

MONOGRAFICO

Biocultura y Salud

Módulo 1 (2h): Introducción

- Introducción a la Biocultura.
- La visión holística y su perspectiva global.
- Leyes y principios naturales.
- Salud integral.
- Conciencia y consciencia.
- Inteligencia emocional y conciencia visceral.
- Ser humano y entorno.

Módulo 2 (2h): Agentes curativos

- Nutrición y dieta natural.
- Fuentes de alimento. Biorritmos.
- El aire, la tierra, el agua, y el sol como agentes curativos naturales.
- Consejos higienistas.
- Hábitos saludables.
- Terapias naturales.

Módulo 3 (1h): Higienismo

- Calidad de vida y nivel de vida.
- Prevención.
- Educación integral.
- Salud mental, corporal y emocional.
- Ejercicio físico.
- Actividad y descanso.
- El hábitat sano.
- Cómo evitar la contaminación medioambiental.