POST-LAUREA

POST-LAUREA ESPERTO IN ERBODIETETICA ED ERBORISTERIA

ITEMS087

- DIPLOMA CERTIFICATO DA UN NOTAIO EUROPEO -



DESTINATARI

Questo corso si rivolge a uomini daffari, manager, imprenditori, lavoratori, studenti e a tutti coloro che desiderano acquisire le conoscenze necessarie in relazione a questo settore professionale.

Permette di conoscere nozioni di base di erboristeria ed erbodietetica, alimenti e nutrienti, cellule, apparato respiratorio, apparato digerente ed escretore, apparato circolatorio, apparato urinario e riproduttivo, sistema nervoso, apparato locomotore, sistema immunitario e endocrino, piante medicinali e fitoterapia, dietetica, progettazione della dieta secondo l'erbodietetica, dietoterapia e d erboietetica, gestione e amministrazione delle aziende di erboristeria ed erbodietetica, tra gli altri. Inoltre, alla fine di ogni unità didattica, gli studenti troveranno esercizi di autovalutazione che permetteranno loro di seguire il corso in modo indipendente.

Lo studente riceverà laccesso a un corso iniziale in cui troverà informazioni sulla metodologia di apprendimento, sul titolo di studio che riceverà, sul funzionamento del Campus Virtuale, su cosa fare una volta terminato il corso e su informazioni su Grupo Esneca Formación.

SCHEDA TECNICA

ORE DI STUDIO
300H

MODALITÀ
ONLINE
*La modalità comprende moduli con lezioni dal vivo.

CORSO DI PRESENTAZIONE
ONLINE

TUTOR
PERSONALE

LINGUA
ITALIANO

DURATA
FINO AD UN ANNO
*Prorogabile

IMPORTO

IMPORTO ORIGINALE: ~~1520 €~~
IMPORTO ATTUALE: 380 €

TITOLO OTTENUTO

Un volta terminati gli studi e aver superato la prova di valutazione, l'alunno riceverà diploma che certifica il "**POST-LAUREA ESPERTO IN ERBODIETETICA ED ERBORISTERIA**", di ESNECA MEDICAL & SCIENCE, avallato , grazie alla nostra condizione di soci, dal CECAP e AEEN, e cioè le massime istituzioni spagnole per la formazione e la qualità.

I nostri titoli, inoltre, posseggono il timbro del Notaio Europe, che garantisce la validità, i contenuti e l'autenticità dei titoli, a livello nazionale e internazionale.

**Il contenuto è orientato all'acquisizione di una formazione teorica complementare. Questa formazione non porta all'ottenimento di una qualifica ufficiale.*

CONTENUTO FORMATIVO

ERBODIETETICA ED ERBORISTERIA

INTRODUZIONE

MODULO 1. STUDIO DEGLI ALIMENTI E DEI NUTRIENTI

UNITÀ DIDATTICA 1. CONCETTI E DEFINIZIONI

1. Bromatologia
2. Alimentazione
3. Alimenti
4. Nutrizione
5. Razione
6. Dietetica
7. Dieta
8. Dietologo-nutrizionista
9. Salute
10. Malattie
11. Tecnologia alimentare

UNITÀ DIDATTICA 2. GUIDE ALIMENTARI

1. Ruota degli alimenti
2. Piramide nutrizionale
3. Razioni alimentari

UNITÀ DIDATTICA 3. CLASSIFICAZIONE DEGLI ALIMENTI

1. Latticini
2. Farinacei
3. Verdure ed ortaggi
4. Frutta
5. Carne
6. Pesce
7. Uova
8. Semi oleosi
9. Altri alimenti

UNITÀ DIDATTICA 4. VALUTAZIONE DEGLI ALIMENTI

1. Test di preferenza e accettabilità degli alimenti
2. Scelta dell’alimento più appropriato
3. Fattori che influenzano le preferenze alimentari

