

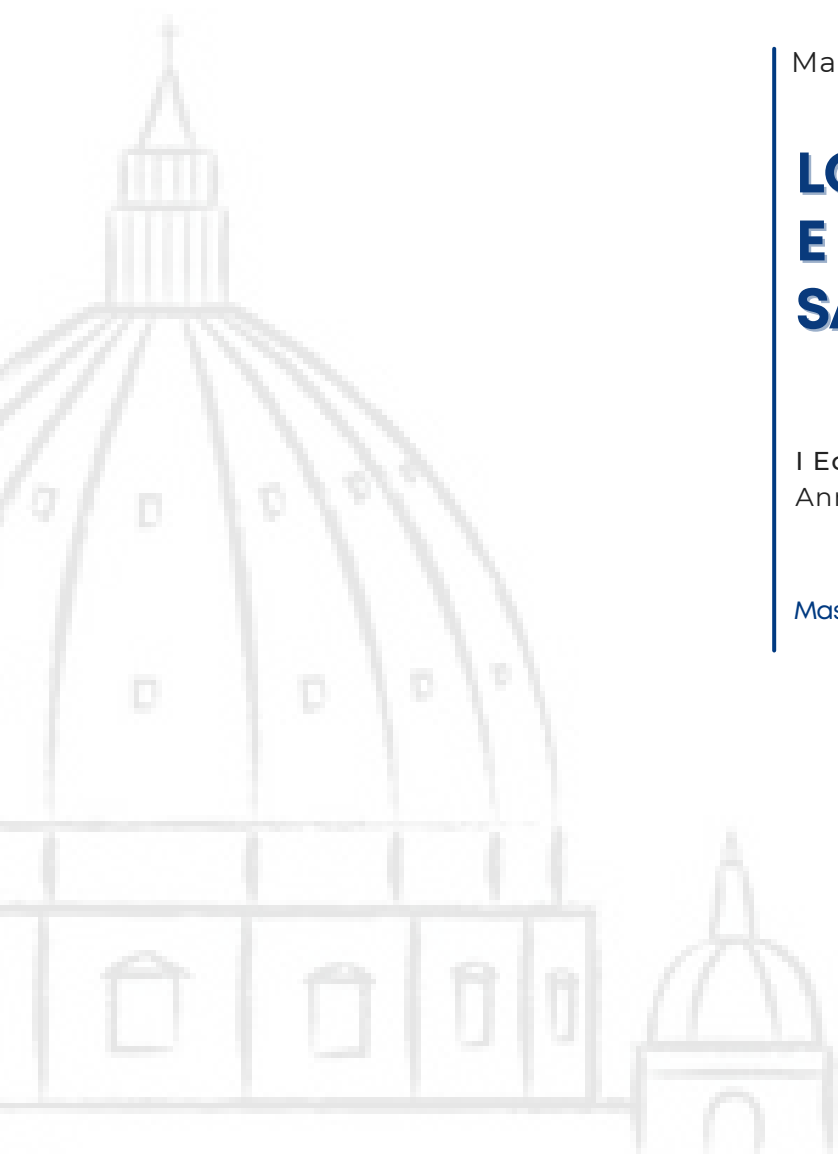
Master universitario II livello

# **LONGEVITÀ E INVECCHIAMENTO SANO**

I Edizione

Anno Accademico 2024-2025

Master validato dal Consiglio Scientifico del Consorzio



## DIREZIONE

Prof. Ennio Tasciotti  
Prof. Massimiliano Caprio

## DIRETTORE ORGANIZZATIVO

Dott. Antonio Attianese

## COMITATO SCIENTIFICO

Prof. Vito D'Andrea  
Prof. Francesco Salvatore  
Prof. Giovanni Scapagnini  
Prof. Nicola Illuzzi  
Dott. Vincenzo Aloisantoni  
Prof. Mauro Serafini  
Prof. Antonello Bonci

## PRESENTAZIONE

Obiettivi del Master:

