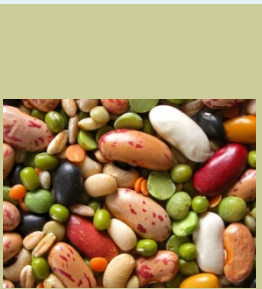
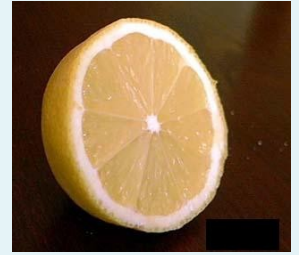
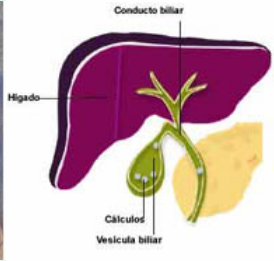


## CURSO DE NUTRICIÓN



### CURSO DE NUTRICIÓN

La Institución de Estudios Superiores de Naturología y Biocultura (reconocida por disposición ministerial 104.461, de fecha 5-11-91), promotora de estos cursos, es una entidad cuya razón de existencia es la difusión del conocimiento de las técnicas que se integran en la **Nutrición**.

A esta Institución le es posible ofrecer a las personas entusiasmadas con la idea del mantenimiento de la salud y la curación a través de una correcta **NUTRICIÓN**, la oportunidad ÚNICA de MATRICULACIÓN GRATUITA para el seguimiento de estos estudios, con diploma al final exitoso de los estudios, sin otro desembolso que el representado por la adquisición del modernísimo material didáctico (consistente en películas en DVD, libros de texto, apuntes, cuestionarios de examen y un inigualable vademécum que facilita el enfoque de las prescripciones).



Este curso está enfocado a naturópatas, médicos, ATS, profesionales de tiendas de régimen, dietistas, nutrólogos, masajistas, o a personas que deseen profundizar en el conocimiento de la nutrición.

El epígrafe correspondiente a dietistas para darse de alta en el I.A.E. es el del grupo 2 epígrafe 839

Por otra parte, el diploma que otorga la Institución de Estudios Superiores de Naturología y Biocultura le faculta para inscribirse en varias de las Agrupaciones de Técnicas Sanitarias Alternativas, así como para solicitar el alta en el Ministerio de Economía y Hacienda en razón de lo anteriormente expuesto.



### **NIVEL PREVIO PARA LA INICIACION DE LOS ESTUDIOS:**

Ser mayor de 18 años.

Del apartado anterior se deduce que podrán seguir los cursos las personas con edad y nivel cultural suficientes para el seguimiento con provecho de las enseñanzas que se imparten por esta Institución.



## MODALIDAD DE ENSEÑANZA

Los estudios se desarrollarán a distancia, cumplimentando el alumno los formularios de preguntas que se le facilitan, aunque teniendo siempre opción a la consulta telefónica, por e-mail, o fax para cualquier tipo de aclaración relacionada con las materias de estudio.

Para los residentes en esta región (o para quienes tengan facilidad para desplazarse) se acordarán visitas periódicas a esta Institución, con objeto de ejercer tutoría sobre los alumnos y valorar su nivel de aprovechamiento y madurez.

## FECHAS DE MATRICULACION

Es válida cualquier fecha del año ya que se trata de enseñanza personalizada y no grupal. El primer contacto será telefónico para establecer una primera entrevista o aclarar los extremos pertinentes o bien se pueden matricular directamente en nuestra web en el apartado CONTACTO.

**DURACIÓN DEL CURSO:** APROX. 650 HORAS

## DIRECCIÓN DE ESTUDIOS

Los cursos están creados y dirigidos por:

\* [D. Carlos Lestón Escera](#), Profesor Naturópata, Fundador y Presidente honorífico de la Institución de Estudios Superiores de Naturología y Biocultura, Doctorado en Herbología, Naturopatía e Iridología. De la Universidad Internacional del Ecuador  
De la University of Natural Medicine (Manila)  
De la Universidad Medico Naturalista Hispano Americana (Miami).  
De la Holistic Oriental Medicinal Educational School Int'l.  
De la Escola Portuguesa Natur (Leiria-Portugal).  
Magister Natura de la Federación Española Profesional de Naturopatía.  
Conferenciante y autor de 20 obras de salud, así como de numerosos vídeos y audios sobre este mismo tema, parte de los cuales han sido adoptados por escuelas oficiales como libros de texto y son utilizados en su totalidad por la Universidad Internacional del Ecuador para los estudios de licenciatura en Naturología



\* [D. Carlos Lestón Díez](#)  
Licenciado en Naturología por la Universidad Internacional del Ecuador  
Profesor Naturópata  
Reflexólogo por Aksem, Holistic Oriental Medicinal Educational School Int'l.  
Manila, Filipinas  
Herbólogo, por Mentalsa, Portugal  
Hipnólogo Clínico  
Iridólogo  
Autor de vídeos y libros sobre temas de naturismo y salud

## MATERIAL DE ESTUDIO



El material de estudio consiste en:

UN DVD, explicando qué es el síndrome de permeabilidad intestinal, consecuencias y tratamiento.

UN DVD, sobre el metabolismo humano y la asimilación de los nutrientes.

UN DVD, en el que se explican cuáles son los fundamentos de la nutrición y cuáles son los nutrientes esenciales para el organismo humano

UN DVD, donde se explican las funciones de los aminoácidos, las vitaminas y el agua en nuestro organismo

UN DVD, sobre las funciones de las grasas, los hidratos de carbono y desarrollo de 3 dietas básicas.

UN DVD, donde se explican las principales fuentes de los minerales y la acción de éstos en el organismo humano.

UN DVD, sobre endoecología, describiendo la importancia de conservar limpio nuestro interior y donde se enumeran las sustancias más perjudiciales.

DOS DVDS, «Curación sin Medicamentos» donde se detallan las virtudes terapéuticas de los principales alimentos y se explican prácticas higiénicas para mantener la salud.

DOS VOLUMÉNES ABC del NATURISMO CURACION sin MEDICAMENTOS (250 págs. tamaño DIN-A4). Una de las obras más completas sobre este tema.

UN MANUAL de MEDICINA NATURAL (Vademecum) que compendia el saber universal del Naturismo, alfabetizado por patologías para facilitar el enfoque de las prescripciones. Una obra única (300 págs. tamaño DIN-A4). Un trabajo de investigación debido a la Institución de Estudios Superiores de Naturología y Biocultura.



UN MANUAL SOBRE NUTRICIÓN de 220 páginas, tamaño DIN-A4, donde se describen los principales alimentos, su uso terapéutico y su composición y energía

UN LIBRO «OLIGOELEMENTOS», con la explicación de las funciones el organismo humano de los minerales, sus fuentes y uso terapéutico.

UN Tratado de ANATOMIA y FISILOGIA (Profesor Lestón).

7 CDS sobre enfermedades crónicas relacionadas con la alimentación (diabetes, enfermedades hepáticas, estreñimiento, arteriosclerosis, obesidad, úlceras, anemia)

El precio total de este material de estudio es de **570 euros** (más gastos de envío), pudiendo fraccionarse según se explica más adelante-

## MODALIDADES de PAGO del MATERIAL de ESTUDIO

(La matriculación, corrección de exámenes y seguimiento de estudios son gratuitos)



1ª UNA ENTREGA 570 euros El alumno recibe el material completo

2ª DOS ENTREGAS (de 285 euros) En la primera entrega el alumno recibe material por valor de 285 euros y los tests correspondientes a dicho material. La siguiente entrega se realiza cuando el alumno la solicite.

3ª TRES ENTREGAS En la primera entrega el alumno recibe material por valor de 190 euros y los tests correspondientes, las siguientes entregas se hacen cuando el alumno las solicite.

### ¿Cuánto quiere pagar cada mes? Seleccione su cuota mensual

**Le sugerimos un envío mensual de 60 euros -aprox.- (ejemplo, un libro y un dvd) , así, en pequeñas cantidades va adquiriendo el curso y en 9 meses ya lo tiene pagado.**

También puede elegir envíos de 100 euros (se acaba de pagar el curso en aprox. 5 meses) o bien en la cantidad que usted elija.

Los envíos se hacen contra reembolso por agencia (48 horas) o por correos contrareembolso (los gastos de envío son por cuenta del alumno)

## TITULACIÓN

Al recibir la titulación el alumno abonará 12 euros contrarrembolso. Los envíos se hacen contrarrembolso por agencia (48 horas) o por correos contrarrembolso (los gastos de envío son por cuenta del alumno). No hay límite de tiempo entre las entregas. La periodicidad la establece el alumno.

## PRECIOS

### Libros (6)

Vademécum	39 euros
Anatomía/Fisiología	39 euros
Curación sin Medicamentos 1	39 euros
Curación sin Medicamentos 2	39 euros
Oligoelementos	39 euros
Nutrición	39 euros

### Total Libros

**234 euros**



### DVD's (9)

ABC del Naturismo (2 DVD's)	42 euros
Sind. Permeabilidad Intestinal	21 euros
Metabolismo/Nutrición	21 euros
Endoecología	21 euros
Vitaminas, agua, aminoácidos	21 euros

Minerales	21 euros
Hidratos de carbono/ grasas/dietas	21 euros
Introducción a la Nutrición Humana	21 euros
<b>TOTAL DVDs</b>	<b>189 euros</b>