RIASSUNTO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 2. METABOLISMO DI BASE E FABBISOGNO ENERGETICO

UNITÀ DIDATTICA 1. DEFINIZIONE DI NUTRIENTI

1. Nutrizione

2. Metabolismo
   -Metabolismo di base

UNITÀ DIDATTICA 2. REQUISITI NUTRIZIONALI

1. Carboidrati
2. Proteine
   -Amminoacidi
3. Lipidi
4. Vitamine liposolubili
   -Vitamina A
   -Vitamina E
   -Vitamina D
   -Vitamina K
5. Vitamine idrosolubili
   -Complesso vitaminico B
   -Vitamina C
6. Minerali
   -Macro-minerali
   -Microminerali

UNITÀ DIDATTICA 3. IDRATAZIONE

1. L’acqua
2. Contenuto idrico degli alimenti
3. Disturbi dell’assunzione di acqua
   -Disidratazione
   -Iponatermina
   -Ipernatremia

UNITÀ DIDATTICA 4. METABOLISMO ENERGETICO

1. Classificazione dell’energia

UNITÀ DIDATTICA 5. CALCOLO DEL VALORE ENERGETICO DEGLI ALIMENTI

1. Calorimetria diretta
2. Calorimetria indiretta
   -Calorimetria indiretta mediante bilancio energetico
   -Calorimetria indiretta mediante quoziente respiratorio

RIASSUNTO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 3. PRINCIPI BASILARI DELLA NUTRIZIONE

UNITÀ DIDATTICA 1. NUTRIZIONE A LIVELLO CELLULARE

1. Tipi di nutrizione
   -Nutrizione autotrofa
   -Nutrizione eterotrofa

UNITÀ DIDATTICA 2. INGRESSO DI NUTRIENTI

1. Ingresso attraverso le vie respiratorie

2. Ingresso attraverso il tratto digestivo
   -Fasi della digestione
   -Digestione e assorbimento dei carboidrati
   -Digestione e assorbimento delle proteine
   -Digestione e assorbimento dei lipidi
   -Assorbimento delle vitamine
   -Assorbimento dei minerali

UNITÀ DIDATTICA 3. TRASPORTO DEI NUTRIENTI

1. Circolazione venosa epatica
2. Circolazione dei nutrienti nel sistema linfatico

UNITÀ DIDATTICA 4. NUTRIZIONE CELLULARE

1. Ingestione cellulare
2. Metabolismo cellulare
3. Escrezione cellulare

UNITÀ DIDATTICA 5. ESCREZIONE

RIASSUNTO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 4. BIOTECNOLOGIA ALIMENTARE

UNITÀ DIDATTICA 1. CONCETTO DI BIOTECNOLOGIA

1. Campi di applicazioni
2. Biochimica nutrizionale
3. Tipi di alimenti
   -Probiotici
   -Prebiotici
   -Simbiotici
   -Arricchiti
4. Integratori alimentari

UNITÀ DIDATTICA 2. INGEGNERIA GENETICA IN BIOTECNOLOGIA

1. Geni e proteine
2. Uso degli enzimi negli alimenti

UNITÀ DIDATTICA 3. MICRORGANISMI E ALIMENTI FERMENTATI

1. Fermentazioni alcoliche
2. Fermentazioni non alcoliche
3. Fermentazione di carne, prodotti lattiero-caseari e altri prodotti

UNITÀ DIDATTICA 4. RELAZIONE TRA OGRANISMI GENETICAMENTE MODIFICATI E ALIMENTI GM

1. Tipologia di alimenti geneticamente modificati

UNITÀ DIDATTICA 5. APPLICAZIONI DELLLE BIOTECNOLOGIE ALLA SICUREZZA ALIMENTARE

RIASSUNTO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 5. ANATOMIA E FISIOLOGIA GENERALE (I)

UNITÀ DIDATTICA 1. ANATOMIA E FISIOLOGIA COME SCIENZE

UNITÀ DIDATTICA 2. APPARATO LOCOMOTORE

1. Sistema scheletrico
   -Scheletro assiale
2. Sistema muscolare

UNITÀ DIDATTICA 3. APPARATO CARDIOVASCOLARE

1. Cuore
2. Flusso sanguigno
3. Sistema linfatico o immunitario

UNITÀ DIDATTICA 4. APPARATO RESPIRATORIO

1. Struttura
2. Ciclo respiratorio

UNITÀ DIDATTICA 5. APPARATO DIGERENTE

1. Struttura
2. Processi di assorbimento intestinale

RIASSUNTO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 6. ANATOMIA E FISIOLOGIA GENERALE (II)

