

CURSO DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA INTEGRAL



La propuesta de este curso, novedoso y enriquecedor es conocer desde la base cómo alimentarse de forma consciente, buscando el equilibrio del organismo en su aspecto global, **adecuando la dieta a cada persona, ya que somos seres únicos.**

Uno de los pilares para tener una buena salud consiste en tener una alimentación sana y equilibrada, y saber cómo hacerlo es fundamental para lograr ese bienestar en el campo físico, en el mental y en el emocional.

Este curso está pensado para el conocimiento de las pautas necesarias para que cada persona las pueda adaptar a su manera, de una forma consciente a nivel personal, o para que a nivel profesional, disponga de más herramientas para aplicar en su trabajo.

Los objetivos del curso:

- Conocimiento básico de la nutrición.
- Ayuno, reglas y normas básicas.
- Dietética, dietas especiales y normas dietéticas.
- Propiedades de los diferentes alimentos.
- Alimentación natural y procesos orgánicos.
- Órganos digestivos y aspectos psicológicos.
- Mezclas de alimentos y comer durante el día.
- Entender la obesidad y dietas propuestas.
- Alimentación y grupos sanguíneos.
- Alimentación y embarazo.
- Alimentación para la niñez y adolescencia.

Comienzo: OCTUBRE 2020

CLASES PRESENCIALES Y ONLINE

Duración: 6 meses (92 horas)

Horario: Martes de 17.30 a 21.30h

Aportación: 60€ matrícula + 170€ / mes

Imparte: Gaizka Sánchez



C/ Puente de Deusto, 7-2º dpto. 3

48014 Bilbao

Teléf. 676 99 32 72

info@psicovitalcenter.com

www.psicovitalcenter.com

Acreditado por



Enseñanza NO reglada