

ALIMENTOS QUE CUIDAN

“El Arte de Nutrir con Consciencia: cuando los alimentos se convierten en medicina para el cuerpo, el alma y la emoción.”

¿Qué conseguirás al realizar esta formación?

Esta formación no es solo un aprendizaje técnico sobre alimentos.

Es una invitación a mirar la alimentación desde un lugar más profundo, integrador y de acompañamiento. Un espacio donde descubrirás que cada alimento tiene un mensaje, una función y una energía capaz de acompañar procesos físicos, emocionales y energéticos.

Aprenderás a interpretar el lenguaje oculto de los alimentos:

- Lo que aportan a nivel bioquímico.
- Cómo se comportan a nivel energético.
- Qué despiertan o equilibran a nivel emocional.

Te permitirá crear propuestas alimentarias no solo nutritivas, sino profundamente renovadoras de la salud, personalizadas y llenas de sentido.

¿Qué te va a aportar esta formación?

- Mirar los alimentos como una herramienta de acompañamiento en consulta.
- Comprender cómo los sabores, las texturas, los colores y las cocciones transforman estados físicos y emocionales.
- Integrar la visión de la Medicina Tradicional China en tus recomendaciones alimentarias.
- Potenciar el vínculo alimento-órgano-emoción en tus tratamientos.
- Acompañar a tus pacientes o alumnos a relacionarse mejor con la comida y consigo mismos.

→ Diseñar menús, recomendaciones o rituales alimentarios que no solo alimentan el cuerpo, sino que sostienen el alma.

Objetivos de esta formación

→ Aprender a leer el mapa bioquímico, energético y emocional de los alimentos.

→ Saber elegir qué alimentos usar en cada momento vital o proceso terapéutico.

→ Dotarte de herramientas prácticas para acompañar desde una nutrición consciente y personalizada.

→ Despertar tu mirada naturista, intuitiva y terapéutica hacia la alimentación.

→ Convertir tus consultas o formaciones en experiencias transformadoras también desde lo alimentario.

En esencia...

Esta formación es para ti si sientes que:

→ La alimentación es mucho más que calorías y nutrientes.

→ El alimento es vibración, mensaje y energía.

→ Quieres aprender a acompañar desde una mirada naturista, humana y emocional.

Porque cuando el alimento se convierte en medicina, lo que realmente estamos nutriendo... es la vida.

ALIMENTOS QUE CUIDAN

Cómo transformar lo que comemos en salud, equilibrio y consciencia.

Metodología del curso

Un viaje de exploración a través de la sabiduría de los alimentos, comprendiendo cómo actúan a nivel bioquímico, energético y emocional.

Este curso integra ciencia, medicina tradicional china, dietética energética y visión naturista, permitiendo al profesional de la salud natural:

- Comprender la farmacodinamia natural de los alimentos.
- Leer la energía de lo que comemos más allá de nutrientes.
- Aplicar el alimento como herramienta terapéutica personalizada.

Trabajaremos desde lo visible (nutrientes) a lo invisible (información vibracional), entendiendo el alimento como un puente entre el cuerpo, la mente y las emociones.

PROGRAMACIÓN DEL CURSO

1. Los alimentos como medicina vibracional

“Todo lo que comemos deja huella en nuestra biología, en nuestra energía y en nuestro estado emocional.”

- Introducción a la Farmacodinámica natural.
- Cómo actúan los principios activos de los alimentos en el organismo.
- Reacciones bioquímicas y efectos terapéuticos.

2. Ciencia y Energía: Dos visiones que se complementan

“De la medicina convencional a la medicina vibracional.”

- Diferencias entre medicina alopática y terapéutica bioenergética.
- Cómo interpreta el cuerpo las sustancias naturales vs sintéticas.
- El alimento como portador de información.

3. Dinámica de la vida: Biofísica, cuántica y salud

“Todo en la naturaleza vibra, se mueve y tiene un propósito terapéutico.”

- Dinámica biofísica de la energía alimentaria.
- Visión cuántica de la nutrición.
- Alimentar las células, nutrir la frecuencia.

4. Yin y Yang: La danza de las energías en los alimentos

“No es lo que comes, sino cómo lo equilibras.”

- Energías opuestas y complementarias en los alimentos.
- Aplicación práctica de la teoría del Yin y el Yang.
- Equilibrar desde la alimentación.

5. Estrategias Naturistas de Alimentación Terapéutica

“Comer de manera consciente es un acto de autocuidado profundo.”

- Principios de la Terapéutica Naturista aplicada a la alimentación.
- Cómo diseñar propuestas terapéuticas personalizadas.
- Alimentos como aliados en consulta.

6. Atlas Terapéutico de los Alimentos

“Cada alimento es un medicamento natural en sí mismo.”

Un recorrido alimento por alimento, descubriendo:

- Principios activos y aportes bioquímicos.
- Naturaleza energética (según MTC y dietética energética).
- Acción terapéutica y emocional.
- Cómo y cuándo utilizar cada alimento.

Organizado por grupos:

- *Verduras: equilibrio, limpieza y regulación*
- *Frutas: vitalidad, hidratación y protección celular*
- *Cereales integrales: energía sostenida y estructura*
- *Legumbres: fortalecimiento, reconstrucción y raíz*
- *Pescados y Mariscos: minerales, nutrición y flexibilidad*
- *Carnes: aporte estructural, fuerza y conexión tierra*
- *Alimentos Especiales: superalimentos, algas, fermentos y condimentos terapéuticos.*

CONDICIONES

La formación se desarrolla de manera teórico-práctica, utilizando una metodología participativa, reflexiva y experiencial.

- **Modalidad:** Online.
- **Duración total:** 72 horas lectivas.

- **Formato:** Clases semanales de 2 horas durante 9 meses. Los martes de 19h a 21h.
- **INICIO:** 7 de octubre 2025
- **Materiales didácticos:** Presentaciones, lecturas complementarias, videos y ejercicios prácticos.
- **Evaluación:** Participación activa en las clases, estudios de casos, trabajo final integrador, control tipo test y de desarrollo.

PRECIO:

50€ MATRICULA con la inscripción y reserva de plaza.

MENSUALIDAD: 72€

PAGO UNICO: 50€ matricula + 583€