

## **Alimentazione, nutraceutica e fitoterapia in psicologia**

### **Modalità**

Asincrona

### **Crediti ECM**

- Nessuno

### **Costo**

- Soci SIPNEI in regola con l'iscrizione
  - Gratuito
- Soci AIMF in regola con l'iscrizione
  - Gratuito
- Professionisti:
  - Singolo incontro: 40,00 € + IVA
  - Tutti i 3 incontri: 80,00 € + IVA
- Studenti, specializzandi e tirocinanti (inviare attestazione del proprio stato):
  - Singolo incontro: 25,00 € + IVA
  - Tutti i 3 incontri: 50,00 € + IVA

### **Descrizione del corso**

Il corso rappresenta il secondo seminario tenuto nel 2021 dalla SIPNEI (Società Italiana di Psico-Neuro-Endocrino-immunologia) per celebrare i 20 anni di attività scientifica, organizzato assieme all'AIMF (Associazione Italiana di Medicina Funzionale).

Le lezioni, che hanno coinvolto 9 docenti, affrontano un tema di grande attualità e centrale per la medicina integrata, in particolare per la psicologia integrata: l'influenza del corpo sulla psiche. Sono ormai preponderanti le evidenze che mostrano che lo stato fisico dell'organismo, inteso come, ad esempio, la presenza di macro- e micronutrienti nelle giuste quantità oppure i livelli di infiammazione, possano influenzare in maniera importante l'attività cerebrale e, di conseguenza, il vissuto psichico, dalle capacità di ragionamento alle emozioni, dalla gestione dello stress fino ai sogni.

Di conseguenza, non è più possibile, per chiunque si occupi di salute mentale, non mettere al centro la salute del corpo e non collaborare con professionisti che si occupino di mantenere il corpo in salute, da chi si occupa di nutrizione a chi si occupa di integrazione fitoterapica, e non solo.

Ampio spazio è poi dato allo studio del neurosviluppo a partire dall'inizio della vita, per comprendere come, alla luce dell'epigenetica, la salute adulta si fonda sulle esperienze e la salute fetale ed infantile.



**ACCADEMIA  
MIBES**  
Medicina Integrata  
Benessere e Salute

Il programma delle lezioni è il seguente:

- Primo incontro
  - La mente infiammata | Francesco Bottaccioli
  - Terapie naturali dell'infiammazione | Carlo Maggio
  - Sonno, sogni e disturbi | Francesco Bottaccioli
  - Nutraceutica e fitoterapia | Carlo Maggio
- Secondo incontro
  - Ansia e depressione | Laura Vaccaro
  - La nutrizione | Emanuela Ferrari
  - Nutraceutica e fitoterapia | Paolo Mariconti
- Terzo incontro
  - Prime fasi della vita | Ornella Righi
  - Alimentazione e nutraceutica delle prime fasi della vita | Vera Gandini
  - Epigenetica del neurosviluppo | Eleonora Lombardi Mistura
  - Nutraceutica dei disturbi del neurosviluppo | Rosario Savino

### ***Requisiti per partecipare***

Il corso è aperto a tutti professionisti in ambito sanitario, dai medici agli psicologi, e del mondo della salute, delle terapie complementari e del benessere.

È rivolto in particolare ai professionisti della psiche, ai neuropsichiatri e a chi si occupa di nutrizione e nutraceutica.

### ***Finalità e obiettivi del corso***

Lo scopo del corso è sottolineare il legame fra lo stato di salute del corpo e lo stato di salute della mente, mostrando come queste due "entità" siano in continua e strettissima collaborazione. In particolare, tramite i vari incontri si vuole:

- sensibilizzare i professionisti della psiche sull'importanza che ha il corpo nel trattare i disturbi mentali e, quindi, di collaborare con altre figure professionali
- mostrare l'efficacia di una sana alimentazione e di un'integrazione tramite nutraceutici e fitoterapici opportunamente preparati in caso di disturbi dall'ansia alla depressione

Un secondo scopo del corso è mostrare le più recenti scoperte in tema di neurosviluppo e mostrare come, anche nei disturbi del neurosviluppo, l'alimentazione e la nutraceutica svolgano un ruolo essenziale per sostenere la salute e la buona regolazione dei network psico-neuro-endocrino-immunitari dei nostri bambini.

