



SMART LEARNING

Formazione digitale
per professionisti
della salute

ECCELLENZA, INNOVAZIONE, SCIENZA



CI OCCUPIAMO DI
FORMAZIONE
MEDICO-SCIENTIFICA
DA OLTRE 20 ANNI



ABBIAMO UN
NETWORK DI OLTRE
250 MILA
PROFESSIONISTI



GARANTIAMO UNA
FORMAZIONE
D'ECCELLENZA E
PRATICA CON
FORMAT INNOVATIVI



QUALITÀ
RICONOSCIUTA



PROGRAMMA SCIENTIFICO PRELIMINARE

MODULO 1: Integrazione Nutrizionale Avanzata per la Salute Femminile: Personalizzazione e Nuove Frontiere Scientifiche

L'integrazione al femminile è cruciale per affrontare le differenze fisiologiche nell'assorbimento dei nutrienti e le variazioni ormonali che si verificano nelle diverse fasi della vita. Questo modulo esplorerà come gli integratori possano essere utilizzati per ottimizzare la salute delle donne, analizzando le ultime evidenze scientifiche e le tecnologie avanzate per la personalizzazione dell'integrazione.

Lezione 1 (120 min)

Integrazione nutrizionale nella salute femminile: evidenze cliniche e nuove prospettive

- Differenze fisiologiche tra uomo e donna nell'assorbimento dei nutrienti
- Micronutrienti critici per le diverse fasi della vita
- Integrazione per le patologie femminili, nuove evidenze
- Linee guida aggiornate sull'uso degli integratori per la donna

Innovazione nella nutraceutica: nuovi ingredienti funzionali e tecnologie formulative

- Nuovi attivi funzionali: adaptogeni (ashwagandha, rodiola), postbiotici, peptidi bioattivi
- tecnologie formulative avanzate: liposomi, microincapsulazione e rilascio controllato
- Formati alternativi: gummies, shot | liquidi, polveri solubili
- Integrazione personalizzata e nutraceutica digitale

Integrazione nutrizionale nei disturbi dell'umore correlati alle variazioni ormonali

- Nutraceutici e fitocomplessi per l'equilibrio ormonale e l'umore
- Integrazione di magnesio, vitamina B6, L-teanina, melatonina
- Integrazione nutrizionale nella gestione di sindrome premestruale, stress e disturbi del sonno

Nutraceutica dermatologica e approccio "beauty from within"

- Nuovi integratori per la salute di pelle, capelli e unghie
- L'evoluzione del concetto "Beauty from within"
- Impatto della comunicazione digitale e dei social media sulla percezione degli integratori

MODULO 1. Nutrizione e Integrazione nelle Fasi dello Sviluppo: Approcci Personalizzati per la Crescita e la Salute dei Giovani

La salute dei bambini e degli adolescenti dipende da un approccio nutrizionale mirato che supporti la crescita fisica e cognitiva. Questo modulo si concentrerà sulle evidenze cliniche riguardanti le necessità nutrizionali specifiche e l'integrazione per gestire intolleranze e diete speciali, con uno sguardo sulle soluzioni personalizzate basate sulle ultime scoperte scientifiche.



Lezione 2 (120 min)

Integrazione nei neonati e nei bambini piccoli: fasi cruciali dello sviluppo

- Nutrienti essenziali durante l'allattamento: supporto all'allattamento al seno e artificiale
- Omega-3, vitamina D e probiotici: supporto per il sistema nervoso e la funzione immunitaria
- Approccio nutrizionale integrato per neonati e bambini: nuove evidenze e soluzioni innovative

L' Integrazione nell' adolescenza: energia, prestazioni cognitive e benessere

- Supporto alla crescita, la gestione della pubertà, le prime attività sportive
- Integratori per migliorare concentrazione, memoria e prestazioni cognitive durante l'adolescenza
- Supporto psicologico: nutraceutici per la gestione dello stress scolastico, ansia e disturbi dell'umore

Integrazione per intolleranze, allergie e diete speciali nei bambini e adolescenti

- Intolleranze alimentari: supporto della digestione, assimilazione e integrazione in caso di carenze
- Allergie alimentari, supporto del sistema immunitario e riduzione dell'infiammazione
- Diete speciali nei bambini: approccio nutrizionale per diete vegane, gestione del peso e disturbi alimentari

Il futuro degli integratori per l' infanzia: Innovazione, Personalizzazione e Sostenibilità

- Personalizzazione dell'integrazione: test genetici e nutrigenomici per supporto nutrizionale personalizzato
- Tecnologie emergenti nella formulazione degli integratori: nuove formulazioni per neonati e bambini
- Sostenibilità: innovazioni nel packaging eco-friendly e l'utilizzo di ingredienti biologici e sostenibili

MODULO 1. Integrazione e Healthy Aging: Nutrizione per il Benessere Cardiovascolare e Cognitivo negli Anziani

L'invecchiamento comporta cambiamenti fisiologici e metabolici che influenzano l'assorbimento e il fabbisogno di nutrienti. Il modulo esplora l'importanza dell'integrazione per la salute cardiovascolare, articolare e cognitiva negli over 50.

