



CURS D'EMONUTRICIÓ

OBJECTIUS

L'estudi de la Emonutrició es recolza en l'experiència empírica de més de 3000 anys d'antiguitat dels Principis Fonamentals de la Medicina Tradicional Xinesa així com dels nous estudis sobre psiconeuroinmunologia, i més recentment, les neurociències i l'epigenètica que han demostrat que el que anomenem “malalties” no existeixen com a tals sinó que es tracta de respostes biològiques compensatòries davant un estímul determinat. Les “malalties” són una forma que té l'organisme de respondre als desequilibris emocionals i mediambientals que sofrim diàriament.

El concepte d'Emonutrició es basa en que la vida la veiem segons les nostres emocions i per aquella la informació que ens arriba a través dels sentits. En aquest estat emocional l'ésser humà respon de forma automàtica a nivell fisiopatològic.

Mitjançant l'Emonutrició la persona disposa de les eines que necessita per agafar el control sobre la seva salut, això és, trobar i modular les emocions a través de les quals es relaciona amb el seu entorn que li afecten o poden afectar en la seva sensació de benestar.

A més a més, pot trobar la manera de minimitzar i fins i tot solucionar les molèsties que aquestes alteracions l'hi ocasionen, mitjançant l'ús dels aliments i plantes medicinals de l'entorn, de manera personalitzada.



EM  NUTRICIÓ



A QUI VA DIRIGIT

A totes aquelles persones que vulguin fer ús dels aliments i plantes medicinals més comunes del seu entorn com a font primordial de salut.

TEMARI

- INTRODUCCIÓ: Yin Yang, Sistema Nerviós, Cinc Moviments, Arquetips, Trastorns Psicoemocionals.
- Mètodes de regulació emocional: Psicoteràpia, Tao del Canvi, Tapping dinàmic, constel·lacions familiars,...
- Valoració diagnòstica per la llengua.
- Malalties relacionades amb cadascun dels òrgans
- Propietats dels sabors: salat, amarg, àcid, dolç i picant.
- Aliments de temporada: hivern, primavera, estiu, tardor
- Aliments especials.
- Plantes medicinals.

DURADA: 18 hores lectives

HORARI – DATES - LLOC:

Lloc de realització: Edifici Campus Terrassa – C/ Colom, 2 – Terrassa (BCN) – 08222

Dates: Dimecres: 5 – 12 -19 – 26 de novembre i 5 – 12 de desembre

Horari: de 18h a 21h

Titulació Diploma de curs d'especialització CRESCA – UPC

Preu inscripció: 165€

Número de inscripcions: mínim 10 alumnes, màxim 20

Data límit de inscripció: 30 d'octubre

PROFESSOR

Josep María Subirà i Vallès

Diplomat en Infermeria (Especialista en Medicina del Treball i Salut Laboral)

Graduat en Medicina Tradicional Xinesa

Tècnic Especialista en Dietètica i Nutrició

Titulat en Dietètica Oriental Natural

Col·laborador del CRESCA (Centre de Recerca en Seguretat i Control Alimentari)-UPC



UNIVERSITAT POLITÈCNICA DE CATALUNYA
BARCELONATECH

Centre de Recerca en Seguretat
i Control Alimentari

INFORMACIÓ I COORDINACIÓ TÈCNICA

Judith Crespiera Portabella

Centre de Recerca en Seguretat i Control Alimentari (CRESCA)

Tel. 93 739 86 54 // Fax.93 739 82 25

e-mail: info@cresca.upc.edu

<http://www.cresca.upc.edu>



UNIVERSITAT POLITÈCNICA DE CATALUNYA
BARCELONATECH

Campus de Terrassa

Amb la col·laboració de: