

|Curso de Fitoterapia

FITOTERAPIA

450 HORAS



Información sobre el programa formativo

- ✓ **Horas de formación:** 450
- ✓ **Duración:** El alumno dispondrá de un tiempo mínimo de 6 meses para realizar el programa formativo y un máximo de 12 meses.

En la actualidad, la sociedad busca y encuentra en los tratamientos naturales, entre ellos la **fitoterapia**, una alternativa valedera y de buenos resultados frente a la medicina convencional existente.

En este sentido, la fitoterapia permite **tratar una importante cantidad de dolencias sin los riesgos** que se pueden presentar con los fármacos químicos actuales. Por ello, cada día **son más las personas que buscan y se someten a un tratamiento fitoterapéutico**, en cualquiera de sus múltiples presentaciones existentes.

De hecho, existe un conocimiento científico que soporta esta ciencia, que tiene una antigüedad superior a 3000 años, de que el hombre ha venido utilizando las plantas para sanar sus males.

Este programa formativo contiene material teórico-práctico para que el alumno conozca los criterios de **calidad, seguridad y eficacia aplicados a los medicamentos de fitoterapia** y adquiera los conocimientos y habilidades necesarias para **realizar adecuadamente este tipo de tratamiento**.

Inscribirme



Certificación: Sociedad Científica Europea para la Formación Continua y Capacitación de Profesionales Sanitarios



Estas Maestrías, Diplomados y Cursos de capacitación en línea corresponden a formación acreditada directamente por " *Sociedad Científica Europea para la Formación Continua y Capacitación de Profesionales Sanitarios*" además de ir respaldado por el sello de esta prestigiosa Sociedad, inscrita en el **Ministerio del Interior**, con el objetivo de que, como alumno, pueda utilizarlo para actualizar y mejorar sus competencias profesionales y completar su curriculum, además de utilizar esta formación para ampliar sus "*Salidas laborales*" en los distintos puestos de trabajo públicos y privados.

Este sería un ejemplo del diploma emitido únicamente por la **Sociedad Científica Europea para la Formación Continua y Capacitación de Profesionales Sanitarios** de las capacitaciones formativas:

Parte delantera del diploma de la Sociedad Científica

Parte delantera del diploma

Parte trasera del diploma de la Sociedad Científica

Parte trasera del diploma

¿A quién va dirigido?

Acceso **directo**:

- Tener realizada la **Educación Básica**.
- Estar en posesión del **título de Educación Secundaria** o de un nivel académico superior.
- Estar en posesión de un Título Profesional Básico (Formación Profesional Básica).
- Haber superado el segundo curso del Bachillerato.
- Estar en posesión de un título de Técnico o de Técnico Auxiliar o equivalente a efectos académicos.
- Haber superado la prueba de acceso.

Acceso mediante **prueba** (para quienes no tengan alguno de los requisitos anteriores):

- Haber superado la prueba de acceso a ciclos formativos de grado medio (se requerirá tener, al menos, diecisiete años, cumplidos en el año de realización de la prueba).

Objetivos

Generales

- Conocer los criterios actuales de calidad, seguridad y eficacia aplicados a los medicamentos fitoterápicos.
- Profundizar en el conocimiento de los principales grupos de principios activos, conocer efectos secundarios, reacciones adversas, contraindicaciones, interacciones y efectos tóxicos.
- Ofrecer las herramientas para facilitar la prescripción, dispensación y aplicación de la fitoterapia.
- Conocer las características de las principales afecciones, aprender a evaluarlas y conocer los posibles tratamientos desde el punto de vista de la fitoterapia.

Inscribirme



Salidas profesionales

- Experto/a en centros de terapias naturales y herboristerías.
- Asesor/a en centros de dietética y nutrición.
- Experto/a en tratamientos de relax y en centros de wellness y spa.
- Terapeuta de shiatsu, reflexología podal o fitoterapeuta en centros de masajes, belleza, deportivos y de terapias alternativas.
- Profesional especializado en terapias naturales, por cuenta propia o ajena.