Verranno approfonditi i nutrienti essenziali per la prevenzione di malattie croniche e il miglioramento della qualità della vita, con un focus su integratori per la salute del cuore, delle ossa e per il benessere cognitivo. Il modulo evidenzia le più recenti evidenze scientifiche e le nuove formulazioni per il supporto nutrizionale in età avanzata.

Lezione 3 (120 min)

Integrazione nutrizionale nella prevenzione cardiovascolare negli over 50



- Fabbisogni nutrizionali e cambiamenti metabolici nella popolazione over 50
- Evidenze cliniche sull'uso di omega-3, vitamine e micronutrienti nella prevenzione cardiovascolare
- Personalizzazione dell'integrazione e nuove formulazioni nutraceutiche

Integrazione per la salute articolare e ossea in terza età

- Cambiamenti fisiologici e fabbisogni nutrizionali nella terza età
- Strategie nutrizionali per il supporto della mobilità e la prevenzione della degenerazione articolare
- Integrazione nella prevenzione dell'osteoporosi e nel mantenimento della densità minerale ossea

Integrazione e modulazione del sistema immunitario nell'invecchiamento

- L'importanza degli integratori quando il sistema immunitario si indebolisce con l'età
- Il ruolo di vitamine, minerali e probiotici nella modulazione della risposta immunitaria
- Il processo di inflamm-aging e gli integratori specifici

Integrazione nutrizionale e salute cognitiva nell'aging

- Strategie nutrizionali per il mantenimento della funzione cognitiva e della memoria
- Evidenze scientifiche sui composti nootropici nella protezione neuronale
- Supporto dell'umore e benessere psicologico degli anziani

MODULO 1. Gestione Integrata delle Intolleranze Alimentari: Approccio Personalizzato e Soluzioni Nutrizionali Avanzate

Le intolleranze alimentari sono in aumento e richiedono un approccio integrato che unisca diagnosi precisa e soluzioni nutrizionali mirate. Questo modulo esplorerà gli approcci personalizzati per la gestione delle intolleranze, supportati da nuove formulazioni di integratori che rispondono alle esigenze specifiche dei pazienti.

Lezione 4 (120 min)

Comprendere le intolleranze alimentari

- Le intolleranze alimentari più comuni, differenze con le allergie
- Sintomi diffusi, diagnosi mancate: il paradosso delle intolleranze
- Implicazioni cliniche e gestione terapeutica delle intolleranze

Integratori per la gestione delle intolleranze al lattosio

- Enzimi digestivi: ruolo nell'indirizzare l'intolleranza al lattosio e migliorare la digestione
- Probiotici e prebiotici per la salute intestinale e la modulazione della flora microbica
- Nuove formulazioni e sostituti del lattosio: approcci nutrizionali e innovazioni nel settore

Integratori per la gestione della celiachia e della sensibilità al glutine

- Gestione dietetica per la celiachia: prevenzione delle carenze nutrizionali e monitoraggio clinico



- Micronutrienti chiave per i pazienti celiaci: fibre, vitamine B, ferro e calcio
- Integrazione innovativa per la protezione intestinale e la gestione del glutine consumato accidentalmente

Approccio personalizzato alla gestione delle intolleranze alimentari con integratori

- Medicina personalizzata: importanza della diagnosi accurata e scelta mirata degli integratori
- Nutrigenomica: l'utilizzo di integratori personalizzati basati sul profilo genetico e microbiotico
- Nuove formulazioni e tecnologie avanzate per il trattamento delle intolleranze alimentari

MODULO 2. Integrazione per la Performance e il Recupero: Soluzioni Nutrizionali per Ottimizzare le Prestazioni degli Atleti

L'integrazione nello sport deve essere guidata da evidenze scientifiche e obiettivi specifici di performance, recupero e prevenzione degli infortuni.

Il modulo esplora l'importanza dei macro e micronutrienti per il supporto energetico, la rigenerazione muscolare e la performance mentale. Verranno analizzati anche i nuovi trend, come l'utilizzo di adattogeni, molecole nootropiche e psicobiotici per migliorare la resistenza mentale e il controllo emotivo durante le competizioni.

