Corso

ALIMENTAZIONE E

NATUROPATIA DI SEGNALE

il potere di cibo e movimento nell'induzione di risposte ormonali di riequilibrio

28-29 ottobre e 2-3 dicembre 2017

Sede del corso: Aula didattica

LUSERNA S. GIOVANNI – TO

Via Fuhrmann 74

Orario:

Sabato 9.00-12.30 e 14.30-18.00

Domenica: 9.00-12.30

Contributo partecipazione corso: € 340,00

IL CORSO E' A NUMERO CHIUSO
ED E' RISERVATO AI SOCI IN REGOLA
CON IL PAGAMENTO DELLA QUOTA ASSOCIATIVA
AL MOMENTO DELL'ISCRIZIONE

SCHEDA DI ADESIONE

COGNOME_____

NOME_____

VIA_____N____

CAP_____CITTA'_____

TEL._____

E-MAIL_____

COD.FISC./P.IVA_____

_____

Sono interessata/o a partecipare al corso

ALIMENTAZIONE e NATUROPATIA DI SEGNALE

Luserna San Giovanni (TO) 28-29 ottobre e 2-3 dicembre 2017

Sono a conoscenza che i miei dati personali sono raccolti in base alla legge 196/2003 e utilizzati esclusivamente per l'invio di materiale FNNP e in qualsiasi momento ho diritto alla cancellazione del mio nominativo.

Firma_____

FNNP

federazione nazionale naturopati professionisti

FNNP—Federazione Nazionale Naturopati Professionisti
Via Fuhrmann 74
10062—LUSERNA SAN GIOVANNI – TO
Tel. 0121.901438 - 338.7374338
Fax: 0121.900005
E-mail: segreteria@federnaturopati.org

www.federnaturopati.org

FNNP

federazione nazionale naturopati professionisti

Corso

ALIMENTAZIONE E

NATUROPATIA DI SEGNALE

il potere di cibo e movimento nell'induzione di risposte ormonali di riequilibrio

28-29 ottobre e 2-3 dicembre 2017

www.federnaturopati.org

ALIMENTAZIONE E NATUROPATIA DI SEGNALE:
il potere di cibo e movimento nell'induzione di risposte ormonali di riequilibrio

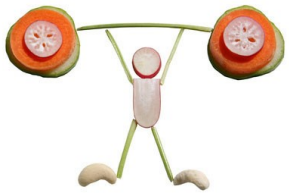
Programma:

1° week end 28-29 ottobre 2017:

- Una comprensione del metabolismo umano in chiave evolutiva
- Non esistono scoiattoli obesi: il corpo ci è amico
- Assecondare le tendenze naturali dell'organismo: la scelta dei cibi
- Movimento fisico, dimagrimento e salute
- Fabbisogni energetici e nutrizionali di base: le calorie non contano
- Il paradigma dell'alimentazione di segnale: la regia ipotalamica
- Regolazione ipotalamica dei principali assi ormonali metabolici
- Stimolo naturale all'attività tiroidea (dimagrimento, consumi)
- Stimolo naturale all'attività surrenale (umore, motivazione, stress-coping)
- Stimolo naturale all'equilibrio osteo-muscolo-articolare (GH, IGF1)
- Stimolo naturale all'asse della fertilità e sessualità
- Stimolo naturale al sistema immunitario
- La regolazione del senso di fame come chiave di bilancio energetico
- La valutazione della composizione corporea: strumento di lavoro
- Interventi correttivi e diagnostici sulla base dei dati di composizione corporea
- Analisi dell'aspetto fisico e valutazione delle dominanze ormonali: riconoscimento
- Correzione alimentare di una forte ritenzione idrica
- Correzione alimentare di una grave demuscolazione
- Correzione alimentare di un sovrappeso grasso.

2° week end 2-3 dicembre 2017:

- Alimentazione per una persona sana
- Danni da zucchero e farine raffinate a livello metabolico
- Ingredienti ed etichette: attenzione agli imbrogli
- Il rapporto tra dieta ed esercizio fisico: quali cambiamenti?
- Diete personalizzate per vegetariani/vegani
- Diete personalizzate per diabetici, celiaci, ipotiroidei, allergici
- Infiammazione come fattore patogenetico
- Food sensitivities: le basi scientifiche
- Definizione delle sensibilità alimentari
- Diete di rotazione e di eliminazione: rischi/vantaggi, effetto detossificante
- Il recupero della tolleranza alimentare: una modalità operativa
- Effetti di un'alimentazione di segnale su: ipertensione, osteoporosi, ipo e ipertiroidismo, allergie e malattie autoimmuni, depressione, malattie cardiovascolari, amenorrea e disturbi sessuali ecc.
- La collaborazione con il medico: nuovi scenari.



****

Docente

dr. Luca Speciani,

Medico Chirurgo, laureato in Scienze Agrarie, master biennale internazionale di **specializzazione in "Nutrizione e dietetica"** dell'Università di Ancona, Coautore di **DietaGIFT**, presidente dell'**AMPAS**, Tecnico della FIDAL e della FITRI, responsabile medico nutrizionale (per il secondo quadriennio consecutivo) della Nazionale italiana di Ultramaratona.

****

Sede:
Aula didattica
Via Fuhrmann, 74
Luserna San Giovanni (TO)

****

Il corso è rivolto esclusivamente ai soci FNNP in regola con il pagamento della quota associativa al momento dell'iscrizione.

CHIUSURA ISCRIZIONI: 28/09/2017