



Strategie integrate per la salute immunitaria, non solo vitamine e minerali

Lunedì 25 gennaio 2027
13.30-15.00

Dott. Anna Zuppinì



Durata: 1,5 ore



Posti disponibili e iscrizione: I corsi sono a NUMERO CHIUSO e con PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA, inviando il modulo di iscrizione compilato e firmato in tutte le sue parti.



Modalità: I corsi si svolgeranno esclusivamente in diretta con modalità ON-LINE. Le lezioni NON SONO REGISTRATE.



Quota: Il costo per singolo incontro è di 35 euro (IVA inclusa) e di 210 euro (IVA inclusa) per l'intero percorso (7 incontri).
RICHIEDI LE CONDIZIONI ESCLUSIVE se sei partner Nutriva al tuo agente/informatore di zona.



Attestato: Al termine dell'intero percorso verrà rilasciato su richiesta un ATTESTATO DI PARTECIPAZIONE ai fini della compilazione del curriculum vitae.
Il corso NON rilascia crediti ECM.

Il **sistema immunitario** rappresenta la principale **barriera di difesa dell'organismo contro agenti patogeni esterni e alterazioni cellulari interne**. Il suo corretto funzionamento dipende da **molteplici fattori** legati allo stile di vita, tra cui alimentazione, attività fisica, qualità del sonno, gestione dello stress e corrette pratiche igieniche.

L'immunità innata e adattativa risultano spesso alterate nei disturbi dell'**asse microbiota-intestino-cervello**, asse che ha importanti implicazioni per la salute umana, tra cui la fisiologia gastrointestinale, la funzione cerebrale e il comportamento. Il sistema immunitario rappresenta una via di comunicazione fondamentale lungo questo asse, con il microbiota implicato nella neuroinfiammazione sia in condizioni di salute che di malattia. Studi recenti stanno anche identificando sempre di più l'influenza della **biologia circadiana** sia sul sistema immunitario che sul microbioma. L'immunità dell'ospite è un processo energeticamente dispendioso che richiede il coordinamento di una moltitudine di tipi cellulari per percepire e dirigere le risposte ai microrganismi. I meccanismi dell'orologio circadiano dell'ospite regolano lo sviluppo, la funzione e il traffico delle cellule immunitarie, variando la suscettibilità dell'ospite alla presenza microbica durante il ciclo. Non solo il microbiota intestinale segue i ritmi diurni dell'ospite, ma genera anche ritmi diurni nell'immunità innata che si sincronizzano con i ritmi alimentari dell'ospite per anticipare l'esposizione microbica.