UNITÀ DIDATTICA 1. APPARATO ESCRETORE

1. Anatomia funzionale del rene

UNITÀ DIDATTICA 2. APPARATO RIPRODUTTIVO

1. Femminile
2. Maschile

UNITÀ DIDATTICA 3. SISTEMA NERVOSO

1. Sistema nervoso centrale
   -Cervello
   -Midollo spinale
   -Meningi
2. Sistema nervoso periferico
   -Sistema nervoso autonomo
   -Sistema nervoso somatico

UNITÀ DIDATTICA 4. ORGANI DI SENSO

1. Vista
2. Udito
3. Gusto
4. Olfatto
5. Tatto

UNITÀ DIDATTICA 5. SISTEMA ENDOCRINO

1. Concetto e classificazione degli ormoni

RIASSUNTO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 7. INTRODUZIONE ALLA DIETEITCA ERBORISTICA

UNITÀ DIDATTICA 1. CONCETTO DI DIETETICA ERBORISTICA

1. Vantaggi e rischi
2. Differenze con la dietetica convenzionale

UNITÀ DIDATTICA 2. ORIGINE ED EVOLUZIONE

1. Principali usi
2. Evoluzione nelle diverse culture
3. Influenza sulla medicina moderna
4. Discipline affini

UNITÀ DIDATTICA 3. DIFFERENZE TRA ERBORISTERIA E FITOTERAPIA

1. Capacità farmacologiche delle piante medicinali

UNITÀ DIDATTICA 4. LA RICERCA IN ERBORISTERIA

1. Evidenze scientifiche
2. Tendenze attuali
3. Prospettive future

RIASSUNTO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 8. PRINCIPI DI BASE DELLA DIETETICA ERBORISTICA

UNITÀ DIDATTICA 1. ALIMENTAZIONE NATURALE ED EQUILIBRATA

1. Principi di un’alimentazione naturale
2. Vantaggi degli alimenti biologici e minimamente elaborati

UNITÀ DIDATTICA 2. PREVENZIONE DELLE MALATTIE

1. Ruolo degli alimenti e delle piante medicinali nella prevenzione delle malattie
2. Rafforzamento del sistema immunitario

UNITÀ DIDATTICA 3. PERSONALIZZAZIONE DEL TRATTAMENTO

1. Valutazione delle esigenze individuali

UNITÀ DIDATTICA 4. APPROCIO OLISTICO

1. Esercizio fisico
2. Gestione dello stress
3. Equilibrio emotivo
4. Benessere generale

UNITÀ DIDATTICA 5. AREE DI APPLICAZIONE

RIASSUNTO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 9. METODOLOGIA DI VALUTAZIONE E CONSULENZA

DIETETICA ERBORISTICA

UNITÀ DIDATTICA 1. TECNICHE DIAGNOSTICHE

1. Anamnesi
2. Metodi analitici
   -Valutazione dietetica
   -Valutazione clinica
   -Valutazione antropometrica
   -Valutazione biochimica
   -Valutazione immunologica

UNITÀ DIDATTICA 2. CARATTERISTICHE DI UNA DIETA EQILIBRATA

1. Pianificazione di diete personalizzate
2. Situazioni particolari
   -Dieta a basso contenuto di sodio
   -Dieta ipocalorica
   -Dieta ipercalorica
   -Dieta per ridurre l'iperuricemia
   -Dieta per ridurre l'ipertensione
   -Dieta a basso contenuto di zuccheri
   -Dieta per l'anemia
   -Dieta moderatamente astringente
   -Dieta per l'osteoporosi
   -Dieta di protezione gastrica
   -Dieta proteica
   -Dieta a basso contenuto di grassi
   -Dieta lassativa
   -Dieta vegetariana
   -Dieta in gravidanza
   -Dieta emozionale e sua relazione con la DE
   -Dieta ayurvedica