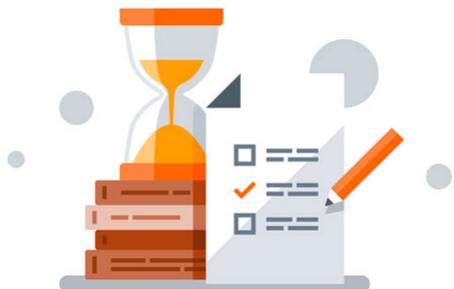
- Centros especializados en dietética.
- Consultas de alimentación.
- Colaborar con empresas para hacer estudios de mercado.
- Empresas que desarrollan alimentos y nuevos productos alimentarios.
- Técnico de formación en productos fitoterápicos.

- Técnicos en centros de nutrición y dietética, centros naturistas y centros de estética.
- Técnicos de promoción de productos para asegurar el enlace entre marketing, tecnología e investigación y desarrollo.
- Comercial en tiendas especializadas en productos dietéticos, herbolarios y centros de terapias naturales.
- Comercial en empresas alimentarias o farmacéuticas con una línea de productos fitoterápicos.

Requisitos para la inscripción

- Solicitud de inscripción.
- Documento de identidad. (Pasaporte, visa y cédula de extranjería en caso de ser extranjero).

Evaluación



La evaluación estará compuesta de **192 test** de opción alternativa (A/B/C).

El alumno debe finalizar esta formación online y hacerlo con aprovechamiento y superando al menos un 50% de los tests planteados en el mismo, que se realizarán a través de la plataforma virtual online.

Contenidos

Unidad I: Experto en fitoterapia

Capítulo I. Introducción a la Fitoterapia:

- Definición.
- Historia.
- Mecanismo de acción.
 - Compuestos fenólicos.
- Ventajas del uso de las plantas.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Capítulo II. Descripción, uso y relación:

- Partes de una planta.
- Glosario de términos más frecuentes.
- Formas de administrar las plantas.
- Relación de plantas medicinales.
- Relación de plantas medicinales.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Capítulo III. Interacciones:

- Introducción.
- Principales grupos de medicamentos que suelen presentar interacción con plantas medicinales.
- Principales principios activos que suelen presentar interacción con plantas medicinales.
- Resumen.

- Autoevaluación.

Capítulo IV. Patologías por sistemas, plantas para su tratamiento:

- Sistema locomotor.
- Sistema nervioso.
- Sistema sensorial.
- Piel.
- Sistema circulatorio.
- Sistema digestivo.
- Sistema respiratorio.
- Sistema uro-genital.
- Sistema endocrino.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Capítulo V. Descripción de plantas:

- Plantas medicinales.
- Abedul (*Betula alba*).
- Abeto (*Abies alba*).
- Agracejo (*Berberis vulgaris*).
- Agrimonia (*Agrimonia eupatoria*).
- Ajedrea (*Satureja hortensis*).
- Ajenjo (*Artemisia absinthium*).
- Albahaca (*Ocimum basilicum*).
- Alcachofera (*Cynara scolymus*).
- Alcaravea (*Carum carvi*).
- Alholva (*Trigonella foenum-graecum*).
- Alhucema (*Lavandula latifolia*).
- Altabaca (*Dittrichia viscosa*).
- Amapola (*Papaver rhoeas*).
- Angélica (*Angelica archangelica*).
- Anís (*Pimpinella anisum*).
- Apio (*Apium graveolens*).
- Arándano (*Vaccinium myrtillus*).
- Arenaria (*Spergularia rubra*).
- Árnica (*Arnica montana*).
- Arraclán (*Rhamnus frangula*).
- Arrayán (*Myrtus communis*).
- Artemisa (*Artemisia vulgaris*).
- Avena (*Avena sativa*).
- Azahar (*Citrus aurantium*).
- Bardana (Lampazo) (*Arctium lappa*).
- Bistorta (*Polygonum bistorta*).
- Boldo (*Peumus boldus*).
- Bolsa de pastor (*Capsella bursa-pastoris*).
- Borraja (*Borago officinalis*).
- Brezo (*Erica cinerea*).
- Calabacera (*Cucurbita pepo*).
- Caléndula (*Caléndula officinalis*).