### ***Elementi distintivi e innovativi del corso***

Il corso è nato da una collaborazione fra la SIPNEI e l'AIMF, due realtà all'avanguardia nell'ambito della medicina integrata, nel definire le fondamenta scientifiche delle interazioni mente-corpo e nell'attuare strategie cliniche integrate per la gestione della salute corporea e psicologica.

Di conseguenza, accanto alla narrazione teorica delle più recenti evidenze scientifiche legate alla fisiopatologia del sonno, di disordini quali ansia e depressione e del neurosviluppo, il corso è estremamente ricco di indicazioni pratiche per migliorare la pratica clinica di tutti coloro che si occupano di psiche e neurosviluppo.



**ACCADEMIA  
MIBES**  
Medicina Integrata  
Benessere e Salute



Il programma, molto ricco, presenta relatori di altissimo livello: docenti universitari, clinici in ambito medico specialistico dalla cardiologia alla pediatria, psicologi, biologi, filosofi, nutrizionisti, neuropsichiatri.

Infine, grazie alla piattaforma "Accademia MIBES", i discenti entrano nella didattica formativa SIPNEI, una didattica ricchissima di contenuti scientifici, innovativa, costantemente aggiornata. Sarà possibile ricevere inviti ad eventi, discutere con altri discenti e con i docenti.

### ***Presentazione dei docenti (mini CV)***

Francesco Bottaccioli

- Filosofo della scienza, psicologo neuroscienze cognitive, direzione Master in Pnei Università dell'Aquila e di Torino, fondatore e presidente on. SIPNEI

Emanuela Ferrari

- Biologa nutrizionista, dottore di ricerca in biologia cellulare e molecolare, Università di Roma Tor Vergata, socia SIPNEI Lazio

Vera Gandini

- Medico specialista in Pediatria, coordinatrice Commissione SIPNEI Early Life

Eleonora Lombardi Mistura

- Medico specialista in pediatria, Commissione nazionale SIPNEI Early Life

Carlo Maggio

- Medico specialista in cardiologia membro del comitato scientifico AIMF-Health (Associazione Italiana di Medicina Funzionale - Health)

Paolo Mariconti

- Medico membro del comitato scientifico AIMF-Health (Associazione Italiana di Medicina Funzionale - Health)

Ornella Righi

- Medico specialista in Pediatria, Commissione nazionale SIPNEI Early Life

Rosario Savino

- Medico specialista in Neuropsichiatria infantile, ASL NA-1, Master II Livello in "Pnei e scienza della cura integrata", Università dell'Aquila, membro Commissione nazionale SIPNEI Early Life, coordinatore SIPNEI Campania, Napoli

Laura Vaccaro

- Psicologa psicoterapeuta, Commissione Nazionale SIPNEI Discipline Mentali



**ACCADEMIA  
MIBES**  
Medicina Integrata  
Benessere e Salute

## ***Programma dettagliato del corso***

Il corso dura 10 ore, 58 minuti e 28 secondi.

1. Primo incontro (3:44:36)
  - Introduzione | Francesco Bottaccioli (06:55)
  - La mente infiammata | Francesco Bottaccioli (49:53)
  - Terapie naturali dell'infiammazione | Carlo Maggio (53:51)
  - Sonno, sogni e disturbi | Francesco Bottaccioli (49:32)
  - Nutraceutica e fitoterapia | Carlo Maggio (46:31)
  - Discussione (17:54)
2. Secondo incontro (3:40:52)
  - Introduzione | Laura Vaccaro (01:35)
  - Ansia e depressione | Laura Vaccaro (1:01:22)
  - La nutrizione | Emanuela Ferrari (1:11:31)
  - Nutraceutica e fitoterapia | Paolo Mariconti (1:14:02)
  - Discussione (12:22)
3. Terzo incontro (3:33:00)
  - Introduzione | Ornella Righi (01:21)
  - Prime fasi della vita | Ornella Righi (47:23)
  - Alimentazione e nutraceutica delle prime fasi della vita | Vera Gandini (59:57)
  - Epigenetica del neurosviluppo | Eleonora Lombardi Mistura (1:03:28)
  - Nutraceutica dei disturbi del neurosviluppo | Rosario Savino (39:43)
  - Conclusioni | Ornella Righi (01:08)

