

TEMARIO TERCERO NATUROPATÍA HOLÍSTICA YEYECO ESCUELA TRANSPERSONAL

Nutrición Ortomolecular

Capítulo I. INTRODUCCIÓN A LA TERAPIA ORTOMOLECULAR

1. Definición de conceptos

1.1 Definición de Terapia Ortomolecular

1.2 Ortoterápicos

2. La terapia aplicada

2.1 Administración de los ortoterápicos

2.2 Reglas prudenciales en Terapia Ortomolecular

3. La evaluación en terapia ortomolecular

4. Causas generales de carencia

5. Principios de tratamiento

Capítulo II. VITAMINAS Y SUSTANCIAS ANÁLOGAS A LAS VITAMINAS

6. Vitaminas y vitaminoides

6.1 Vitaminas

6.2 Vitaminoides

6.3 Clasificación de las vitaminas y vitaminoides

6.4 Antivitaminas

7. Unidades y medidas

8. Hipovitaminosis e hipervitaminosis

8.1 Hipovitaminosis y enfermedad carencial

8.2 Hipervitaminosis, toxicidad y exceso

9. Sinergia

10. Vitaminas liposolubles

10.1 Vitamina A

10.2 Vitamina D

10.3 Vitamina E

10.4 Vitamina K

11. Vitaminas hidrosolubles

11.1 Denominación

11.2 Características generales y aplicaciones de las vitaminas del complejo B

11.3 Vitamina B1

11.4 Riboflavina o vitamina B2

11.3 Vitamina B3

11.4 Ácido pantoténico o vitamina B5

11.5 Vitamina B6

11.6 Inositol

11.7 Colina o vitamina B7

11.8 Vitamina B8 o biotina

**TEMARIO TERCERO NATUROPATÍA HOLÍSTICA
YEYECO ESCUELA TRANSPERSONAL**

11.9 Vitamina B9	13.4 Contenido mineral de los alimentos	15.5 Magnesio
11.10 Vitamina B12		15.6 Hierro
11.11 Vitamina C	13.5 Biodisponibilidad	15.7 Flúor
12. Vitaminoides y sustancias análogas a vitaminas	13.6 Aporte recomendado y necesidades	15.8 Zinc
12.1 Ácido para-amino-benzoico (PABA)	14. Terapéutica ortomolecular mineral	15.9 Silicio
12.2 Ácido orótico	14.1 Formas galénicas y terapéuticas minerales	15.10 Cobre
12.3 Bioflavonoides	14.2 Administración de minerales	15.11 Selenio
Capítulo III. MINERALES Y OLIGOELEMENTOS	14.3 Precaución con los minerales	15.12 Manganeso
13. Características generales de los minerales	15. Minerales	15.13 Yodo
13.1 Introducción	15.1 Calcio	15.14 Cromo
13.2 Composición mineral del cuerpo humano adulto	15.2 Fósforo	15.15 Cobalto
13.3 Clasificación de los minerales	15.3 Azufre	15.16 Litio
	15.4 Potasio	Capítulo IV. PROTEÍNAS Y AMINOÁCIDOS

TEMARIO TERCERO NATUROPATÍA HOLÍSTICA YEYECO ESCUELA TRANSPERSONAL

16. Definición de conceptos

16.1 Definición de proteína y aminoácido

16.2 Valor biológico de las proteínas

16.3 Funciones básicas de las proteínas

16.4 Suplementación con aminoácidos

16.5 Reglas prudenciales a la suplementación con aminoácidos aislados

17. Funciones y acción terapéutica de los aminoácidos

17.1 Arginina

17.2 Cisteína

17.3 Fenilalanina

17.4 Ácido gamma-aminobutírico (GABA)

17.5 Glicina

17.6 Glutamina

17.7 Lisina

17.8 L – Metionina

17.9 Ornitina

17.10 Prolina

17.11 Taurina

17.12 Tirosina

17.13 Triptófano

17.14 Aminoácidos de cadena ramificada (BCAA): Leucina, isoleucina y valina

17.15 L- Carnitina

17.16 L - Glutación (Glutathione O GSH)

17.17 Fosfatidilserina (PS)

Capítulo V. ENZIMOTERAPIA Y PROBIÓTICOS

18. Definición de conceptos

19. La enzimoterapia

19.1 Introducción

19.2 Terapéutica

19.3 Ejemplos de enzimas

19.4 Administración sistémica

19.5 Dosificación

19.6 Acción terapéutica

19.7 Interacciones y efectos secundarios

19.8 Toxicidad y contraindicaciones

19.9 La enzimoterapia y la pérdida de peso

TEMARIO TERCERO NATUROPATÍA HOLÍSTICA YEYECO ESCUELA TRANSPERSONAL

20. Probióticos

20.1 Definición

20.2 Terapéutica

20.3 Funciones

20.4 Aplicaciones

Capítulo VI. ÁCIDOS GRASOS
ESENCIALES

21. Características

22. Metabolismo

23. Carencia de AGE

24. Funciones generales de los AGE

25. Las prostaglandinas

26. Aplicaciones de los AGE

26.1 Serie omega 6: fuente de GLA

26.2 EPA (ácido eicosapentanoico) y
DHA (ácido docosahexanoico)

27. Terapéutica con AGE

28. Aceites ricos en AGE

28.1 Aceite de primula rosa

28.2 Aceite de linaza

28.3 Aceite de germen de trigo

Capítulo VII. SUPLEMENTOS
ESPECIALES

29. Ácido caprílico

29.1 Terapéutica

29.2 Aplicaciones

30. Quercitina

30.1 Terapéutica

30.2 Aplicaciones

31. Coenzima Q10

31.1 Terapéutica

31.2 Aplicaciones

Nutrición Ayurvédica

- Constitución corporal y mental
- Nutrición Ayurvédica
- Alimentación equilibrante para Vata, Pitta y Kapha
- Agni y AMA
- Vegetarianismo
- Ayuno y Desintoxicación
- Terapia con especias
- Recetas occidentales para los diferentes tipos constitucionales

Biología

- Los seres vivos
- Las moléculas
- La célula
- Los genes
- Los seres vivos, energía, digestión y metabolismo
- Excreción y respuesta inmune
- Función de integración y control, sistema endocrino y sistema nervioso
- Sistema nervioso
- Reproducción celular
- Reproducción de la especie humana

TEMARIO TERCERO NATUROPATÍA HOLÍSTICA YEYECO ESCUELA TRANSPERSONAL

- Genética mendeliana
- Genética humana

Trofología y Trofoterapia.

Técnicas psicoenergéticas aplicadas a consulta.

- Escucha
- Emisión de información
- Recepción de información
- Cómo actuar ante situaciones o tratamientos complicados
- Estrés
- Ansiedad
- Depresión
- Trabajos de relajación
- Conocimientos en diferentes técnicas de relajación y respiración (relajación progresiva de Jacobson y relajación de Schultz)
- Dinámicas en grupos.