- Offrire una Formazione Multidisciplinare Avanzata: Fornire una preparazione completa e integrata sui processi dell'invecchiamento e sulle strategie per una vita lunga e sana, combinando conoscenze teoriche e applicazioni cliniche.
- Analizzare le Basi Scientifiche dell'Invecchiamento: Approfondire le fondamenta scientifiche dell'invecchiamento, inclusi biochimica, genetica e meccanismi cellulari e molecolari.
- Favorire la Prevenzione e la Promozione della Salute: Promuovere pratiche preventive e strategie di salute che rallentino l'insorgenza di malattie e migliorino il benessere generale degli anziani, con un focus su prevenzione primaria e secondaria.
- Esplorare le Strategie Nutrizionali per la Longevità: Esaminare il ruolo della nutrizione nella promozione della salute e nella prevenzione delle malattie, con un focus su approcci come la restrizione calorica, il digiuno intermittente, la nutrizione funzionale e la Mindful Eating.
- Integrare Approcci Clinici e Terapeutici: Offrire una visione integrata delle strategie terapeutiche per gestire le alterazioni ormonali, l'infiammazione, la liposcultura metabolica, la chirurgia rigenerativa e la medicina estetica, con attenzione alla salute della donna e ai programmi di allenamento personalizzati

- Incorporare Tecnologie Avanzate nella Pratica Clinica: Esplorare e applicare tecnologie avanzate e innovazioni digitali, come la telemedicina e strumenti diagnostici avanzati, per migliorare la qualità e l'efficacia delle cure.
- Sviluppare Approcci Innovativi di Medicina Personalizzata: Educare i professionisti ai principi e vantaggi della medicina personalizzata, inclusa la prevenzione individualizzata e la personalizzazione degli interventi terapeutici per affrontare le sfide dell'invecchiamento.
- Considerare Dimensioni Psicologiche e Spiritualità dell'Invecchiamento: Esplorare gli aspetti psicologici e spirituali dell'invecchiamento, inclusa la salute cognitiva, la gestione del dolore, il ruolo della comunità e la spiritualità, per un approccio olistico alle sfide dell'invecchiamento.
- Affrontare Questioni Etiche dell'Invecchiamento: Fornire una solida base per comprendere e gestire le questioni etiche legate all'invecchiamento e alla cura degli anziani, con riflessioni morali e considerazioni sulla qualità della vita.
- Promuovere la Consapevolezza Culturale e Sociale: Sviluppare una comprensione approfondita delle differenze culturali e sociali nella percezione e gestione dell'invecchiamento, per un'assistenza più inclusiva e rispettosa della diversità

## STRUTTURA

### Modalità FAD (asincrona)

- lezioni (didattica a distanza): 300 ore
- project work, prove di verifica: 200 ore
- studio individuale: 500 ore
- tirocinio: 300 ore
- esercitazioni e Prova finale: 200 ore

### Modalità Blended (FAD sincrona/asincrona/presenza)

- lezioni (didattica a distanza): 150 ore
- lezioni (presenza): 150 ore
- project work, prove di verifica: 200 ore
- studio individuale: 500 ore
- stage: 300 ore
- esercitazioni teoriche e Prova finale: 200 ore



## DURATA

Il Master avrà una durata di studio di 1500 ore pari a 60 CFU

## TIROCINIO

### Modalità FAD

Tirocinio virtuale e/o simulata con i docenti del Master (elaborazione di un project work, analisi e problem solving riguardante filmati e case study consegnati dai docenti, supervisione su casi presentati dagli allievi), elaborati da svolgere

### Modalità Blended

Stage in presenza presso gli enti convenzionati

## REQUISITI DI AMMISSIONE

Laurea magistrale/specialistica, Laurea vecchio ordinamento o altro titolo di studio universitario conseguito all'estero riconosciuto idoneo in discipline sanitarie, socio-sanitarie o altri titoli equipollenti ritenuti congrui dalla Direzione del Master

## TITOLO RILASCIATO

Diploma di Master universitario di II livello "Longevità e Invecchiamento Sano"