**CDS (7) 7X21 euros: 147 euros**

**PRECIO DEL CURSO DE NUTRICIÓN 570 EUROS**

**LIBROS: 234 euros + DVD'S: 189 euros + CD'S 147 euros**

**(PRECIOS 2015)**



### **EXTRACTO DEL PLAN DE ESTUDIOS**

1 Introducción, Fundamentos de la Nutrición humana. La importancia de los crudos. Comestibles y alimentos. Fuentes del naturismo. Leucitosis prandial. Las 10 determinaciones curativas para conservar y recuperar la salud. Energía y productos de recambio. La vida en las escuelas pitagóricas. Valor nutritivo de los vegetales. Efecto de los alimentos sobre el tracto intestinal. Sustancias que se encuentran en los alimentos que son imprescindibles en nuestro organismo. La atmósfera en el intestino del hombre. El principio del mínimo de LIEBIG. El "enriquecimiento" o "depuración" de los alimentos.

2 Vitaminas, agua, aminoácidos. Principales funciones y fuentes. Los electrolitos. El agua, componente primordial de los tejidos. Los diferentes tipos de sed. La linfa. Producción de agua por oxidación de los alimentos. El descubrimiento de las vitaminas. Los efectos de las vitaminas y sus carencias. Vitaminas solubles e insolubles. Cuántos aminoácidos hay y cuantos son imprescindibles. La planta, principal proveedor de proteínas a escala planetaria. Funciones básicas de las proteínas. Los estados carenciales. Necesidades proteicas. Funciones de los aminoácidos. Fuentes de las proteínas.

3 Minerales. Principales funciones y fuentes. Macrominerales y Microminerales. Electrolitos. Funciones de los minerales.

4 Grasas, Hidratos de Carbono, Dietas. Metabolismo de las grasas. Funciones fundamentales de las grasas en el organismo humano. Grasas industriales. Transporte y almacenamiento de los lípidos. Metabolismo de las grasas. Importancia de los hidratos de carbono. Composición de los hidratos de carbono. El metabolismo de los carbohidratos El hígado, depósito de glucógeno La fibra, fibras solubles e insolubles. Qué es culinaria, nutrición, dietética, régimen, alimentación. Los requerimientos calóricos. Metabolismo basal. Los tres principales tipos de dietas.

5 Metabolismo/Recambio. Proteínas, aminoácidos. Formación de heces. Fibra. Jugos gástricos e intestinales. Secreciones en la digestión. El hígado, páncreas. La digestión. Síntesis de aminoácidos en nuestro organismo. Proteínas completas e incompletas. Función mecánica del estómago. Carencias proteínicas. Legumbres-cereales y otros alimentos como suministradores de proteínas. Construcción de tejidos. Aminoácidos. Funciones biológicas de las grasas. Jugos gástricos. Qué es la digestión.

6 El Síndrome de Permeabilidad Intestinal. Importancia de hábitos alimenticios. El estreñimiento. El indicán. Endotoxinas. Exotoxinas. Nuestro organismo puede estar más contaminado que el medio ambiente. Factor tóxico y enfermante de ciertos medicamentos. Aditivos. Tóxicos en el medio ambiente. Monodietas. Alergias, anticuerpos. Carencias alimentarias. La inflamación de la mucosa intestinal, su tratamiento.

7 Dietética-Culinaria. Caldos depurativos. Dietas curativas. Dietas de mantenimiento. Valor curativo de los alimentos. Platos ovo-lacto-vegetarianos. Incompatibilidades. Plantas medicinales. Prácticas terapéuticas. El aire. La tierra. El sol. El agua. El ejercicio. La ecología. El origen de la enfermedad. ¿Somos carnívoros?. La ecología corporal. Drogas. Tabaco. Alcohol. Valor curativo de los alimentos. Plantas medicinales. Culinaria.

8 Principales alimentos presentes en nuestra dieta, su composición y energía. Uso conveniente de estos alimentos.

9 Endoecología. Importancia de hábitos alimenticios. El estreñimiento. El indicán. Endotoxinas. Exotoxinas. Nuestro organismo puede estar más contaminado que el medio ambiente. Factor tóxico y enfermante de ciertos medicamentos. Aditivos. Tóxicos en el medio ambiente.



10 Oligoelementos Los enzimas. Oligoelementos. Terreno y receptividad. La diátesis I: Alérgica o artrítica. La diátesis II: Hiposténica o artrotuberculosa. La diátesis III: Distónica o neuro-artrítica. La diátesis IV: Anérgica. Azufre. Calcio. Cobalto. Cobre. Fósforo. Cromo. Flúor. Hierro. Litio. Magnesio. Oro. Manganeseo. Selenio. Sílice. Yodo. Sodio. Cloro. Zinc. El ácido gamma-linolénico. La arcilla. Agua marina.

