

Corso di Alta Formazione con  
**5 ECM**

**25 Novembre 2024 – 23 Novembre  
2025**

**FAD Asincrona/Interattiva**

# NUTRACEUTICA, NUTRIZIONE BIOTIPIZZATA E LONGEVITÀ PERFORMANTE

PROVIDER CONSORZIO UNIVERSITARIO HUMANITAS  
ID 5971



## DIREZIONE SCIENTIFICA

**Prof. Alessandro Gelli**, Direttore tecnico-scientifico dell'Accademia delle Scienze e di Medicina Funzionale Uranus, direttore del Dipartimento Interuniversitario di Scienze della salute e del benessere, nutrizione e nutraceutica del Consorzio Universitario Humanitas

## PRESENTAZIONE

Lo Stress globale soggettivo con i numerosi tipi di Stressors può influenzare negativamente sia la performance psico-fisica sia la Longevità stessa e la sua qualità. Tra i vari tipi di Stressors e loro categorie e sotto categorie sono da annoverare quelli da CEM artificiali ma anche naturali (come quelli tipici dei cambi stagionali). La gestione dello Stress globale fondamentale per la "Longevità performante" si basa sulla applicazione dia di specifiche tecniche e strategie di Gestione Biotipizzata dello Stress soggettivo, sia su una specifica Nutrizione e apporto Nutraceutico razionale, il tutto basato su accreditate evidenze scientifiche anche recentissime. Attualmente il numero di dispositivi che emettono Campi Elettro-Magnetici (CEM) artificiali sono numerosissimi come mai nella storia; modem WI-FI, Cellulari, Tablet, Notebook/Pc portatili e Pc con unità centrale separata (PC "fissi") sono di uso giornaliero comune; tali dispositivi sono praticamente indispensabile per lavorare e "vivere". Importante conoscere le potenziali problematiche di salute e performance psichica e fisica inducibili, specie in soggetti predisposti, da questi numerosi tipi di CEM. Tipologie di dispositivi possono emettere CEM di frequenze diverse tra loro; ne deriva che ogni giorno siamo permeati Contemporaneamente da vari CEM e quindi da varie frequenze. Lo Stress Elettromagnetico non è praticamente al giorno d'oggi eliminabile, pertanto sono di estrema importanza le molteplici strategie salutari ma facili da adottare, alcune per ridurre la "dose assorbita", altre per rendere il soggetto "più forte e resistente" nei confronti dello Stress in generale tra cui anche quello di tipo "ElettroMagnetico" (un ulteriore Stress ossidativo e livello di Infiammazione che si aggiunge ad altre cause):

- identificare la "distanza di sicurezza" dai vari dispositivi emettenti CEM, riducendone per quanto possibile "l'intensità",
- gestione tecnica dei vari tipi di Stressors,
- alimentazione e particolari Nutraceutici che, come evidenziato da recentissime ricerche, possono contribuire a far diventare il soggetto più "forte e resistente" e contrastano alcuni danni da CEM. In questa epoca con altissimi livelli di Stress, Stressors e Stress Elettromagnetico è di estrema importanza conoscere e ben applicare tutte le strategie che ci permetteranno di vivere al meglio, sia fisicamente sia mentalmente, agendo anche in ambito Epigenetico e Nutrigenomico.

## TIROIDE, ASSE INTESTINO-TIROIDE E PROBLEMATICHE METABOLICHE

La scienza all'avanguardia sta sempre più dimostrando l'importanza delle grandi connessioni; la Tiroide non è solo gerarchicamente correlata all'asse Ipotalamo ipofisario ma, "comunica" ed interagisce anche con l'intestino; ciò apre nuove frontiere clinico-terapeutiche che il medico dovrebbe ben conoscere e gestire.

