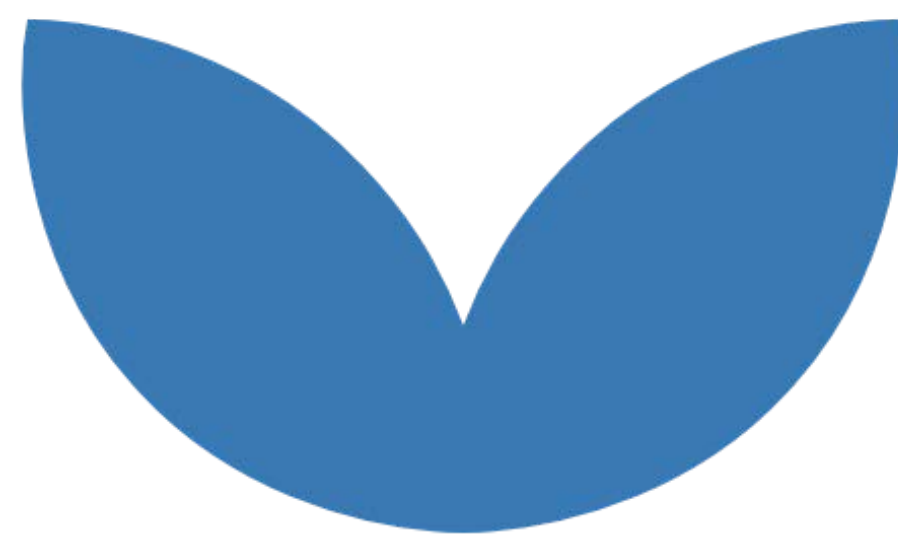


AIMF



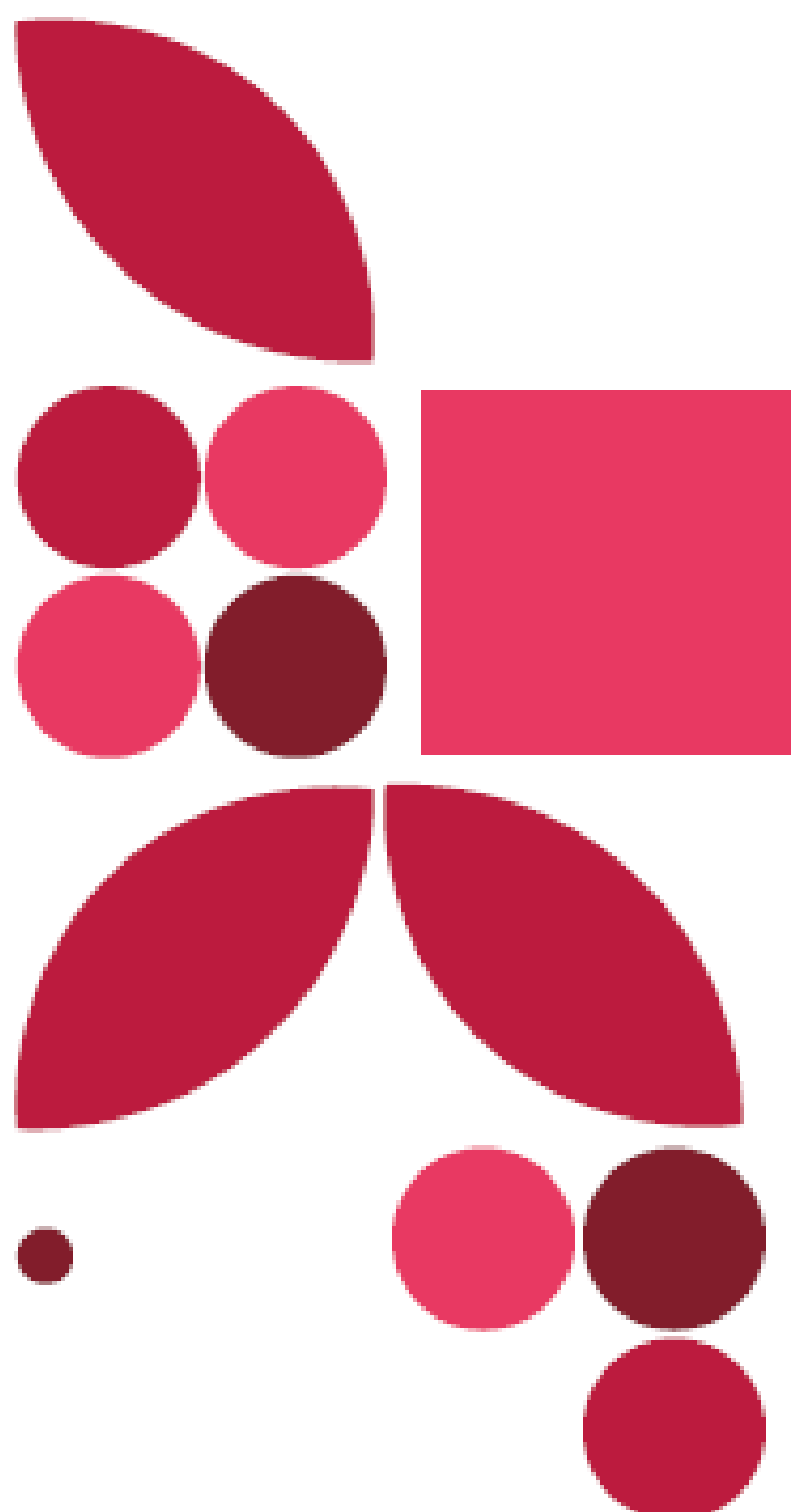
ASSOCIAZIONE ITALIANA
MEDICINA FUNZIONALE

