

Nutrizione, Nutraceutica, Stress e Longevità. Modalità blended

60 CFU · 1500 ore · Area Consorzio Universitario Humanitas

Presentazione

Il Master, organizzato dal Consorzio Universitario Humanitas in collaborazione con l'Università San Raffaele di Roma, ha l'obiettivo di fornire una preparazione teorica-tecnico-pratica efficace per una gestione dello Stress globale e dell'invecchiamento di qualità (Longevità performante) anche mediante la Nutrizione e la Nutraceutica Bio-tipizzata con schemi e piani in base alle situazioni e/o problematiche più frequenti. Le problematiche più comuni saranno esaminate e affrontate con approccio multidisciplinare capace di apportare una sintesi applicativa tra scienza medica, comprendente anche terapie ufficiali innovative, a terapie naturali ed ausiliari, il tutto supportato da bibliografia scientifica internazionale. Gestione e prevenzione delle patologie Aging correlate, con particolare attenzione all'aspetto psicologico/psicofisiologico, neurologico, gastroenterologico, cardiovascolare, neuroendocrinologico, immunologico, dermatologico ecc. Grande attenzione alla gestione pratica e tecnica dello Stress, alle alterazioni del tono dell'umore, alle alterazioni della sfera emotivo-affettiva e cognitiva. Approccio multidisciplinare tramite terapie innovative, tecniche di supporto e trattamento ausiliari in coerenza con le ultime novità dalla letteratura scientifica.

Finalità

Il Master, organizzato dal Consorzio Universitario Humanitas in collaborazione con l'Università San Raffaele di Roma, ha l'obiettivo di fornire una preparazione teorica-tecnico-pratica efficace per una gestione dello Stress globale e dell'invecchiamento di qualità (Longevità performante) anche mediante la Nutrizione e la Nutraceutica Bio-tipizzata con schemi e piani in base alle situazioni e/o problematiche più frequenti. Le problematiche più comuni saranno esaminate e affrontate con approccio multidisciplinare capace di apportare una sintesi applicativa tra scienza medica, comprendente anche terapie ufficiali innovative, a terapie naturali ed ausiliari, il tutto supportato da bibliografia scientifica internazionale. Gestione e prevenzione delle patologie Aging correlate, con particolare attenzione all'aspetto psicologico/psicofisiologico, neurologico, gastroenterologico, cardiovascolare, neuroendocrinologico, immunologico, dermatologico ecc. Grande attenzione alla gestione pratica e tecnica dello Stress, alle alterazioni del tono dell'umore, alle alterazioni della sfera emotivo-affettiva e cognitiva. Approccio multidisciplinare tramite terapie innovative, tecniche di supporto e trattamento ausiliari in coerenza con le ultime novità dalla letteratura scientifica.

Contenuti

	Modulo	Tematica	SSD	CFU
1	Mod.1	Individuazione dello Stress e degli Stressors e Eziologia dello Stress; Gestione dell'Aging e dello Stress e correlazioni; La gestione tecnica quotidiana dello Stress alla base della gestione dell'Aging	BIOS-06/A	8
2	Mod.2	Aging e Stress; stile di vita "Pro Aging e di gestione dell'Aging. Gut Microbiota, Stress e Aging. Chrono e Photo Aging	BIOS-06/A	8
3	Mod.3	Stress, Aging e I 4 biotipi morfologici costituzionali e biotipi derivati (Semeiotica); i diversi approcci in base al "Marker biotipologico e suoi adattamenti. cenni di Alimentazione e Nutraceutica bio tipizzata di base; Attività fisica bio tipizzata e allenamento metabolico	BIOS-06/A	8
4	Mod.4	Stress e Dismetabolismi, Nutrigenomica e Alimenti Funzionali	BIOS-06/A	8
5	Mod.5	Stress e nutraceutica le diverse classi di nutraceutici. Integrazione vitaminica nella dieta ed I minerali, I vitamino-sinergici, Fitoestratti specifici per la gestione dell'Aging, aminoacidi e macro e micro nutrienti. Uso razionale del Nutraceutico.	BIOS-06/A	8
6	Mod.6	APPROFONDIMENTO teorica e pratica su: Eziologia, psico-fisiologia e gestione TECNICO-PRATICA APPLICATA dello Stress e Aging correlato	BIOS-06/A	8
7	Tirocini	Tirocinio		8
8	Verifiche	Verifiche e prova finale		4
	Totale			60

Titoli di ammissione

Requisiti di ammissione

Medicina, Farmacia, Biologia, Psicologia, Chimica e Tecnologia Farmaceutiche, Scienze Farmaceutiche Applicate, Professioni sanitarie con laurea magistrale; Eventuali altre Lauree e appropriato curriculum inerente alle discipline del Master, previa valutazione della Direzione.

Iscrizioni aperte tutto l'anno, con sessioni mensili.

Per conoscere la prossima finestra di iscrizione, la quota e le agevolazioni attive contatta il nostro polo di orientamento.