Non solo il "metabolismo" è influenzato positivamente o negativamente in base alla condizione di questi "network" endogeni, ma molteplici quadri clinici possono direttamente o indirettamente essere influenzati dall'asse tiroide-Intestino così come dal Gut-Brain Axis ecc ovvero dalla qualità ed efficienza degli scambi di messaggi neuro-endocrini e bio-chimici che avvengono in questi network. Ogni soggetto ha un suo Psico-Biotipo Costituzionale (Marker) nonché numerosissimi adattamenti in base allo stile di vita, tipo di alimentazione (Epigenetica).

In vari casi l'idonea Alimentazione, e Nutraceutica Bio-Tipizzata/personalizzata e adeguato stile di vita è sufficiente per riottenere l'equilibrio dei vari network in altri è importante anche agire con il giusto approccio qualitativo e quantitativo farmacologico.

Sarà quindi esposto come l'asse Tiroide-Intestino- nei principali PsicoBiotipi morfologici- si "manifesta" sia sul soma sia come sintomatologia nelle sue molteplici condizioni, normali o patologiche e come, di base, il medico potrebbe intervenire per aiutare l'utente a ritrovare il suo equilibrio neuro-endocrino e globale

## OBIETTIVI

**Obiettivi formativi tecnico professionali:** acquisire una competenza di base per conoscere i vari tipi di Stressors tra cui quelli da CEM ed apprendere praticamente come gestire meglio lo Stress elettromagnetico che si somma a tutti gli altri tipi di Stressors, sia con i rilievi strumentali, sia con specifici Nutraceutici che hanno dimostrato offrire un aiuto anche nei confronti di questo particolare e quanto mai attuale tipo di Stressor.

**Obiettivi formativi di processo:** Fornire delle linee guida di base tecnico pratiche per ottimizzare questi tipi di Stressor.

**Obiettivi formativi di sistema:** aggiornamento continuo sui processi formativi

## DOCENTI

**Prof. Alessandro Gelli**, Direttore tecnico-scientifico dell'Accademia delle Scienze e di Medicina Funzionale Uranus, direttore del Dipartimento Interuniversitario di Scienze della salute e del benessere, nutrizione e nutraceutica del Consorzio Universitario Humanitas

**Dott.ssa Serena Missori**, Medico Chirurgo, Specialista in Endocrinologia, Master II livello in Cefalee, Sapienza Università. di Roma. Autrice di numerose pubblicazioni

## DESTINATARI

Medici, Farmacisti, biologi, Psicologi, Logopedisti, Terapisti della neuro e psicomotricità dell'età evolutiva, Neuropsichiatri, tutti gli operatori sanitari, della salute e del benessere, Coach, Personal trainer, istruttori di Yoga e affini

## PROFESSIONI ECM ACCREDITATE

Medico chirurgo (codice 1)  
Farmacista (codice 3)  
Psicologo (codice 5)  
Biologo (codice 6)  
Dietista (codice 10)  
Fisioterapista (codice 12)  
Logopedista (codice 16)  
Terapista della neuro e psicomotricità dell'età evolutiva (codice 29)

## Discipline ECM accreditate

Endocrinologia (codice 6)  
Gastroenterologia (codice 7)  
Medicina fisica e riabilitazione (codice 14)  
Medicina dello sport (codice 18)  
Neuropsichiatria infantile (codice 22)  
Psichiatria (codice 25)  
Biochimica clinica (codice 44)  
Medicina del lavoro e sicurezza degli ambienti di lavoro (codice 57)  
Farmacia ospedaliera (codice 66)  
Farmacia territoriale (codice 67)  
Biologo (codice 68)  
Psicoterapia (77)  
Psicologia (78)  
Dietista (codice 81)  
Fisioterapista (codice 82)  
Logopedista (87)  
Terapista della neuro e psicomotricità dell'età evolutiva (100)  
Scienza dell'alimentazione e dietetica (codice 106)

