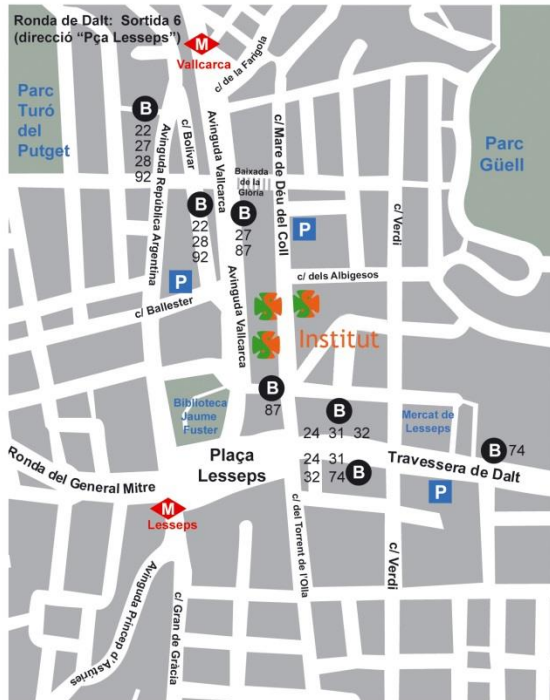




Institut FP Sanitària
Roger de Llúria

www.rogerdelauria.com



C/Mare de Déu del Coll, 43 08023 Barcelona

Tel.93 217 10 46 Fax.93 217 41 60

info@rogerdelauria.com



Institut de FP Sanitària Roger de Llúria

Embarazo y crianza natural

Alimentación y cuidados naturales para la fertilidad,
el embarazo, la lactancia y la infancia.



Profesora: Yolanda García.

Psicóloga y naturópata especialista en infancia y maternidad.

CONTENIDO

1ª Parte: De la fertilidad al parto

Fertilidad Natural

Prepararse para ser padres.

Pautas para favorecer el embarazo de una manera natural.

Nutrición física y emocional para una concepción saludable.

Causas y abordaje natural de la infertilidad.

La alimentación equilibrada en el embarazo y la lactancia.

Características de la alimentación durante el embarazo.

Necesidades nutricionales de cada trimestre.

Preparación al parto. Parto Natural vs parto medicalizado.

Atención y cuidados del Post-parto.

Alimentación para favorecer la lactancia

2ª Parte: Alimentación y crianza natural

Niños sanos y bien alimentados: La alimentación y la salud en la primera etapa de la vida

Fisiología del bebé, nociones básicas.

Características de la lactancia natural y artificial.

La alimentación infantil: La lactancia, el destete e introducción de la alimentación complementaria, la alimentación del niño, la alimentación del adolescente.

Ejemplos de dietas infantiles por edades

Preparación práctica de biberones y papillas saludables.

Problemas de salud infantil, su abordaje con remedios naturales.

Las necesidades emocionales de los niños. Crianza con apego

OBJETIVOS

- Abordar la fertilidad y la preparación al embarazo: Preparar el nido
- Conocer los requisitos nutricionales y cuidados naturales durante el embarazo y lactancia.
- Conocer los cuidados naturales que necesitan los niños, cómo alimentarlos y cuidarlos respetando su fisiología.
- Aprender a elaborar dietas, recetas y remedios para la primera edad.

A QUIEN VA DIRIGIDO

- A personas que hayan cursado la dietética naturista de nuestro centro.
- A dietistas
- A naturópatas
- A padres y madres que tengan un nivel básico de dietética naturista.

CERTIFICADO

- Al finalizar el curso se entregará un certificado acreditativo.

METODOLOGÍA

- **Duración:** 4 meses online