



# dieta terapia

Formación de terapeutas

## DIPLOMADO EN DIETOTERAPIA Y ALIMENTACION COMPATIBLE

Formación en Divulgador, Educador y Terapeuta en dietoterapia

- Objetivo:** Reconocer y poner en práctica los conceptos de alimentación compatible, en uno mismo y en terceros, a través de promover, entrenar y asesorar sobre las bondades de la alimentación, como medio terapéutico para la salud y el bienestar de las personas.
- Formato:** Presencial y en línea
- Modalidad:**
- Autodidacta e Investigación
  - Teórico-práctico
  - Videos grabados por los docentes para su estudio
  - Asesoría con los docentes
- Docentes:** Facilitadores experimentados en el tema
- Duración:**
- Nivel 1:* 2 módulos
- Nivel 2:* 3 módulos más
- Nivel 3:* 4 módulos más
- Registro en:** <http://dietoterapia.com.mx>

### **Condición para iniciar el estudio:**

Iniciar un proceso de cambio de hábitos alimenticios de 21 días y documentar la experiencia.

### **Por qué Dietoterapia**

La alimentación es la base de muchas otras terapias. Todos los terapeutas necesitan conocimientos alimentarios para complemento de sus terapias, sea como recomendación general o enfocando la terapia en el diseño completo de una dieta.

### **Programa Educativo en 3 niveles**

Nuestro Plan de Estudios se divide en tres niveles, y cada uno de ellos otorga un nombramiento diferente. Teniendo la oportunidad de enfocar las actividades en sólo uno de ellos o bien, en los tres.

### **Nivel 1: Divulgador en el tema de Dietoterapia y Alimentación Compatible**

La alimentación es un tema que requiere conocimiento y profesionalismo. Hoy en día a través de redes sociales, conferencias, medios de comunicación, se observa una gran cantidad de información al respecto, sin embargo, hay quienes opinan y hacen recomendaciones sin fundamento. Divulgar información verdadera hoy en día es necesario, y nuestro primer nivel educativo, te prepara para ello.

### **Nivel 2: Educador en Dietoterapia y Alimentación Compatible**

El educador en alimentación compatible podrá orientar a personas, de forma pública o privada, a realizar cambios de hábitos alimenticios saludables y mejorar su calidad de vida. Podrá ser parte de un equipo de trabajo, o dar entrenamiento independiente o charlas públicas con información veraz y con testimonios documentados. *Para lograr este nivel, es requisito ser Divulgador de alimentación compatible.*

### Nivel 3: Terapeuta en Dietoterapia y Alimentación Compatible

Al terminar los niveles 1 y 2, podrás continuar con el nivel de **Terapeuta en alimentación compatible**. Con este nivel podrás adquirir más conocimiento de investigación y tratar de forma privada consulta de pacientes con padecimientos crónicos o con necesidades especiales como diseñar una dieta para deportistas, embarazo, infantes, familiar, etc. Tu área de trabajo se amplía y tu capacidad de investigación y diseñar protocolos alimenticios tendrá más fundamento. *Para lograr este nivel deberás tener el nivel de Educador.*

---

### NIVEL 1. Divulgador en el tema de Dietoterapia y Alimentación Compatible

Objetivos: El alumno...

- ) Reconocerá la importancia de la alimentación saludable a través de su experiencia personal.
- ) Obtendrá conocimientos básicos de los alimentos y sus nutrientes.
- ) Desarrollará habilidades de investigación.
- ) Desarrollará habilidades básicas de comunicador en medios y redes sociales.

### Módulo 1: Investigación básica en alimentación consciente

- ) **Investigar** los siguientes temas:
  1. Qué es la alimentación consciente.
  2. Define la diferencia entre micro nutrientes y macro nutrientes.
  3. Qué son las enzimas y como trabajan en nuestro cuerpo.
  4. Selecciona 10 alimentos que aporten nutrientes a nuestro organismo, reporta sus bondades nutricionales, mejores formas de consumo, etc. *Incluir en la investigación una Infografía de cada uno.*
  5. 5 padecimientos crónicos o enfermedades y cuáles serían los alimentos adecuados para los pacientes.
- ) **Elaborar** una presentación en power point o un video con al menos 3 de tus investigaciones. *E incluye las fuentes de información.*

## Módulo 2: Divulgación de información veraz, en el tema alimenticio

- ) **Investigar** sobre universidades, institutos, organismos, personalidades, escritores, investigadores, médicos, etc. Que sean fuentes de investigación confiables en el tema de la alimentación. *Y Crea tu base de datos de referencias. (puedes usar la herramienta que prefieras)*
- ) **Investigar** sobre diversos medios de comunicación y diferentes redes sociales existentes. Explica sus principales características y define cuáles son las idóneas para divulgar información sobre salud y alimentación.
- ) **Consultar. Y realizar un resumen sobre:**
  - La legislación vigente en materia de información sobre procesos curativos.
  - La legislación vigente sobre anuncios de profesionistas de la salud.
  - Aplicaciones internacionales y leyendas que protegen al dar información
- ) **Desarrollar** un concepto personal como Divulgador de Dietoterapia y Alimentación Compatible.
  - Tu nombre e imagen o logotipo.
  - Slogan o frase que te identifique.
  - Explicación de tu misión, visión, concepto o finalidad de tu medio informativo.
  - Página web, blog o perfil en redes.
  - Selecciona 3 tipos de medios. Y elabora un artículo, video, presentación, etc. Para cada uno de ellos.

## NIVEL 2. Educador en Dietoterapia y Alimentación Compatible

### Objetivos: El alumno...

- ) Conocerá diversas dietas y terapias alimenticias a lo largo de la historia
- ) Conocerá diferentes conceptos de la alimentación.
- ) Investigará sobre los alimentos industrializados y sus efectos.

- ) Se iniciará en la práctica de educar a terceros sobre la preparación de alimentos saludables.
- ) Preparará documentos y presentaciones como material de apoyo para sus charlas y entrenamientos.
- ) Se iniciará en conocimientos básicos del cuerpo humano.
- ) Conocerá diferentes conceptos de enseñanza-aprendizaje

### Módulo 3: Diversos tipos de dietas y tendencias dietéticas a lo largo de la historia

*Utiliza tu logotipo, slogan, etc. Del módulo anterior, en las presentaciones de los siguientes módulos*

- ) **Investigar** sobre las diferentes tipos de dietas (al menos 5) que se han desarrollado durante la historia de la humanidad, en diversas culturas. (Ayurveda, Dieta Mediterránea, Dieta Vegetariana, Higienista, Veganismo, Dieta por tipo de sangre, Medicina tradicional China, Dieta Gaps, Dieta keto, Dieta paleo, etc.)
  - o *Seleccionar una y elaborar un power point sobre ella.*
- ) **Investigar** sobre los siguientes temas:
  1. Qué es la Dietoterapia y la alimentación compatible
  2. Cuáles son las diferentes técnicas de preparación de alimentos, sus beneficios y procedimientos.
  3. Elaborar y documentar en video o fotografías
    - Germinados de semillas
    - Fermentos de vegetales
    - Bebidas fermentadas
    - Tinturas, tónicos o maceraciones
  4. Elaborar un video explicativo sobre la diferencia de elaborar un jugo y un licuado, sus diferencias y ventajas o desventajas de cada uno de ellos.
- ) **Investigar** Sobre los alimentos industrializados, su origen, procedimientos y desventajas nutricionales.
  - o Elaborar una presentación en power point o un video.

- ) **Realizar una Charla presencial o en línea** con familiares o amigos donde expliques la importancia del cambio de hábitos alimenticios, bondades de algunos alimentos y elabora al menos 3 preparaciones (licuados, jugos, fermentos, tinturas, etc.) y presenta la evidencia.

#### Módulo 4: Alimentación consciente y hábitos saludables de vida

- ) **Investigar** sobre los conceptos: “plato del buen comer”, “pirámide nutricional” y “combinación de alimentos”
- ) **Elaborar** 3 propuestas de “Plato del buen comer”, con una combinación correcta de alimentos. *Generar una gráfica, infografía, power point o video.*
- ) **Investigar** sobre otras técnicas higienistas, que aportan salud al cuerpo, además de la alimentación. (Baños de sol, cepillado en seco, meditación, higiene personal, etc.) *Elaborar un video al respecto.*
- ) **Investigar** sobre el funcionamiento del sistema digestivo y *elaborar presentación o video.* Explicarlo ante un grupo de personas de manera física o en línea.
- ) **Investigar** sobre el funcionamiento de hígado y riñones, y aportar información sobre alimentos que favorecen a estos órganos. *Elaborar presentación.*
- ) **Investigar** sobre la importancia de la desintoxicación orgánica, tipos de desintoxicación, alimentos desintoxicantes, origen de la desintoxicación, etc. **Lleva a cabo una desintoxicación orgánica en tu persona, apoyado por los asesores y documenta tu experiencia.**

#### Módulo 5: Enseñanza de la dietoterapia y técnicas de vida saludable

- ) **Investigar** sobre los diversos métodos de enseñanza, y decide cuáles puedes aplicar como Educador de Dietoterapia y Alimentación Compatible. *Realiza una sesión en grupo aplicando una de las metodologías sobre uno de tus temas antes investigado. Muestra evidencia con video.*

- ) **Investigar** sobre los diversos materiales didácticos que puedes crear, utilizar, adquirir... etc. para tus asesorías como Educador en Dietoterapia y alimentación compatible. *Entrega un documento informativo al respecto.*
- ) **Conformar un grupo de personas para llevar a cabo un entrenamiento** de desintoxicación orgánica, con duración de 3 a 7 días
  - Define los objetivos de tu evento, describe las metodologías a utilizar. Define duración, fecha de inicio, y material que requieras.
  - Elabora el material didáctico y material de trabajo.
  - Diseña tu presentación.
  - Establece el plan alimenticio para llevar a cabo el proyecto. Apóyate en los asesores.
  - Divulga y promueve el evento
  - Explica la importancia de la desintoxicación, sus orígenes y beneficios. Habla de tu testimonio.
  - Lleva a cabo el evento y asesora a tus alumnos en el proceso
  - Realiza evidencia de todo el proceso y registra testimonios de tus asesorados.
- ) **Investigar** sobre una enfermedad crónica. (**Diabetes. Hipertensión, Cáncer, Obesidad**). Define el tipo de alimentación correcta para este tipo de pacientes, los hábitos de vida que deben desarrollar, etc. y realiza una Charla Informativa a un grupo de pacientes. Muestra evidencia.

### **NIVEL 3. Terapeuta en Dietoterapia y Alimentación Compatible**

#### Objetivos: El alumno...

- ) Experimentará en sí mismo y en terceros, la comprobación “antes y después”, del consumo de alimentación ácida y alcalina.
- ) Investigará sobre la industria alimenticia y sus resultados en la salud de las personas.
- ) Investigará sobre enfermedades crónicas, intolerancias y diabetes, aplicando test, y diseñando planes alimenticios

- ) Conocerá diversas técnicas complementarias para apoyar a los tratamientos alimenticios