Corso Avanzato Online

COME LO STRESS MODELLA LA SALUTE CARDIACA E MENTALE: STRATEGIE DI SALUTOGENESI IN MEDICINA FUNZIONALE

20

26





Un percorso di 6 videoregistrazioni + 1 webinar online per comprendere e modulare lo stress attraverso la Medicina Funzionale.

Un viaggio clinico ed emozionale che esplora il legame profondo tra cuore, cervello ed emozioni. Lo stress cronico può alterare la regolazione neurovegetativa, favorire patologie cardiologiche e accelerare il declino cognitivo. La Medicina Funzionale diventa la strategia per ripristinare l'equilibrio: stile di vita, fisiologia, nutrizione e gestione emotiva si integrano in un modello di cura moderno e personalizzato.

DOCENTI

- **Dott.ssa Serena Basile**, Psicologa, Psicoterapeuta, Psicotraumatologa
- **Dott.ssa Stefania Cataldo**, Cardiologa, docente AIMF Health
- **Dott.ssa Manuela Dursi**, Biologa Nutrizionista, docente AIMF Health
- **Dott.ssa Ida Ferrara**, presidente AIMF Health
- **Dott. Carlo Maggio**, Cardiologo, docente AIMF Health
- **Dott.ssa Nicoletta Rebaudengo**, Neurologa, docente AIMF Health
- **Dott.ssa Valentina Zipoli**, Neurologa, docente AIMF Health