## PROGRAMMA

### MED/48 Invecchiamento e Longevità: Paradigmi, Prevenzione e Prospettive Cliniche, 8 CFU

Il primo modulo del Master stabilisce le basi del percorso formativo, integrando conoscenze teoriche avanzate con applicazioni cliniche per affrontare le sfide dell'invecchiamento in un contesto di medicina personalizzata. Intitolato: "Approcci Multidisciplinari allo Studio dell'Invecchiamento e della Longevità", questo modulo fornisce una panoramica completa delle fondamenta scientifiche e cliniche relative all'invecchiamento. Il modulo si apre con un'esplorazione delle strategie di prevenzione precoce individualizzata, finalizzate a migliorare la qualità della vita nella terza età. Si prosegue con un'analisi approfondita dei processi biochimici alla base dell'invecchiamento e delle loro implicazioni sulla funzionalità degli organi. Viene inoltre esaminato il concetto di "Multiscale Hallmarks of Health and Aging", che delinea gli aspetti caratteristici della salute e dell'invecchiamento a diversi livelli di complessità biologica. Il modulo affronta anche i paradigmi emergenti della longevità e le nuove frontiere della ricerca, offrendo una visione aggiornata e innovativa su come migliorare la durata e la qualità della vita. Inoltre, vengono studiati i meccanismi genetici dell'invecchiamento e le tecniche diagnostiche più recenti per identificarli. Infine, viene fornita una panoramica dei processi cellulari e molecolari che influenzano l'invecchiamento umano, offrendo una visione d'insieme dei meccanismi biologici coinvolti.

Questo primo modulo preparerà i partecipanti a comprendere e applicare le più recenti scoperte scientifiche e cliniche, promuovendo un approccio personalizzato alla medicina dell'invecchiamento

### MED/48 Nutrizione e Salute: Dalle Basi Biochimiche alle Strategie di Intervento, 8 CFU

Il secondo modulo fornirà ai partecipanti una comprensione approfondita delle strategie nutrizionali più efficaci per promuovere la salute, ridurre i rischi di malattia e migliorare la qualità della vita, con un focus su un approccio personalizzato e basato su solide evidenze scientifiche. Intitolato: "Nutrizione e Salute: Dalle Basi Biochimiche alle Strategie di Intervento", questo modulo è progettato per esplorare il ruolo fondamentale della nutrizione nella promozione della salute e nella prevenzione delle malattie, offrendo una panoramica delle scoperte scientifiche più recenti e delle strategie dietetiche per migliorare il benessere e prolungare la vita. Il modulo inizia con una trattazione su come il cibo influisce sulla salute e sulla malattia attraverso meccanismi complessi che coinvolgono diversi sistemi del corpo umano. Successivamente, si approfondiranno i benefici della restrizione calorica, esaminando come questa pratica possa influenzare positivamente la longevità e la salute metabolica, supportata da evidenze scientifiche all'avanguardia. Si esplorerà anche il concetto di digiuno intermittente, una pratica emergente che offre vantaggi per la salute e facilità di applicazione. L'approccio della nutrizione funzionale sarà discusso per mostrare come una dieta personalizzata possa avere effetti positivi su specifici disturbi e condizioni cliniche. Il modulo prevede un'analisi del ruolo degli antiossidanti nella dieta e del loro contributo nel rallentare i processi di invecchiamento cellulare. Inoltre, verrà esplorata l'importanza del microbiota intestinale e la sua interazione con la nutrizione, evidenziando il suo impatto sulla salute complessiva dell'organismo. Il modulo si concluderà con una riflessione sulla "Mindful Eating", una pratica che promuove un rapporto più consapevole e salutare con il cibo. Sarcopenia e strategie di intervento

### MED/48 Approcci Clinici e Terapeutici Multidisciplinari, 8 CFU

Il terzo modulo fornirà ai partecipanti strumenti pratici e conoscenze multidisciplinari per sviluppare piani terapeutici efficaci e personalizzati, promuovendo un approccio integrato alla salute e al benessere degli anziani. Intitolato: "Approcci Clinici e Terapeutici Multidisciplinari", questo modulo offre una discussione integrata delle strategie terapeutiche multidisciplinari necessarie ad affrontare le sfide mediche legate all'invecchiamento. Questo modulo unisce esperti di varie discipline per esplorare approcci innovativi e personalizzati nella cura delle persone anziane. Il modulo inizia con un focus sull'endocrinologia dell'invecchiamento, esaminando le alterazioni ormonali che influenzano il processo di invecchiamento e le strategie per gestirle.