## Módulo 6: Experimentando y conociendo la acidez y la alcalinidad

- ) **Investigar.** Alimentación alcalina vs Alimentación ácida. Los efectos en nuestra salud. *Realizar una infografía al respecto*
- ) **Revisar** sobre los tipos de alimentación de diversos países y sus efectos en la salud.
- ) **Experimentar:**
  - Llenar el **Test de vida ácida** e invitar a 5 personas más a realizarlo.
  - Realizar un estudio de laboratorio para medición de pH, cada uno de los participantes. EGO (Examen General de Orina).
  - Realizar un plan alimenticio de dieta alcalina (vegetariana) por 7 días y volver a realizar estudio.
  - Comparar resultados. Antes y después de una dieta alcalina. Y realizar un documento informativo al respecto.
- ) **Investigar la historia de los alimentos procesados.** *Elaborar resumen.*
- ) **Investigar** el contenido de productos procesados, a través de sus etiquetas e investigar sobre cada uno de ellos: conservadores, colorantes, saborizantes, espesantes. Etc.
- ) **Revisar** nuestra despensa personal y la de los 5 practicantes más, para detectar lo que se ha estado consumiendo de forma frecuente. Y hacer conciencia. *Realizar un video durante la revisión de despensas.*
- ) **Ofrecer** una charla en familia, amigos, redes sociales o alguna institución o centro, hablando sobre **“Los efectos en nuestra salud, de los alimentos procesados y sus ingredientes”**. Enviar evidencia del evento. (video o fotografías)

## Módulo 7: Análisis Profundo sobre la Diabetes

- ) **Entregar** investigación sobre la diabetes. Cifras desde 1900 hasta la fecha a nivel mundial.

- ) **Aplicar** el *test de vida ácida* a tus FAMILIARES CON DIABETES.
  - Trabajo en equipo para cruzar la información y datos obtenidos.
- ) Explicar por escrito y realiza un power point sobre:
  - Cómo prevenir la diabetes
  - Tratamiento Complementarios para la diabetes
  - ¿Se revierte la diabetes?
- ) Aplicar. **MODELO ALIMENTICIO, PARA REVERTIR LA DIABETES**
  - Al menos aplicar el plan diabetes a 1 o a 2 personas hasta concluir la etapa 1
  - Presentar estadísticas de resultados de los pacientes.

## Módulo 8: El paciente crónico y las intolerancias alimenticias

- ) **Investigar** sobre diversas enfermedades crónicas (al menos 3)
  - Hipertensión, Enfermedades de la tiroides, Artritis, Lupus, Cáncer, Síndromes, etc
- ) **Aplicar.** Al menos a 3 personas el **MÉTODO ALIMENTICIO PARA ENFERMO CRÓNICO** y presentar resultados.
- ) **Investigar** sobre las alergias e intolerancias alimenticias
  - Diferencias entre alergias e intolerancias alimenticias
  - Sintomatología de las diversas alergias e intolerancias y realiza una gráfica explicativa en general y una gráfica explicativa de una alergia y de una intolerancia.
  - Cuáles son las alergias e intolerancias más comunes y elabora un documento que te ayude en tu consulta para la identificación de ellas.
- ) **Investigar** los diferentes métodos utilizados para el diagnóstico de intolerancias y alergias alimenticias.
- ) **Diseñar** una dieta libre de alimentos que ocasionen intolerancia.
  - Dieta para intolerancia al gluten
  - Dieta para intolerancia al huevo
  - Dieta para intolerancia a lácteos

## Módulo 9: Terapias Complementarias

### Investigar sobre:

- Dietas compelenatrias para pacientes con enfermedades crónico-degenerativas
- Factor emocional detonante de las enfermedades
- Estudio de la descodificación biológica
- La terapia floral
- Terapias energéticas
- Herbolaria
- Realizar un breve resumen de cada una de las terapias y elabora una tabla-guía que te permita identificar las características de cada una de ellas y sus usos más frecuentes o recomendados.

*Libro en PDF Causas emocionales de las enfermedades*

---

**Dirigido a:** Terapeutas, Educadores y Divulgadores

**Registro en:** <http://dietoterapia.com.mx/>

**Informes en:** - <http://dietoterapia.com.mx/>

- Teléfono: [493 114 1389](tel:4931141389) y WhatsApp: [493 114 1389](tel:4931141389)

- [informes@dietoterapia.com.mx](mailto:informes@dietoterapia.com.mx)

