
- Sistema digestivo y metabolismo.
- Sistema respiratorio y cardiovascular.
- Sistema urinario y función renal.
- Sistema inmunológico.
- Fisiología de la nutrición y absorción de nutrientes.
- Relación entre desequilibrios funcionales y salud natural.

NUTRICIÓN Y ALIMENTACIÓN NATURAL

Objetivos

Conocer los principios fundamentales de la nutrición natural y su aplicación dentro del ámbito de la salud integrativa y la herbodietética.

Contenidos

- Conceptos básicos de nutrición y dietética.
- Macronutrientes y micronutrientes.
- Vitaminas, minerales y oligoelementos.
- Alimentación equilibrada y necesidades nutricionales.
- Metabolismo energético.
- Alimentación natural y ecológica.
- Nutrición preventiva.
- Alimentación y sistema inmunológico.
- Dietas terapéuticas y hábitos saludables.
- Introducción a la suplementación natural.

FUNDAMENTOS DE FITOTERAPIA

Objetivos

Introducir al alumno en los principios esenciales de la fitoterapia, comprendiendo las propiedades y usos terapéuticos de las plantas medicinales.

Contenidos

- Historia y evolución de la fitoterapia.
- Concepto y bases de la medicina natural.
- Principios activos de las plantas medicinales.
- Clasificación de las plantas medicinales.
- Métodos de preparación:
 - Infusiones
 - Decocciones
 - Tinturas
 - Extractos
 - Aceites esenciales
- Conservación y almacenamiento.
- Dosificación y administración.
- Seguridad, toxicidad y contraindicaciones.
- Interacciones entre plantas y medicamentos.

PLANTAS MEDICINALES Y APLICACIONES TERAPÉUTICAS

Objetivos

Aprender las aplicaciones terapéuticas de las principales plantas medicinales utilizadas en fitoterapia moderna.

Contenidos

- Plantas medicinales del sistema digestivo.
- Plantas para el sistema nervioso.
- Plantas depurativas y drenantes.
- Plantas para el sistema respiratorio.
- Plantas para el sistema circulatorio.
- Plantas antiinflamatorias y analgésicas.
- Plantas inmunoestimulantes.
- Fitoterapia para el estrés y el insomnio.
- Aplicaciones en trastornos digestivos y metabólicos.
- Botiquín natural y primeros auxilios herbales.

PROTOCOLOS DE ABORDAJE NATURAL

Objetivos

Capacitar al alumno para desarrollar protocolos naturales personalizados dentro del ámbito de la fitoterapia y la naturopatía.

Contenidos

- Evaluación naturopática básica.
- Historia clínica natural.
- Protocolos naturales orientativos.

- Abordaje fitoterapéutico en:
 - Estrés y ansiedad
 - Insomnio
 - Digestiones pesadas
 - Estreñimiento
 - Problemas respiratorios
 - Retención de líquidos
 - Fatiga y agotamiento
- Higiene de vida y hábitos saludables.
- Complementación nutricional.
- Diseño de programas naturales integrativos.

EVALUACIÓN Y APLICACIÓN PRÁCTICA

Objetivos

Consolidar los conocimientos adquiridos mediante ejercicios prácticos, casos reales y evaluación académica final.

Contenidos

- Ejercicios de autoevaluación.
- Casos prácticos de fitoterapia aplicada.
- Elaboración de protocolos naturales.
- Análisis de situaciones clínicas orientativas.
- Evaluación teórica y práctica.
- Orientación profesional y aplicación laboral.
- Ética y responsabilidad profesional.
- Integración de conocimientos terapéuticos.

TITULACIÓN

Al finalizar satisfactoriamente el programa formativo, el alumno recibirá el correspondiente Diploma Profesional en Fitoterapia y Herbodietética expedido por la Escuela de Naturopatía NATURAM.

Y el certificado de estudios de la asociación Europea de Naturología ASENAT

PROFESORADO Y SERVICIO DE TUTORIAS.

Nuestro equipo docente estará a su disposición para resolver cualquier consulta o ampliación de contenido que pueda necesitar relacionado con el curso.

Podrá ponerse en contacto con nosotros a través de la propia plataforma o Chat, Email o Teléfono, en el horario estipulado.

Contamos con una extensa plantilla de profesores especializados en las distintas áreas formativas, con una amplia experiencia en el ámbito docente.

CURSO DE FITOTERAPIA – HERBODIETÉTICA



El alumno podrá contactar con los profesores y formular todo tipo de dudas y consultas, así como solicitar información complementaria, fuentes bibliográficas y asesoramiento profesional.

INFORMACIÓN Y CONTACTO

Escuela de Naturopatía NATURAM

- Plaza Juez Borrull nº 30, 2º-A
- 12003 Castellón de la Plana
- Teléfono: 658 949 161
- naturam@centrolesam.com
- www.escueladenaturopatia.com