RIASSUNTO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 10. INTRODUZIONE ALL'ERBORISTERIA

UNITÀ DIDATTICA 1. CONCETTO DI ERBORISTERIA

1. Origine ed evoluzione dell'uso delle piante medicinali

UNITÀ DIDATTICA 2. PRINCIPI DI BOTANICA

1. Cellula vegetale
2. Tessuti vegetali
3. Crescita e sviluppo delle piante
4. Anatomia delle piante
5. Classificazione delle piante medicinali
6. Metodi di identificazione delle piante

UNITÀ DIDATTICA 3. PRINCIPI ATTIVI DELLE PIANTE MEDICINALI

1. Tipi
   -Alcaloidi
   -Tannini
   -Flavonoidi
   -Terpeni
   -Acidi grassi e olii essenziali
   -Glicosidi
   -Saponine
   -Polisaccaridi
2. Procedimento
   -Selezione della pianta
   -Preparazione della pianta
   -Scelta del solvente
   -Estrazione del principio attivo
   -Filtrazione
   -Concentrazione
   -Essiccazione e conservazione

RIASSUNTO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 11. PIANTE MEDICINALI

UNITÀ DIDATTICA 1. CONCETTO DI MEDICINALE

1. Parti di una pianta
   -Sostanza di origine vegetale
2. Metabolismo
3. Benefici e proprietà terapeutiche
4. Effetti collaterali

UNITÀ DIDATTICA 2. TIPI DI PIANTE MEDICINALI

1. Piante stimolanti
2. Piante sedative
3. Piante digestive
4. Piante antinfiammatorie
5. Piante diuretiche
6. Piante antiossidanti

UNITÀ DIDATTICA 3. DENOMINAZIONE E IDENTIFICAZIONE DELLE PIANTE MEDICINALI

1. Nomenclatura
2. Tassonomia
3. Organografia
4. Tecniche di identificazione
   -Analisi morfologica
   -Analisi chimica
   -Analisi molecolare

RIASSUNTO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 12. PROPRIETÀ DELLE PIANTE MEDICINALI

UNITÀ DIDATTICA 1. DISTURBI NEUROLOGICI

1. Ansia
2. Disturbi del sonno
3. Disturbi cognitivi
4. Mal di testa

UNITÀ DIDATTICA 2. DISTURBI DELL'APPARATO LOCOMOTORE

1. Stanchezza
2. Tendinite
3. Artrosi e artrite
4. Distorsioni
5. Mal di schiena

UNITÀ DIDATTICA 3. DISTURBI DELL'APPARATO RESPIRATORIO E DEGLI ORGANI DI SENSO

1. Raffreddore
2. Influenza
3. Asma
4. Bronchite
5. Broncopneumopatia cronica ostruttiva
6. Malattie oculare

UNITÀ DIDATTICA 4. DISTURBI DIGESTIVI E METABOLICI

1. Gastrite
2. Diarrea
3. Stitichezza
4. Diabete
5. Dispepsia

UNITÀ DIDATTICA 5. DISTURBI CARDIOVASCOLARI

1. Ipertensione arteriosa
2. Insufficienza cardiaca
3. Angina pectoris
4. Vene varicose

UNITÀ DIDATTICA 6. DISTURBI DELL'APPARATO URINARIO E GINECOLOGICO

1. Infezione delle vie urinarie
2. Menopausa
3. Condizioni legate alle mestruazioni

UNITÀ DIDATTICA 7. DISTURBI DELLA PELLE

1. Ustioni
2. Ferite
3. Dermatiti
4. Acne

RIASSUNTO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 13. PREPARATI DI PIANTE MEDICINALI

UNITÀ DIDATTICA 1. FORME DI SOMMINISTRAZIONE

1. Infuso
2. Tintura
3. Decotto
4. Estratto liquido
5. Estratto secco
6. Capsula
7. Unguento
8. Compressa

UNITÀ DIDATTICA 2. PREPARATI E FORME FARMACEUTICHE

1. Uso orale
2. Applicazione cutanea
3. Uso oftalmico
4. Nasale
5. Ottico
6. Applicazione topica nella cavità orale
7. Rettale
8. Vaginale