11 Prescripción en Nutrición y Naturopatía. Vademecum de Medicina Natural. Preparados comerciales. Prácticas terapéuticas. Plantas Medicinales. Dietas. Caldos Depurativos. Complementos Curativos. Principales terapias naturales. Preparación de remedios caseros. Descripción y tratamiento para 400 de las principales enfermedades.

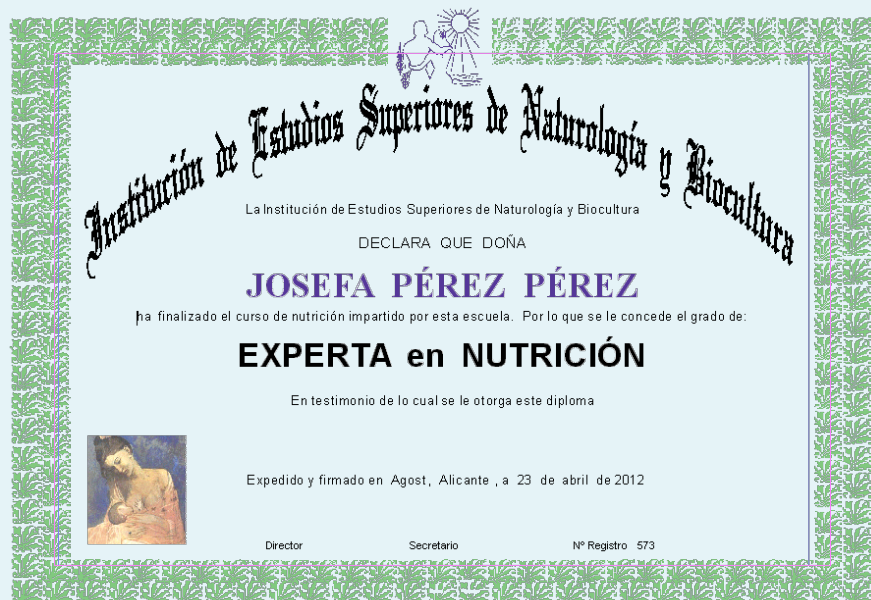
12 ABC de la Nutrición y el Naturismo. La trofoterapia. Cavamos nuestra fosa con los dientes. Las vitaminas. Vitaminas y muertaminas. Alimentación equilibrada. La alimentación y los fármacos. En busca de lo complejo. ¿Es sana una dieta vegetariana?. Defensores del Naturismo. Las proteínas. Las proteínas y la carne. La soja. Clasificación de principios nutritivos. Aditivos. Alimentos biológicos. Valor vitamínico de los alimentos. La clorofila. Las grasas. Grasa animal y vegetal. Colesterol. Magnesio. Miel. El ayuno. Fitoterapia. La síntesis. El remedio más antiguo. Los "simples". Las drogas "maravillosas" del presente. La planta, farmacia natural. Aceites esenciales. Alcaloides. Las siete maravillas del mundo vegetal. Fitoterapia práctica. El tabaco. Gastronomía-Dietética. Índice de enfermedades y su tratamiento.

13 ANATOMIA Y FISILOGIA La célula. La estructura del cuerpo humano. Los músculos. El sistema nervioso. Higiene del sistema nervioso. La piel. El ojo. Sentido y órgano del oído. La corriente de la vida. Elementos celulares de la sangre. El aparato circulatorio. Higiene de la sangre. El aparato respiratorio. Higiene del pulmón. El aparato digestivo. El ejército defensivo. La digestión, el metabolismo. El sistema óseo. Los músculos.

14 ENFERMEDADES CRONICAS Diferentes enfermedades crónicas. Descripción, causas y tratamiento. ¿Por qué enfermamos? Cómo cura la naturopatía. Tratamientos para enfermedades crónicas. La teoría de la unicidad patológica.

15 Tesis. El alumno desarrollará una tesis de investigación sobre unas materias y extensión que serán propuestos por esta Institución.

16 DIPLOMA- Al acabar el curso se le enviará al alumno el diploma de experto en nutrición -tamaño din a-4 papel pergamino, 140 gramos



### **HOMOLOGACIÓN CENTRO HOMOLOGADO POR FENACO, APENB Y SIMECO**

La tasa del Sindicato Profesional de Medicina Complementaria para homologar el diploma por el de SIMECO es de 90 euros.

La tasa del Sindicato Profesional de Técnicos Sanitarios Alternativos para homologar el diploma de SINTECSA es de 90 euros.

La cuota anual para pertenecer a FENACO es de 144 euros.

Los alumnos interesados en homologar sus diplomas o inscribirse en los citados sindicatos o asociación lo solicitarán a través de esta Institución.

