



# PROTEGGILA SALUTE CON NUTRIENTI E INTEGRATORI

Ritmi circadiani e alimentazione, assorbimento  
dei nutrienti, compenso integrativo

## CORSO FAD

**Destinatari:** tutti gli interessati

**Modalità:** FAD asincrona

**Docente:** Luciano LOZIO (Farmacista)

### PROGRAMMA

4 ore

- I cardini della salute e i principi per mantenerla
- Cibi da preferire e perché la normale nutrizione non è sufficiente
- Gli integratori e il loro significato nella nutrizione
- Nutrienti fondamentali per il benessere
- Proteine: differenze e assimilazione
- Zuccheri e Amidi: differenze e assimilazione
- Grassi: differenze e assimilazione
- I micronutrienti minerali
- Vitamine liposolubili e vitamine idrosolubili

**Resp. Scientifico:** dott.ssa Rossella Iantorno

>>> **Info:** 02.316790

>>> **Iscrizioni:** [www.intervisionitalia.com](http://www.intervisionitalia.com)



# RECUPERA LA SALUTE CON IL RIEQUILIBRIO INTESTINALE

Sistema immunitario intestinale, microbioma e nutrienti,  
relazioni tra intestino e organi

## CORSO FAD

**Destinatari:** tutti gli interessati

**Modalità:** FAD asincrona

**Docente:** Luciano LOZIO (Farmacista)

### PROGRAMMA 4 ore

- La funzione intestinale
- La funzione gastrica e il suo svuotamento
- La funzione duodenale e del tenue
- La funzione del cieco e del colon
- I sistemi di controllo delle funzioni digestive
- I batteri probiotici saprofiti e patogeni
- Squilibri batterici: disbiosi
- Coliti: cause e interventi non farmacologici
- Regolazioni metaboliche batteriche
- Probiotici intestino, sistema immunitario e sistema nervoso
- Intestino sede dell'inconscio, dell'istinto e dell'irrisolto

**Resp. Scientifico:** dott.ssa Rossella Iantorno

>>> **Info:** 02.316790

>>> **Iscrizioni:** [www.intervisionitalia.com](http://www.intervisionitalia.com)