UNITÀ DIDATTICA 3. INTERAZIONI E INTERFERENZE DELLE PIANTE CON ALTRI FARMACI

UNITÀ DIDATTICA 4. PRECAUZIONI E CONTROINDICAZIONI GENERALI

UNITÀ DIDATTICA 5. CONSIDERAZIONI DI BASE SU DOSAGGIO E SOMMINISTRAZIONE

1. Calcolo della dose raccomandata

UNITÀ DIDATTICA 6. ETICHETTATURA DEI MEDICINALI VEGETALI

RIASSUNTO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 14. PIANTE MEDICINALI COMUNEMENTE UTILIZZATE (I): A-F

UNITÀ DIDATTICA 1. A

1. Acacia (*Acacia*)
2. Agave (*Agave*)
3. Agrimonia (*Agrimonia eupatoria*)
4. Aglio (*Allium sativum*)
5. Aloe vera (*Aloe barbadensis Miller*) e Aloe
6. Albero del tè (*Malaleuca alternifolia*)
7. Aneto (*Anethum graveolens*)
8. Arnica (*Arnica montana*)
9. Artiglio di gatto (*Uncaria tomentosa*)
10. Ashwagandha (*Withania somnifera*)
11. Assenzio (*Artemisia absinthium*)
12. Alloro (*Laurus nobilis*)
13. Arancio (*Citrus sinensis*)

UNITÀ DIDATTICA 2. B

1. Bambù (*Bambusoideae*)
2. Bardana (*Arctium lappa*)

3. Basilico (*Ocimum basilicum*)
4. Belladonna (*Atropa belladonna*)
5. Betulla bianca (*Betula Pendula Roth*)
6. Boldo (*Peumus boldus*)
7. Biznaga (*Echinocactus platyacanthus*)
8. Borragine (*Borago officinalis*)

UNITÀ DIDATTICA 3. C

1. Calendula (*Calendula officinalis*)
2. Camomilla (*Matricaria chamomilla*)
3. Cannella (*Cinnamomum verum*)
4. Cardamomo (*Elettaria cardamomum*)
5. Carciofo (*Cynara scolymus*)
6. Carota (*Daucus carota*)
7. Cicoria (*Cichorium intybus*)
8. Citronella (*Cymbopogon citratus*)
9. Cola (*Cola*)
10. Curcuma (*Curcuma longa*)
11. Crescione d'acqua (*Nasturtuim officinale*)

UNITÀ DIDATTICA 4. D

1. Drosera (*Drosera*)
2. Dulcamara (*Solanum dulcamara*)

UNITÀ DIDATTICA 5. E

1. Echinacea (*Echinacea purpurea*)
2. Erba santa (*Eriodictyon californicum*)
3. Eucalipto (*Eucalyptus spp.*)
4. Eufrasia (*Euphrasia officinalis*)

UNITÀ DIDATTICA 6. F

1. Finocchio (*Foeniculum vulgare*)
2. Frangola (*Rhamnus frangula*)
3. Frassino (*Fraxinus excelsior*)
4. Fucus (*Fucus vesiculosus*)
5. Fumaria (*Fumaria officinalis*)

RIASSUNTO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 15. PIANTE MEDICINALI COMUNEMENTE UTILIZZATE (II): G-O

UNITÀ DIDATTICA 1. G

1. Galanga (*Alpinia galanga*)
2. Gelsomino (*Jasminum officinale*)
3. Ginkgo (*Ginkgo biloba*)
4. Ginseng (*Panax ginseng*)
5. Guaranà (*Paullinia cupana*)

UNITÀ DIDATTICA 2. I

1. Ibisco (*Hibiscus sabdariffa*)

2. Ispagul (*Plantago ovata*)

UNITÀ DIDATTICA 3. K

1. Kava (*Piper methysticum*)

UNITÀ DIDATTICA 4. L

1. Lavanda (*Lavandula angustifolia*)
2. Limone (*Citrus limon*)
3. Lino (*Linum usitatissimum*)
4. Liquirizia (*Glycyrrhiza glabra*)