Prosegue con una panoramica delle terapie infusionali destinate alla gestione dell'infiammazione, un aspetto cruciale nell'invecchiamento e nelle malattie croniche. Successivamente, verranno approfondite le tecniche di liposcultura metabolica e il ruolo della chetogenesi come interventi per ottimizzare il metabolismo in età avanzata. Sarà inoltre trattata la chirurgia rigenerativa e la medicina estetica, illustrando come queste metodologie possano migliorare la qualità della vita degli anziani. Il modulo esplorerà anche l'importanza dei programmi di allenamento personalizzato, sviluppati per rispondere alle specifiche esigenze fisiologiche e di salute degli anziani. Si discuteranno inoltre la salute della donna e l'uroginecologia, con un focus su aspetti clinici e terapeutici rilevanti per l'invecchiamento femminile. Infine, verranno presentati nuovi approcci di ginecologia funzionale e le strategie terapeutiche differenziate in medicina di genere e cardiologia per affrontare le sfide dell'invecchiamento

#### **MED/48 L'Invecchiamento tra Corpo, Mente e Spirito: Dimensioni Terapeutiche e Etiche, 8 CFU**

Il quarto modulo offre ai partecipanti una prospettiva approfondita sull'invecchiamento, promuovendo un approccio che considera non solo le dimensioni fisiche e mediche, ma anche quelle psicologiche, sociali e spirituali. Intitolato: "L'Invecchiamento tra Corpo, Mente e Spirito: Dimensioni Terapeutiche e Etiche", questo modulo offre un'esplorazione approfondita e olistica dell'invecchiamento, integrando aspetti terapeutici, psicologici, spirituali ed etici. Questo modulo è progettato per fornire una comprensione completa delle diverse dimensioni dell'invecchiamento e per affrontare le sfide complesse che emergono con il passare del tempo. Il modulo si apre con una riflessione sulla salute cognitiva e il suo impatto sull'invecchiamento, analizzando le strategie per mantenere e migliorare le funzioni cognitive nella terza età. Prosegue con un'analisi delle terapie del dolore, evidenziando le strategie per gestire il dolore cronico e migliorare la qualità della vita degli anziani. Si esplorerà anche il ruolo cruciale della comunità nell'invecchiamento, sottolineando l'importanza del supporto sociale e della coesione comunitaria per il benessere degli anziani. Verrà inoltre discusso il legame tra spiritualità e invecchiamento, con un focus su come la dimensione spirituale possa influenzare l'esperienza dell'invecchiamento e il senso di soddisfazione nella vita. Il modulo si concluderà con un'esaminazione delle questioni etiche legate all'invecchiamento, esplorando le sfide morali e le considerazioni etiche riguardanti la cura e la qualità della vita nella terza età

#### **DOCENTI**

**PRIMO MODULO: "Invecchiamento e Longevità: Paradigmi, Prevenzione e Prospettive Cliniche"**

**Prof. Franco Salvatore** - Dall'invecchiamento alla prevenzione precoce individualizzata

**Prof. Matteo Russo** - Biochimica dell'invecchiamento  
**Prof. Ennio Tasciotti** – Multiscale hallmarks of health and aging  
**Prof. Claudio Franceschi** - Longevità e paradigmi dell'invecchiamento  
**Dr. Marco Vismara** – Genetica dell'invecchiamento e diagnostica  
**Prof. Alessandra Feraco** – Biologia dell'invecchiamento

#### **SECONDO MODULO: "Nutrizione e Salute: Dalle Basi Biochimiche alle Strategie di Intervento"**

**Prof. Massimiliano Caprio** – Ruolo del cibo in salute e malattia  
**Prof. Luigi Fontana** – University of Sidney - Calory restriction  
**Prof. Walter Longo** - Diggiuno intermittente  
**Dr. Paolo Conforti** - Nutrizione funzionale  
**Prof. Giovanni Scapagnini** – Antiossidanti e dieta  
**Prof.ssa Elisabetta Camaiani** – Microbiota e nutrizione  
**Dr. Luca Borro** – Il ruolo della nutrizione nella gestione del diabete di tipo 1  
**Prof.ssa Giulia Fiorentini** – Mindful Eating  
**Prof. Lorenzo Maria Donini** - Sarcopenia  
**Prof. Maurizio Muscaritoli** - Sarcopenia