- Caña limón (*Cymbopogon citratus*).
- Capuchina (*Tropaeolum majus*).
- Cardo mariano (*Silybum marianum*).
- Cardo santo (*Cnicus benedictus*).
- Castaño de indias (*Aesculus hippocastanum*).
- Cayena (*Capsicum frutescens*).
- Centaura (*Centaurium erythraea*).
- Centella asiática (*Hydrocotyle asiatica*).
- Cerezo (*Prunus avium*).
- Ciprés (*Cupressus sempervirens*).
- Clavo (*Eugenia caryophyllata*).
- Cola de caballo (*Equisetum arvense*).
- Comino (*Cuminum cyminum*).
- Condurango (*Marsdenia condurango*).
- Copalchi (*Coutarea latiflora*).
- Correhuela (*Convolvulus arvensis*).
- Damiana (*Turnera aphrodisiaca*).
- Diente de león (*Taraxacum officinale*).
- Drosera (*Drosera rotundifolia*).
- Durillo (*Viburnum tinus*).
- Echinacea (*Echinacea angustifolia*).
- Eleuterococo (*Eleutherococcus senticosus*).
- Eneldo (*Anethum graveolens*).
- Erísimo (*Sisymbrium officinale*).
- Escabiosa (Mordida) (*Knautia arvensis*).
- Escaramujo (*Rosa canina*).
- Espino blanco (*Crataegus oxyacantha*).
- Espirulina (*Spirulina maxima*).
- Espliego (Lavanda) (*Lavandula angustifolia*).
- Estigmas de maíz (*Zea mays*).
- Eucalipto (*Eucalyptus globulus*).
- Eufrasia (*Euphrasia officinalis*).
- Frambueso (*Rubus idaeus*).
- Fresno (*Fraxinus excelsior*).
- Fucus (*Fucus vesiculosus*).
- Fumaria (*Fumaria officinale*).
- Galega (*Galega officinalis*).
- Gatuña (*Ononis spinosa*).
- Gayuba (*Arctostaphylos uva-ursi*).
- Genciana (*Gentiana lutea*).
- Ginkgo biloba (*Ginkgo biloba* L).
- Ginseng (*Panax ginseng*).
- Goma guar (*Cyamopsis tetragonolobus*).
- Gordolobo (*Verbascum thapsus*).
- Grama (*Agropyrum repens*).
- Granada (*Punica granatum*).
- Grindelia (*Grindelia robusta*).
- Grosellero negro (*Ribes rubrum*).
- Guaraná (*Paullinia cupana*).
- Hamamelis (*Hamamelis virginiana*).
- Harpagofito (*Harpagophytum procumbens*).

- Helecho (*Pteridium aquilinum*).
- Helenio (*Inula helenium*).
- Herniaria (*Herniaria glabra*).
- Hierbabuena (Hierba huerto) (*Menta sipcata*).
- Hierba luisa (*Lippia citriodora*).
- Hinojo (*Foeniculum vulgare*).
- Hipérico (Corazoncillo) (*Hypericum perforatum*).
- Hisopo (*Hyssopus officinalis*).
- Hidrastis (Sello de oro) (*Hydrastis canadensis*).
- Jara (*Cistus monspeliensis*).
- Jengibre (*Zingiber officinale*).
- Judía (*Phaseolus vulgaris*).
- Laminaria (*Laminaria cloustoni*).
- Laurel (*Laurus nobilis*).
- Lepidio (Rompepiedras) (*Lepidium latifolium*).
- Levístico (*Levisticum officinale*).
- Lino (*Linum usitatissimum*).
- Liquen de Islandia (*Cetraria islandica*).
- Lirio (*Iris germanica*).
- Llantén (*Plantago major*).
- Lúpulo (*Humulus lupulus*).
- Malva (*Malva sylvestris*).
- Malvavisco (*Altea*) (*Althaea officinalis*).
- Manzanilla (*Matricaria chamomilla*).
- Marrubio (*Marrubium vulgare*).
- Mejorana (*Majorana hortensis*).
- Meliloto (*Melilotus officinalis*).
- Melisa (*Melissa officinalis*).
- Membrillero (*Cydonia oblonga*).
- Menta (*Mentha piperita*).
- Mijo de sol (*Lithospermum officinale*).
- Milenrama (*Achillea millefolium*).
- Nauta (*Calamintha sylvatica*).
- Nogal (*Juglans regia*).
- Olivo (*Olea europaea*).
- Orégano (*Origanum vulgare*).
- Oroval (*Withania aristata*).
- Ortiga blanca (*Lamium album*).
- Ortosifón (Té de Java) (*Orthosiphon stamineus*).
- Paliure (*Paliurus spina*).
- Parietaria (*Parietaria officinalis*).
- Passiflora (*Passiflora incarnata*).
- Pau d'Arco (Lapacho) (*Tabebuia avellanedae*).
- Pazote (*Chenopodium ambrosioides*).
- Pensamiento (*Viola tricolor*).
- Perejil (*Petroselinum hortense*).
- Pimienta acuática (*Polygonum hydropiper*).
- Pino (*Pinus sylvestris*).
- Poleo (*Mentha pulegium*).
- Primavera (*Primula veris*).
- Pulmonaria (*Pulmonaria affinis*).