Lezione 1 (120 min)

Integrazione per l'inizio, i l durante e i l post- allenamento degli atleti

- Supporto degli sportivi durante le fasi di preparazione e prevenzione degli infortuni prima degli allenamenti
- Macro e micronutrienti utili per i l supporto energetico durante la performance
- Recupero muscolare e rigenerazione post- allenamento

Integrazione per la composizione corporea e i l metabolismo degli sportivi

- Integratori termogenici, creatina, L- carnitina, CLA, BCAA... lo stato dell'arte
- per la composizione corporea: moda o reale necessità?
- Novità nel mondo dello sport

La performance mentale: concentrazione e resistenza alla fatica

- Uso degli adattogeni per migliorare la resistenza mentale, ridurre lo stress e la fatica psicologica
- L- teanina e caffeina per la lucidità mentale e i l controllo emotivo negli atleti
- Nuovi integratori per i l supporto mentale: molecole nootropiche e psicobiotici

Utilità dei pasti sostitutivi per gli sportivi professionisti e non

- I sostituti del pasto come supporto al recupero post- allenamento
- I pasti sostitutivi alleati di una dieta ipocalorica per la riduzione del peso corporeo
- Innovazioni nel mercato dei pasti sostitutivi



MODULO 2. Controllo del Peso e Metabolismo: Strategie Nutrizionali Avanzate e Integrazione per il Benessere

Il controllo del peso è un aspetto cruciale per il benessere generale e la prevenzione di numerose patologie croniche, come quelle cardiovascolari e metaboliche. La gestione del peso corporeo richiede un approccio integrato che combini nutrizione, attività fisica e integrazione mirata.

Il modulo esplora le più recenti evidenze scientifiche relative agli integratori che possono supportare la gestione del peso, con un focus sulle nuove formulazioni e terapie avanzate. Saranno approfonditi i meccanismi metabolici legati all'aumento di peso, le soluzioni per il controllo dell'appetito e l'efficacia degli integratori termogenici, nonché il ruolo dei probiotici nella gestione del metabolismo e del bilancio energetico.

Lezione 2 (120 min)

Fisiologia del peso corporeo: metabolismo, nutrizione e regolazione ormonale

- Ruolo dei macronutrienti nel metabolismo energetico e nel bilancio calorico
- Regolazione ormonale del peso corporeo (insulina, leptina, grelina e GLP-1)
- Integrazione nutrizionale nel supporto alla gestione del peso

Integratori per la gestione del peso: evoluzione e prospettive future

- Evidenze cliniche sugli integratori termogenici e modulazione del metabolismo
- Strategie nutrizionali e integratori per la regolazione dell'appetito e della sazietà
- Integrazione per la composizione corporea: modulazione della massa magra e della massa grassa

Proteine e composizione corporea nella gestione del peso

- Alimenti arricchiti in proteine: rationale nutrizionale ed evidenze scientifiche
- Fonti proteiche e integrazione proteica: benefici e limiti clinici
- Innovazione nelle proteine funzionali e sostenibilità nutrizionale

Il futuro della gestione del peso: personalizzazione e nuove strategie terapeutiche

- Nuovi farmaci anti-obesità e integrazione nutrizionale di supporto
- Microbiota intestinale e ruolo dei probiotici nella regolazione metabolica
- Nuove formulazioni nutraceutiche e approcci personalizzati nella gestione del peso

MODULO 2. Supporto Nutrizionale alla Fertilità: Integrazione Mirata per la Salute Riproduttiva Maschile e Femminile

La fertilità è influenzata da molteplici fattori nutrizionali e metabolici che giocano un ruolo cruciale nel migliorare le possibilità di concepimento. Il supporto nutrizionale può essere



determinante per ottimizzare la salute riproduttiva, sia femminile che maschile, agendo su carenze nutrizionali e squilibri ormonali.

Il modulo esplora le più recenti evidenze scientifiche e le innovazioni in ambito nutrizionale, con un focus sulle soluzioni integrate per supportare la fertilità in base alle specifiche necessità individuali.

Lezione 3 (120 min)

Fondamenti della fertilità: nutrienti essenziali per la salute riproduttiva

- Fisiologia della fertilità femminile e fattori nutrizionali coinvolti
- Fisiologia della fertilità maschile e qualità del liquido seminale
- Evidenze scientifiche sui meccanismi nutrizionali di supporto alla fertilità

Integratori per la fertilità femminile

- Antiossidanti, omega-3, inositolo, acido folico & Co: alleati per la salute ovarica
- Integrazione nutrizionale nei principali disordini endocrino-metabolici femminili (es. PCOS)
- Nuove evidenze sugli integratori nel supporto alla riserva ovarica e alla qualità ovocitaria

