



ESCUELA EUROPEA DE  
**TERAPIAS NATURALES  
Y BIENESTAR**

## **CURSO**

---

# **ESPECIALISTA EN NUTRICIÓN CLÍNICA EN ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES**

- CERTIFICADO POR APENB - ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE  
NATUROPATÍA Y BIOTERAPIA -

TNB041



# ESPECIALISTA EN NUTRICIÓN CLÍNICA EN ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES

## METODOLOGÍA

Este Curso **Especialista en Nutrición Clínica en Enfermedades Cardiovasculares** está dirigido a profesionales, técnicos y a todas aquellas personas que estén interesadas en este ámbito profesional.

La enfermedad cardiovascular es la principal causa de muerte en todo el mundo. La mayoría de enfermedades cardiovasculares pueden prevenirse con una dieta saludable, ejercicio físico moderado y evitando factores de riesgo como el tabaco, la obesidad o la hipertensión arterial. A través de este pack de materiales didácticos el alumnado podrá adquirir las competencias profesionales necesarias para actuar en la prevención y el tratamiento de las enfermedades cardiovasculares por medio de la nutrición.

En ambas modalidades el alumno recibirá acceso a un curso inicial donde encontrará información sobre la metodología de aprendizaje, la titulación que recibirá, el funcionamiento del Campus Virtual, qué hacer una vez el alumno haya finalizado e información sobre la Escuela Europea de Terapias Naturales y Bienestar. Además, el alumno dispondrá de un servicio de **clases en directo**.

## FICHA TÉCNICA



CARGA HORARIA  
DE 300H



MODALIDAD  
A DISTANCIA / ONLINE



DURACIÓN DE  
HASTA UN AÑO



CURSO INICIAL  
ONLINE



TUTORÍAS  
INDIVIDUALES



IDIOMA  
CASTELLANO





## IMPORTE TOTAL

---

VALOR ACTUAL:  
4580€ 395€

PAGO  
FRACCIONADO  
DISPONIBLE

DIFERENTES  
MÉTODOS DE  
PAGO

ENVÍO DEL  
DIPLOMA  
INCLUIDO

## RECONOCIMIENTO

---

Una vez finalizados los estudios y superadas las pruebas de evaluación, el alumno recibirá un diploma que certifica el “**ESPECIALISTA EN NUTRICIÓN CLÍNICA EN ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES**”, del la ESCUELA EUROPEA DE TERAPIAS NATURALES Y BIENESTAR, avalada por nuestra condición de socios de la CECAP.

Además, el alumno podrá solicitar una Certificación Universitaria Internacional de la Universidad Católica de Cuyo – DQ y Universidad de CLEA con un reconocimiento de 12 ECTS.

*\*El contenido del curso se encuentra orientado hacia la adquisición de formación teórica complementaria. Ciertas profesiones requieren una titulación universitaria u oficial que puedes consultar en la web del Ministerio de Educación y en el Instituto Nacional de Cualificaciones.*



# PLAN DE ESTUDIOS

---

## **UNIDAD DIDÁCTICA 1. INTRODUCCIÓN A LAS ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES**

1. Aspectos generales de las enfermedades cardiovasculares
  - Principales factores de riesgo
2. Tipos de enfermedades cardiovasculares
  - Cardiopatía isquémica
  - Cardiopatía coronaria
  - Accidente cerebrovascular
  - Aterosclerosis
  - Infarto de miocardio
  - Angina de pecho
  - Muerte súbita

## **UNIDAD DIDÁCTICA 2. LA INFLUENCIA DE LAS GRASAS QUE FORMAN LA DIETA SOBRE LA SALUD CARDIOVASCULAR**

1. Las grasas
  - Las grasas presentes en los alimentos
  - Las grasas presentes en la sangre
  - Interacción de los tipos de grasas
2. Ácidos grasos trans
3. El colesterol
  - El colesterol presente en los alimentos
  - El colesterol presente en la sangre

## **UNIDAD DIDÁCTICA 3. LA INFLUENCIA DE OTROS NUTRIENTES SOBRE LA SALUD CARDIOVASCULAR**

1. Proteínas
2. Hidratos de carbono
3. Fibra vegetal
4. Antioxidantes

## **UNIDAD DIDÁCTICA 4. DISLIPEMIAS**

1. Introducción a la dislipemia
  - Clasificación
  - Síntomas y diagnóstico
  - Dislipemia y riesgo de enfermedades cardiovasculares
2. Tratamiento de las dislipemias
  - Tratamiento dietético
  - Tratamiento farmacológico
3. Alimentos recomendables y no recomendable para las dislipemias

## **UNIDAD DIDÁCTICA 5. HIPERTENSIÓN ARTERIAL**

1. La hipertensión arterial como factor de riesgo de las enfermedades cardiovasculares
  - Causas de la hipertensión arterial
2. Nutrición e hipertensión arterial
  - Factores dietéticos implicados
  - Dietas efectivas
3. El ejercicio físico para combatir la hipertensión arterial
4. Tratamiento farmacológico de la hipertensión

## **UNIDAD DIDÁCTICA 6. OBESIDAD**

1. Aspectos generales de la obesidad
2. Riesgo cardiovascular y otras complicaciones de la obesidad
3. Alimentación equilibrada para reducir la obesidad
  - Requisitos para lograr alimentación equilibrada
  - Pirámide nutricional
  - Óvalo nutricional
  - La dieta mediterránea
4. Tratamiento dietético de la obesidad
  - Recomendaciones dietéticas
  - Dietas hipocalóricas
  - Sustitutivos de comidas

## **UNIDAD DIDÁCTICA 7. DIABETES Y COMPLICACIONES CRÓNICAS**

1. Características generales de la diabetes
  - La diabetes como factor de riesgo de las enfermedades cardiovasculares
2. Resistencia a la insulina y síndrome metabólico
3. Alimentación adecuada en la diabetes para prevenir las enfermedades cardiovasculares
  - Recomendaciones generales
  - Planes de alimentación por raciones
4. Ejercicio físico y diabetes

## **UNIDAD DIDÁCTICA 8. INFLUENCIA DE LOS GRUPOS DE ALIMENTOS EN EL RIESGO CARDIOVASCULAR**

1. Carnes y pescados
2. Huevos y lácteos
3. Cereales, harinas, pastas y legumbres
4. Frutas, verduras y hortalizas
5. Frutos secos
6. Alcohol y café

## **UNIDAD DIDÁCTICA 9. RECOMENDACIONES DIETÉTICAS PARA EL CUIDADO DEL SISTEMA CARDIOVASCULAR**

1. Reparto adecuado de las comidas
2. La importancia de consumir alimentos de temporada
3. Indicaciones para comer fuera sin que afecte a la salud
4. Técnicas culinarias
  - Asar al horno, a la parrilla o a la plancha
  - Hervir y cocer al vapor

- Freír en aceite
5. La utilización de especias y hierbas aromáticas para reducir el consumo de sal
  6. Planificación para realizar una compra adecuada

## **UNIDAD DIDÁCTICA 10. FITOTERAPIA BÁSICA Y COMPLEMENTOS DIETÉTICOS PARA EL CUIDADO DEL APARATO CIRCULATORIO**

1. Concepto de Fitoterapia
  - Términos fitoterápicos
2. Las plantas medicinales
  - Ventajas e inconvenientes de la utilización de las plantas medicinales
3. Plantas con propiedades medicinales asociadas a enfermedades cardiovasculares
  - Ajo
  - Alcachofa
  - Castaño de indias
  - Cebolla
  - Digital
  - Espino albar
  - Jengibre
  - Romero
  - Té verde