- Pygeum (*Prunus africana*).
- Regaliz (*Glycyrrhiza glabra*).
- Roble albar (*Quercus robur*).
- Romero (*Rosmarinus officinalis*).
- Rosal (*Rosa gallica*).
- Sabal (*Sabal princeps*).
- Salicaria (*Lythrum salicaria*).
- Salsufragio (Hierba de las piedras) (*Silene saxifraga*).
- Salvia (*Salvia officinalis*).
- Sauce (*Salix alba*).
- Sauco (*Sambucus nigra*).
- Sen (*Cassia angustifolia*).
- Serpol (*Thymus serpyllum*).
- Sol de oro (*Helichrysum italicum*).
- Tila (*Tilia platyphyllos*).
- Tomillo (*Thymus vulgaris*).
- Tormentilla (*Potentilla erecta*).
- Travalera (*Centaurea aspera*).
- Trébol de agua (*Menyanthes trifoliata*).
- Ulmaria (*Filipendula ulmaria*).
- Uña de gato (*Uncaria tomentosa*).
- Valeriana (*Valeriana officinalis*).
- Vara de oro (*Solidago virgaurea*).
- Verbena (*Verbena officinalis*).
- Vid (*Vitis vinifera*).
- Violeta (*Viola odorata*).
- Zarparrilla (*Smilax regelii*).
- Resumen.
- Autoevaluación.

Capítulo VI. Monografías:

- Ajo (*Allium sativum*).
 - Descripción.
 - Historia.
 - Composición.
 - Acción.
 - Indicaciones, contraindicaciones, precauciones e interacciones.
 - Formas de consumir el ajo.
 - Cómo acostumbrarnos al consumo de ajos crudos.
- Aloe vera (*Aloe Barbadensis*).
 - Descripción.
 - Historia.
 - Composición.
 - Acción.
 - Formas galénicas/posología.
 - Indicaciones, contraindicaciones y precauciones.
- Cebolla (*Allium cepa*).
 - Descripción.
 - Historia.
 - Composición.

- Acción.
- Indicaciones, contraindicaciones y efectos secundarios.
- Onagra (Oenothera Biennis).
 - Descripción.
 - Prostaglandinas.
 - Indicaciones.
 - Síndrome premenstrual y menopausia.
 - Enfermedades benignas de los senos.
 - Enfermedades cardíacas. Trastornos vasculares. Hipertensión.
 - Obesidad.
 - Eczema, asma, alergias y fibrosis quística.
 - Niños hiperactivos.
 - Piel, cabello, ojos, boca y uñas.
 - Artritis reumatoide y otros trastornos inflamatorios.
 - Esclerosis múltiple.
 - Esquizofrenia.
 - Cáncer.
 - Alcoholismo.
 - Diabetes.
 - Conclusión.
 - Tepezcohuite (Mimosa tenuiflora poiret).
- Resumen.
- Autoevaluación.

