

CURSO DE NUTRICOSMÉTICA

Duración: 12h.

Inicio: 16 de diciembre de 2021.

Horario: jueves de 17 a 21h.

La piel es el órgano más grande del organismo y cumple con múltiples funciones esenciales, desde la protección inmunológica hasta la detoxificación celular. Su cuidado es tan importante como el del resto de aparatos, tanto de forma interna como de forma externa.

Muchos de los síntomas en la piel como la sequedad o exceso de grasa, el envejecimiento prematuro, las rojeces, la dermatitis, los eccemas, las arrugas o el acné, están causados por la carencia de elementos esenciales y micronutrientes. Por tanto, resulta esencial poder ayudar a nuestro organismo con una adecuada alimentación.

Desde IEN queremos ofrecerte una formación que aborde de una manera más integral la estética, por eso en este curso te invitamos a un recorrido desde los principios activos que actúan directamente en la piel hasta los mecanismos internos que ponen en marcha su regeneración. Aprenderás la composición y los mecanismos de funcionamiento de la piel para poder aplicar una estrategia de intervención estética desde la alimentación regenerativa.

OBJETIVOS

- Aprender las mejores técnicas estéticas para tratar de forma natural la piel.
- Profesionalizar a personas interesadas en incorporar estas estrategias en su ámbito laboral.
- Conocer los mecanismos fisiológicos de la piel para poder actuar sobre ella de forma exitosa.
- Adquirir habilidades prácticas para la aplicación de técnicas naturales.
- Obtener herramientas novedosas en el tratamiento de la belleza corporal.

METODOLOGÍA

Se realizarán clases presenciales donde se expondrán las diferentes herramientas terapéuticas. Se ofrecerán recursos prácticos para la aplicación clínica.

Aprenderás y degustarás diferentes recetas durante el taller práctico de 4h que cierra este curso.

A QUIÉN VA DIRIGIDO

A profesionales de la estética, naturópatas, terapeutas holísticos y personas interesadas en la mejora de su salud y la belleza de forma natural.

PROGRAMA

La nutrición es uno de los pilares imprescindibles en el tratamiento de la piel. No podemos concebir un tratamiento holístico sin tener en cuenta la repercusión de la alimentación y de los sistemas de depuración y regeneración. En este bloque podremos aprender las estrategias más funcionales para lograr la mejora de la piel.

Duración: 12 horas (8h teóricas + 4h prácticas)

Imparten: Fernando Aparicio y Andrea Bretones.

PROGRAMA: La importancia del intestino para la piel.

- La nutrición dérmica. Micronutrientes esenciales.
- La detoxificación de la piel. ¿De qué manera podemos desintoxicar desde la alimentación?
- Programa nutricional antiinflamatorio. La base de la regeneración dérmica.
- Practica del protocolo antioxidante.
- ¿Cómo elaborar un plan antiaging nutricional?
- Manejo de suplementación específica para mejorar la piel.
- Taller práctico de cocina con recetas específicas para aportar los nutrientes que tu piel necesita. Elaboraremos recetas depurativas, cargadas de vida, hidratantes y con los antioxidantes necesarios para tener una piel radiante.

CALENDARIO:

diciembre 2021							enero 2022						
S	M	T	W	Th	F	Sa	S	M	T	W	Th	F	Sa
			1	2	3	4							1
5	6	7	8	9	10	11	2	3	4	5	6	7	8
12	13	14	15	16	17	18	9	10	11	12	13	14	15
19	20	21	22	23	24	25	16	17	18	19	20	21	22
26	27	28	29	30	31		23	24	25	26	27	28	29
							30	31					

*Este calendario puede estar sujeto a algunas modificaciones.

 Días festivos y vacaciones*

 Clases Nutrición estética: jueves de 17 a 21h.