Integratori per la fertilità maschile

- Micronutrienti e nutraceutici nella qualità spermatica: zinco, selenio, carnitina e antiossidanti
- Ruolo dello stress ossidativo e delle strategie nutrizionali nella fertilità maschile
- Nuovi composti nutraceutici: spermidina, peptidi bioattivi e molecole emergenti

Approccio personalizzato all'integrazione nella fertilità

- Approccio nutrizionale e integrazione personalizzati attraverso test genetici
- Nutrigenomica e fertilità: integrazione basata sul profilo genetico e ormonale
- Integratori mirati per specifiche carenze nutrizionali, attraverso test del microbioma intestinale

MODULO 2. Probiotici e Microbiota: Innovazioni per la Salute Immunitaria, Digestiva e Mentale

Il microbiota rappresenta una delle frontiere più innovative della nutraceutica. I probiotici svolgono un ruolo fondamentale nel mantenimento della salute intestinale, ma anche nella modulazione del sistema immunitario e nella salute mentale.

Il modulo esplora le evidenze scientifiche sui probiotici personalizzati, simbiotici e psicobiotici, con un focus sull'interazione intestino-cervello e sulle nuove formulazioni avanzate. Verranno analizzate le applicazioni cliniche dei probiotici nella prevenzione e nel trattamento di disturbi gastrointestinali, nonché il loro impatto sul benessere psicologico e sulla risposta immunitaria.



Lezione 4 (120 min)

Probiotici del futuro: innovazioni e prospettive

- Probiotici personalizzati, simbiotici e postbiotici: approcci innovativi e applicazioni cliniche
- Probiotici ingegnerizzati: la genetica al servizio del microbiota modulation
- Psicobiotici e next generation probiotics Nuove formulazioni

Probiotici e salute mentale: la connessione intestino- cervello

- Come il microbioma può influenzare la funzione cerebrale tramite il nervo vago
- Nuovi studi sull'efficacia di alcuni probiotici su umore, ansia, depressione e stress
- Prospettive future per i psicobiotici nel trattamento dei disturbi psicologici e neuropsichiatrici

Probiotici per la salute immunitaria: protezione contro infezioni e malattie autoimmuni

- Ruolo dei probiotici nella modulazione della risposta immunitaria e prevenzione di malattie autoimmuni
- Nuovi ceppi probiotici in medicina preventiva e gestione delle infiammazioni croniche

Applicazioni cliniche dei probiotici nel supporto immunologico

Probiotici e salute digestiva: novità nella prevenzione e trattamento di disturbi gastrointestinali

- Probiotici e nutrizione: i nuovi simbiotici per migliorare l'efficacia terapeutica
- Gestione di disbiosi, diarrea, costipazione e sindrome dell'intestino irritabile (IBS)
- Formulazioni probiotiche avanzate per ottimizzare la biodisponibilità e durata d'azione nel tratto gastrointestinale

MODULO 2. Longevità e Nutrizione: Strategie Personalizzate per il Benessere e la Salute a Lungo Periodo

La longevità è oggi un obiettivo centrale della medicina preventiva. Il modulo esplora le strategie nutrizionali e l'integrazione per supportare una vita sana e lunga, analizzando l'efficacia degli integratori nel contrastare gli effetti dell'invecchiamento.

Sarà approfondito il ruolo degli antiossidanti, degli antinfiammatori e dei probiotici, con particolare attenzione alle diete delle Blue Zones, che evidenziano i benefici di un'alimentazione equilibrata per la salute a lungo termine. Il modulo esaminerà anche le terapie avanzate come la nutrigenomica, che permette di personalizzare l'approccio nutrizionale in base al profilo genetico, per ottimizzare la longevità.

Lezione 5 (120 min)

Introduzione alla longevità: fattori biologici e ruolo degli integratori

- Fattori che influenzano la longevità: genetica, ambiente, alimentazione, attività fisica e salute mentale
- "Healthy longevity": trend o evidenza scientifica?



- Ruolo e opportunità nel mondo degli integratori e degli alimenti fortificati

I principali integratori per rallentare l' invecchiamento

- Antiossidanti e antinfiammatori
- Integratori per la salute metabolica e cardiovascolare
- Probiotici, integratori per la riparazione del DNA e altre novità del settore

Longevità e nutrizione

- Diete delle Blue Zones e diete della longevità
- Integrazione per supportare la restrizione calorica e il digiuno
- Il ruolo delle proteine e degli aminoacidi nella longevità

Personalizzazione e innovazione

- Nutrigenomica e integrazione personalizzata per la longevità
- Terapie avanzate (metformina, NAD+, rapamicina...)
- Gli approcci pseudoscientifici e la speculazione sulla longevità