Capítulo VII. Patologías:

- Principales patologías por orden alfabético y plantas con las que pueden ser tratadas.
 - Resumen.
 - Autoevaluación.
-

Unidad II: Plantas medicinales

Capítulo I. Historia de la homeopatía:

- Introducción.
- Breve referencia histórica.
- El origen de la fitoterapia.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Capítulo II. Cultivo y tratamiento de las plantas medicinales:

- Introducción.
- El cultivo y la recolección.
- Las distintas formas de preparación.
- Dosis.
- Contraindicaciones y efectos secundarios.
- Resumen.

- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Capítulo III. La actuación de las plantas medicinales:

- Introducción.
- Principios activos de las plantas medicinales.
- Propiedades de las plantas medicinales.
- Clasificación farmacológica de las plantas.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Capítulo IV. Principales plantas medicinales:

- Plantas medicinales por orden alfabético (A).
- Plantas medicinales por orden alfabético (B).
- Plantas medicinales por orden alfabético (C).
- Plantas medicinales por orden alfabético (D).
- Plantas medicinales por orden alfabético (E).
- Plantas medicinales por orden alfabético (F).
- Plantas medicinales por orden alfabético (G).
- Plantas medicinales por orden alfabético (H).
- Plantas medicinales por orden alfabético (I).
- Plantas medicinales por orden alfabético (J).
- Plantas medicinales por orden alfabético (L).
- Plantas medicinales por orden alfabético (M).
- Plantas medicinales por orden alfabético (N).
- Plantas medicinales por orden alfabético (O).
- Plantas medicinales por orden alfabético (P).
- Plantas medicinales por orden alfabético (R).
- Plantas medicinales por orden alfabético (S).
- Plantas medicinales por orden alfabético (T).
- Plantas medicinales por orden alfabético (U).
- Plantas medicinales por orden alfabético (V).
- Plantas medicinales por orden alfabético (Y).
- Plantas medicinales por orden alfabético (Z).
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Capítulo V. Remedios naturales:

- Introducción.
- Remedios naturales.
- Resumen.
- Autoevaluación.
- Bibliografía.

Capítulo I. Nutrientes para la vida:

- Introducción.
- ¿Qué son las proteínas y dónde las podemos encontrar?
- Hidratos de carbono, ¿son todos iguales?
- La fibra dietética, más que un regulador intestinal.
- Las grasas pueden ser buenas y malas.
- Los minerales, esenciales para las reacciones bioquímicas de nuestro organismo.
- La importancia de los electrolitos y del agua.
 - Electrolitos.
 - El agua.
- Las vitaminas, necesarias en pequeñas cantidades e imprescindibles para conservar el buen estado de salud.
 - ¿Qué signos presenta la deficiencia de vitaminas?
 - Cuando son necesarios los suplementos de vitaminas y de minerales.
- ¿Qué son los fitoquímicos y dónde los podemos encontrar?
- Resumen.
- Autoevaluación.

Capítulo II. El vegetarianismo:

- Introducción.
- Dieta vegetariana y salud.
 - ¿Qué carencias nutricionales se asocian a una dieta vegana mal planificada?
 - Déficit de proteínas de buena calidad.
 - Déficit de vitamina B12 o cobalamina.
 - Déficit de vitamina D.
 - Déficit de calcio.
 - Déficit de hierro.
 - Déficit de cinc.
 - Déficit de triptófano.
 - Déficit de ácidos grasos omega 3.
 - Dieta vegetariana y enfermedades crónicas.
 - Enfermedades cardiovasculares.
 - Hipertensión arterial.
 - Obesidad.
 - Diabetes.
 - Cáncer.
 - Osteoporosis.
 - Estreñimiento.
 - Enfermedad diverticular.
 - Cálculos biliares.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Capítulo III. Planificación de una alimentación vegana equilibrada:

- Introducción.
- Pirámide de alimentación vegana.
 - Características nutricionales de los alimentos.
 - Cereales.
 - Verduras y hortalizas.

