

Curso de Nutrición Ortomolecular

IMPARTEN:

- **DANI CISCAR:** Naturópata, experto en nutrición ortomolecular, y bioquímica metabólica.
- **CARLOS LÁZARO:** Entrenador personal y nutricionista.
- **MIRIAM ALCAUCER:** Naturópata, experta en medicina tradicional china.

ESTE CURSO ESTÁ DIRIGIDO A TODAS AQUELLAS PERSONAS QUE QUIERAN INTRODUCIRSE EN ESTE MUNDO TAN APASIONANTE COMO ES LA NUTRICIÓN ORTOMOLECULAR (NO) Y NO TENGAN UNA FORMACIÓN PREVIA EN ESTE CAMPO

La finalidad del curso es dar a conocer todas y cada una de las partes más importantes de la NO (fisiología, fisiopatología, nutrición y bioquímica metabólica) para que el alumno cuando finalice todo el temario tenga una idea clara de que representa la terapia ortomolecular y de esta manera pueda avanzar todavía más en el segundo curso "*Bioquímica metabólica aplicada a la Nutrición Ortomolecular*".

El curso se realizara en fines de semana (sábados y domingos), 1 o 2 al mes dependiendo de la complejidad del tema.

- Sábados de 09:30h a 13:30h y de 15:30h a 19:30h.
- Domingos de 09:30h a 14:00h.

Duración del curso: 10 meses. (de Octubre a julio)

- Al alumno que haya demostrado a lo largo del curso un mayor conocimiento de nutrición ortomolecular, además de reembolsarle la totalidad del importe se le incorporará en el equipo NOB para continuar la expansión que tenemos prevista .

Programa del curso

1. **Introducción, historia y evolución de la medicina ortomolecular:** “La ciencia como instrumento de conocimiento”.
2. **Biología humana:** Estructura de la célula y funciones.
 - Se detallarán todos los micronutrientes que forman parte de la célula así como las funciones más importantes que ejercen en la misma.
3. **Anatomía, Fisiología y conceptos básicos** e importantes de bioquímica metabólica:
 - 3.1. Estructura y función de los distintos sistemas y aparatos que forman parte de nuestro organismo.
 - 3.2. Introducción al metabolismo.
 - En cada uno de los temas se darán ejemplos prácticos de nutrición ortomolecular para entender y comprender mejor cómo funciona el cuerpo humano en toda su complejidad fisiológica y bioquímica.
4. **Macro y micronutrientes:** Explicación y función desde un prisma ortomolecular.
 - **Macronutrientes:** Hidratos de carbono, proteínas, grasas...
 - **Micronutrientes:** Minerales, oligoelementos, vitaminas y aminoácidos...
5. **Estudio y valoración de diferentes tipos de dietas:** Dieta vegetariana, macrobiótica, alcalina, paleo y cetogénica.
6. **Nutrición óptima desde un prisma ortomolecular:** La búsqueda de la individualidad nutricional y bioquímica como fuente de salud.
 - 6.1. La importancia de una buena interpretación analítica desde un prisma ortomolecular para realizar un abordaje terapéutico.
 - 6.2. Analítica convencional- Hemograma completo, Bioquímica (perfil analítico básico NOB).
 - 6.3. Análisis no convencionales (ortomolecular) - Aminoacidoograma, ácidos grasos en eritrocitos y mineralograma.

Programa del curso

7. Psicología Ortomolecular:

- 7.1. Bases fisiológicas y bioquímicas del estrés y sus repercusiones en la salud.
- 7.2. Rutas metabólicas alteradas en la depresión (Triptófano, serotonina, melatonina y quinurenina).
- 7.3. Interpretación analítica de "estrés adrenal" (cortisol y DHEA-S) para determinar el grado de afectación en las glándulas suprarrenales.

8. Nutrición ortomolecular aplicada a la fisiopatología:

- 8.1. Estudio de todas las alteraciones metabólicas relacionadas con las enfermedades más comunes, así como el abordaje terapéutico en cada una de ellas.
- 8.2. Al finalizar cada patología se pondrán en práctica los conocimientos adquiridos evaluando casos clínicos, así como analíticas que nos ayudarán a comprender y asimilar de una mejor manera la ortomolecular.

9. Trivial Ortomolecular:

- Juego basado en el mítico Trivial Pursuit, donde aprovecharemos los conocimientos adquiridos en todos los bloques del curso para asimilarlos de una forma divertida, además el ganador obtendrá como premio un lote de suplementos más utilizados en ortomolecular.

10. Examen final:

- A cada alumno se le asignará a lo largo del curso un caso clínico que tendrá que defender delante de sus profesores y compañeros así como responder a cualquier pregunta o duda que pueda surgir durante la exposición del caso.