UNITÀ DIDATTICA 5. M

1. Malva (*Malva sylvestris*)
2. Melissa (*Melissa officinalis*)
3. Maggiorana (*Origanum majorana*)
4. Menta piperita (*Mentha piperita*)
5. Mentastro verde (*Mentha spicata*)

UNITÀ DIDATTICA 6. N

1. Noce moscata (*Myristica fragrans*)

UNITÀ DIDATTICA 7. O

1. Olivo (*Olea europaea*)
2. Olmaria (*Filipendula ulmaria*)
3. Ortica (*Urtica dioica*)
4. Origano (*Origanum vulgare*)

RIASSUNTO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 16. PIANTE MEDICINALI COMUNEMENTE UTILIZZATE (III): P-Z

UNITÀ DIDATTICA 1. P

1. Papaya (*Carica papaya*)
2. Partenio (*Tanacetum parthenium*)
3. Passiflora (*Passiflora incarnata*)
4. Patata (*Solanum tuberosum*)
5. Pepe nero (*Piper nigrum*)

UNITÀ DIDATTICA 2. Q

1. Quassia (*Quassia amara*)
2. Quinoa (*Chenopodium quinoa*)

UNITÀ DIDATTICA 3. R

1. Reishi (*Ganoderma lucidum*)
2. Rosmarino (*Rosmarinus officinalis*)

UNITÀ DIDATTICA 4. S

1. Salice (*Salix alba*)
2. Salvia (*Salvia officinalis*)

3. Sambuco (*Sambucus nigra*)
4. Sarsapariglia nostrana (*Smilax aspera*)
5. Sedano (*Apium graveolens*)
6. Soia (*Glycine max*)
7. Spirulina (*Arthrospira platensis*)

UNITÀ DIDATTICA 5. T

1. Taràssaco comune (*Taraxacum officinale*)
2. Tè verde (*Camellia sinensis*)
3. Tiglio (*Tilia platyphyllos*)
4. Timo (*Thymus vulgaris*)
5. Trifoglio rosso (*Trifolium pratense*)

UNITÀ DIDATTICA 6. U

1. Uva ursina (*Arctostaphylos uva-ursi*)

UNITÀ DIDATTICA 7. V

1. Valeriana (*Valeriana officinalis*)
2. Verbena limonina (*Aloysia citrodora*)

UNITÀ DIDATTICA 8. Y

1. Yacon (*Smallanthus sonchifolius*)

UNITÀ DIDATTICA 9. Z

1. Zenzero (*Zingiber officinale*)

RIASSUNTO

AUTOVALUTAZIONE

MODULO 17. PROFILO DELLO SPECIALISTA IN ERBORISTERIA ED ERBODIETETICA

UNITÀ DIDATTICA 1. CONCETTO E DEFINIZIONE

UNITÀ DIDATTICA 2. COMPETENZE PROFESSIONALI

1. Competenze
   -Conoscenza delle piante medicinali
   -Comunicazione efficace e consulenza nutrizionale
2. Competenze
   -Identificazione e selezione dei prodotti erboristici
   -Elaborazione di diete personalizzate e piani di salute.
3. Etica e obiettività
   -Uso sostenibile delle risorse alimentari ed erboristiche
   -Riservatezza e rispetto della privacy del cliente

UNITÀ DIDATTICA 3. FUNZIONI PRINCIPALI

1. Consulenza e consigli personalizzati
2. Educazione e promozione di abitudini sane
3. Gestione del magazzino e controllo dell'inventario

UNITÀ DIDATTICA 4. COMPITI E AREE DI LAVORO

1. Formazione
   -Botanica e fitoterapia
   -Nutrizione e dietetica
   -Farmacologia erboristica
   -Preparazione di rimedi erboristici
2. Aree di lavoro
   -Erboristerie e negozi di prodotti salutistici
   -Cliniche per la salute integrativa
   -Centri benessere e termali con approccio olistico

RIASSUNTO

AUTOVALUTAZIONE

SOLUZIONI

BIBLIOGRAFIA