## PERIODO DI SVOLGIMENTO

25 Novembre 2024 – 23 Novembre 2025

## PROGRAMMA

- Cenni su Biotipi principali, assetti neuro-endocrini di base e adattamenti Epigenetici. Visione Quantica globale, le grandi connessioni Pisco-neuro-endocrine, Gut Microbiota, adattamenti Epigenetici, fenomeni Bio Elettrici umani; cosa si intende?
- Stress ossidativo, Infiammazione Campi Elettromagnetici, (CEM) Naturali e Artificiali, l'energia invisibile che ci circonda sempre, ma quanto ci influenza? Funzioni Mitocondriali. I numerosi Stressors, e Stress anche da CEM, Stress soggettivo Globale
- Correlazione asse Tiroide Intestino e altri organi, le grandi connessioni, problematiche, Stress e possibili soluzioni
- Nutraceutici e Nutrizione Biotipizzata per contrastare Stress Ossidativo e infiammazione da cause multiple, le possibili problematiche annesse e possibili aiuti naturali
- L'effetto al cambio stagionale sugli umani, neuro-trasmittitori e CEM da attività solare, malori di alcuni prima che si scateni un temporale, cosa hanno in comune? le differenze Bio-elettriche e neuro-endocrine soggettive; consigli e aiuti pratici.
- Gut Microbiota, Stress Psico-Fisico e influenza dei vari tipi di Stressor sull'assetto dei vari micro-organismi, come Alimentazione e Nutraceutici possono aiutare nelle Disbiosi
- Come Misurare i CEM nella propria abitazione, Ufficio e studio e identificare la "distanza di sicurezza" dai vari dispositivi per ridurre la dose assorbita emessa dai CEM artificiali ogni giorno. Varie strategie per ridurre la dose assorbita.
- LE MOLECOLE DELLA LONGEVITA' PERFORMANTE: come ottimizzarle con nutraceutica- nutrizione biotipizzata e specifica attività fisica personalizzata.

## TIPOLOGIA FORMATIVA

Corsi/videocorsi online su apposite piattaforme di learning management system (lms) - e-learning

## DURATA E STRUTTURA

5 ore di videolezioni + materiale didattico

## MODALITÀ DI SVOLGIMENTO

L'attività didattica sarà svolta SU PIATTAFORMA MULTIMEDIALE – FAD ASINCRONA  
Ogni modulo ha un tempo minimo di fruizione obbligatorio per accedere al successivo.  
Una volta terminata la fruizione di tutti i moduli sarà possibile effettuare il questionario di qualità percepita e il test di verifica a risposta multipla obbligatori per l'ottenimento dei crediti ECM e l'attestato di partecipazione.

note sul test di verifica:

- 15 domande a risposta multipla – 3 risposte errate e una corretta
- 75% risposte corrette per superamento (obbligatorio per l'ottenimento dei crediti ecm)
- 5 tentativi da svolgere entro la data di fine del corso.

## RICONOSCIMENTI

- Attestato di partecipazione rilasciato dal Consorzio
- 5 Crediti ECM

## COSTO

50 €

Agevolazione: 150 € di sconto sulla prima rata del Master in <https://www.consorziohumanitas.com/scienza-salute-benessere/>

## MODALITÀ DI PAGAMENTO

Bonifico bancario intestato a  
Consorzio Universitario Humanitas – Intesa San Paolo  
Codice IBAN:  
IT34 N030 6905 2381 0000 0002 173  
(Causale: nome, cognome, titolo del corso).

## MODALITÀ DI ISCRIZIONE

Seguire la procedura guidata cliccando sul pulsante "iscriviti ora" della pagina web del corso, disponibile sul sito [www.consorziohumanitas.com](http://www.consorziohumanitas.com)  
**Chiusura iscrizioni: sempre possibili fino al 2/11/25**

*NB: Alcuni giorni prima dell'inizio del corso riceverà una email con la procedura per accedere alla piattaforma di e-learning dalla quale potrà seguire il corso da Lei acquistato.*