#### **TERZO MODULO: "Approcci Clinici e Terapeutici Multidisciplinari"**

**Prof. Giovanni Spera** - Endocrinologia dell'invecchiamento  
**Dr. Michele Bonaccorso** – Terapie infusionali nella gestione dell'infiammazione  
**Dr. Salvatore Pennisi** - Liposcultura metabolica e chetogenesi  
**Dr. Ugo Redi** - Chirurgia rigenerativa e medicina estetica  
**Dr.ssa Selene Genisella** - Programmi di allenamento personalizzato  
**Prof.ssa Maria Pia Tonadaccio** - Cardiologa e medicina di genere nell'invecchiamento  
**Prof. Roberto Montera** - Ginecologo campus biomedico- Salute donna e uroginecologia  
**Dr.ssa Manuela Accardi** - Ginecologia funzionale e invecchiamento nella donna

#### **QUARTO MODULO: "L'Invecchiamento tra Corpo, Mente e Spirito: Dimensioni Terapeutiche e Etiche"**

**Prof. Antonello Bonci** – Salute cognitiva e invecchiamento  
**Dr. Massimo Allegri** – Terapia del dolore nell'invecchiamento

Sua eccellenza Vescovo Fabio Fabene –  
Ruolo della comunità nell'invecchiamento  
Sua eminenza Cardinale Marcello Semeraro  
– Spiritualità e invecchiamento  
Prof. Paolo Benanti - Pontificia Università  
Gregoriana – Etica dell'invecchiamento

### **COSTO**

FAD: € 2.600,00

Blended: € 4.000,00

Per info su rateizzazione, modalità di  
pagamento e iscrizioni consultare il sito  
[www.consorziohumanitas.com](http://www.consorziohumanitas.com)

### **INFORMAZIONI**

Consorzio Universitario Humanitas  
Via della Conciliazione, 22  
00166 Roma RM  
Telefono: 06 3224818  
Mail: [master@consorziohumanitas.com](mailto:master@consorziohumanitas.com)  
Web: [www.consorziohumanitas.com](http://www.consorziohumanitas.com)





Il Consorzio Universitario Humanitas da oltre un decennio svolge attività di ricerca scientifica e alta formazione post-laurea a forte impatto professionalizzante, svolgendo numerosi **Master Universitari** e **Corsi di alta formazione**, gestendo diverse **Scuole di Specializzazione in Psicoterapia**, diventando in tal modo un centro di eccellenza e di riferimento nazionale nel settore.

Il Consorzio ha tra i suoi Associati l'Università Cattolica del Sacro Cuore, l'Università Telematica San Raffaele Roma, la Pontificia Facoltà Teologica dell'Italia Meridionale – Sez. S. Luigi – Napoli, LUM – Libera Università Mediterranea “Giuseppe Degennaro”, Bari, l'Ospedale Pediatrico Bambino Gesù, l'IDI – Istituto Dermopatico dell'Immacolata.

Esso ha sviluppato una rete di relazioni e contatti con professionisti ed Enti nei settori specifici che gli hanno permesso di realizzare una formazione focalizzata sulle competenze e con alti standard qualitativi che permettono di avere un alto indice di placement.

Inoltre, il Consorzio ha fondato e gestisce un Centro Clinico -l'Istituto Clinico Interuniversitario – I.C.I.- autorizzato e accreditato dalla Regione Lazio, per la valutazione e il trattamento dei disturbi del neurosviluppo, è Provider accreditato all'Agenas, per la formazione dei medici e delle professioni sanitarie, ed è accreditato sulla piattaforma SOFIA per la formazione di docenti e dirigenti scolastici di ogni ordine e grado.

Il Consorzio gestisce anche una Casa editrice “Humanitas Edizioni” che realizza pubblicazioni nei settori della medicina, psicologia, psicoterapia e psichiatria anche in collaborazione con altre importanti case editrici di livello nazionale.