- Frutas.
 - Legumbres.
 - Frutos secos.
 - Grasas.
 - Tubérculos.
 - Lácteos y huevos.
 - Alimentos especiales.
- Valor nutricional de los alimentos que se excluyen de la dieta vegetariana.
 - Alimentos biológicos.
 - Los alimentos funcionales, ¿son útiles para los vegetarianos?
- Consejos dietéticos para mejorar la calidad nutricional de las dietas vegetarianas.
 - Consumir alimentos fermentados.
 - Consumir alimentos germinados.
 - Sustituir el azúcar blanco o refinado por el integral o utilizar miel.
 - Sustituir el aceite de oliva refinado por el virgen.
 - Utilizar como ingrediente en las diferentes recetas las algas.
 - La soja es un alimento muypreciado en la alimentación del vegetariano por su valioso valor nutricional.
 - Hay varias bebidas vegetales que se pueden alternar con la leche de soja.
 - Consejos para mantener al máximo las vitaminas en la alimentación diaria.
- Cómo debe ser la despensa ideal para menús saludables vegetarianos.
- El etiquetado de los alimentos vegetarianos.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Capítulo IV. La alimentación de los lactantes y niños vegetarianos:

- Introducción.
- El destete paso a paso del lactante vegetariano.
- La dieta del niño vegetariano.
- Resumen.
- Autoevaluación.

Capítulo V. Dieta vegetariana en mujeres embarazadas y que amamantan:

- Introducción.
- La mujer embarazada.
- La mujer lactante.
 - ¿Qué raciones de alimentos se recomiendan para el embarazo y la lactancia de la mujer ovolactovegetariana?
- Resumen.
- Autoevaluación.

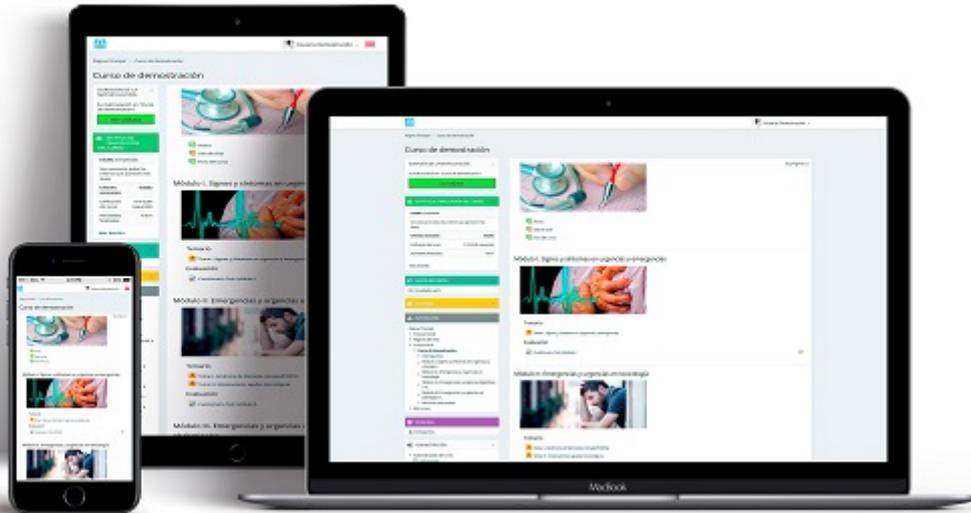
Capítulo VI. La dieta del deportista vegetariano de alta competición:

- Introducción.
- Los batidos hiperproteicos hechos en casa, una alternativa muy sana.
- ¿Cómo mejorar las propiedades de los batidos?
- Resumen.
- Autoevaluación.

Capítulo VII. Aceite de Palma:

- Introducción.
- ¿Qué productos contienen aceite de palma?
- Resumen.
- Autoevaluación.

Metodología



El desarrollo del programa académico se realizará en línea mediante el Aula Virtual de nuestra Corporación, este aula cuenta con accesibilidad 24 x 7 los 365 días del año y además está adaptada a cualquier dispositivo móvil, tablet o computadora. El alumno en todo momento contará con el apoyo de nuestro departamento tutorial. Las tutorías se realizarán mediante email (tutoriasaula@esheformacion.com), Teléfono: +34 656 34 67 49, WhatsApp: +34 656 34 67 49 o a través del sistema de mensajería que incorpora nuestra aula virtual.

Dentro de la plataforma encontrarás:

- Guía de la plataforma.
- Foros y chats para contactar con los tutores.
- Temario.
- Resúmenes.
- Vídeos.
- Guías y protocolos adicionales.
- Evaluaciones.
- Seguimiento del proceso formativo.

Inscribirme

