



ACCADEMIA DELLE ARTI ERBORISTICHE

Programmi Corsi e Moduli a.a. 2022

Corso di Specializzazione

Docenti: Francesca Morichetti, Giovanna Orlando

Durata: 16h teoria + 1 g. escursione

Nutraceutica e Microbiota:

L'alimentazione nella prevenzione e terapia delle patologie

PROGRAMMA - 8/05/2022 (TEORIA)

Dott.ssa Giovanna Orlando:

- L'essere vivente manifestazione dell'universo;
- Cibo: principio di salute o di malattia;
- S. Digerente e sue funzioni;
- Genesi del Microbiota intestinale;
- Microbiota: S. Immunitario e salute;
- Biodiversità ed Enterotipi;
- Paziente Mucose e Paziente PNEI;
- Allergie e intolleranze alimentari: differenza e diagnostica.

Dott.ssa Francesca Morichetti:

- I 5 Gruppi alimentari: caratteri generali della loro composizione chimica;
- La Dieta Mediterranea;
- Composizione nutrizionale degli alimenti:
Tabella di composizione nutrizionale degli alimenti, analisi dettagliata per alimento e nutriente;
- La Nutraceutica: composizione nutraceutica degli alimenti, effetti salutari e preventivi nei confronti di varie patologie;
- Le piante spontanee: La Fitoalimurgia. Le principali piante spontanee, caratteristiche botaniche, usi gastronomici e terapeutici.

Per qualsiasi informazione sui corsi, è possibile contattare la segreteria scrivendo a:

mail: info@accademiadelleartierboristiche.it / whatsapp: **+39 393 41 51 822**

Accademia delle Arti Erboristiche
Centro Studi e Ricerche

Via del Serafico n.1, 00142 Roma
www.accademiadelleartierboristiche.org



ACCADEMIA DELLE ARTI ERBORISTICHE

PROGRAMMA - 29/05/2022 (TEORIA)

Dott.ssa Francesca Morichetti:

- La nutraceutica come strumento primario di prevenzione e terapia delle patologie (Modello dieta mediterranea);
- Nutraceutica nella prevenzione delle patologie: acidi grassi essenziali, antiossidanti. Integratori, indicazioni per una loro corretta utilizzazione;
- Relazione tra nutrizione, invecchiamento e longevità;
- Interazione tra alimenti e geni;
- Nutrigenetica. Nutrigenetica e patologie: test genetici per evidenziare le predisposizioni, dieta preventiva, personalizzata, interventi nutrizionali nelle principali patologie;
- Nutrigenomica. Nutrizione e genoma, interazione dei nutrienti con l'espressione genetica. Meccanismi di regolazione dell'espressione genica;
- Epigenetica: fattori epigenetici che condizionano lo stato di salute.

PROGRAMMA - 5/06/2022 (ESCURSIONE)

- Breve excursus teorico e passeggiata naturalistica per riconoscimento e raccolta piante spontanee.