RAZIONALE DEL CORSO

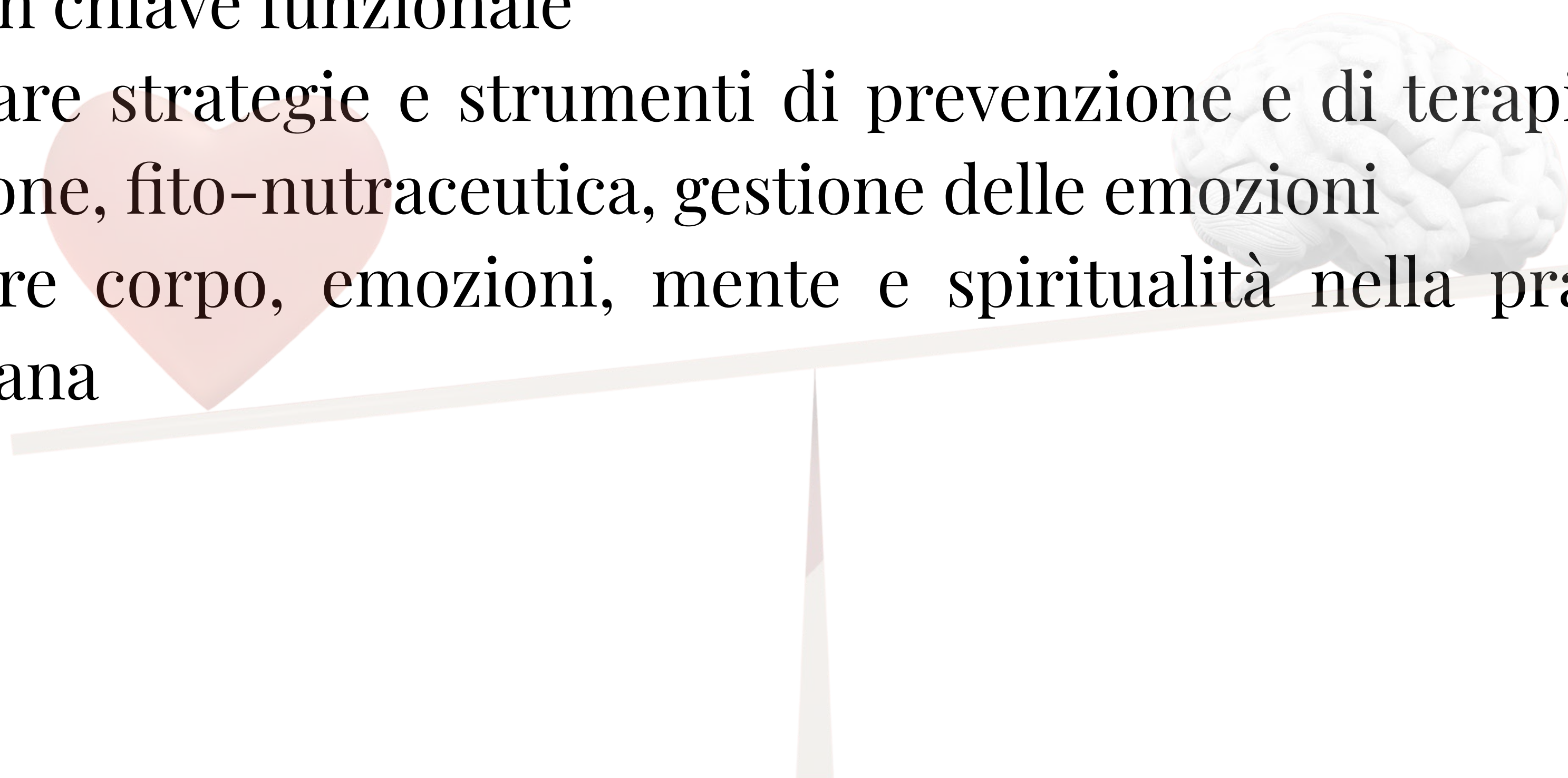
Il sistema nervoso e l'apparato cardiovascolare sono intimamente correlati. Il cuore e i vasi sono regolati dal sistema nervoso autonomo (simpatico e parasimpatico) che modula parametri fondamentali come la frequenza cardiaca, la pressione arteriosa e la gittata cardiaca.

Le disfunzioni neurovegetative influenzano profondamente la salute cardiovascolare e neurologica. Inoltre, i fattori di rischio di queste patologie sono in gran parte sovrapponibili: stress cronico, infiammazione, disturbi del sonno, alimentazione inadeguata e sedentarietà.

La Cardio-Neurologia e la Cardio-Psicologia esplorano le connessioni bidirezionali tra cuore, cervello ed emozioni. La Medicina Funzionale offre un modello che integra mente, corpo e spiritualità, fornendo strumenti per la prevenzione e la gestione clinica personalizzata. Gli obiettivi del corso sono incentrati sulla modulazione dello stress, modificando lo stile di vita e con integrazione di fito-nutraceutica e con tecniche comportamentali, anche per migliorare la qualità del sonno.

OBIETTIVI

- Comprendere l'interconnessione Cuore-Cervello dal punto di vista psicologico, neurofisiologico e funzionale
- Approfondire i meccanismi epigenetici, immunitari e neurovegetativi delle patologie cardiovascolari e neurologiche
- Saper valutare lo stress, la variabilità neurovegetativa, il sonno e gli stili di vita in chiave funzionale
- Imparare strategie e strumenti di prevenzione e di terapie integrate: nutrizione, fito-nutraceutica, gestione delle emozioni
- Integrare corpo, emozioni, mente e spiritualità nella pratica clinica quotidiana





PROGRAMMA

1° LEZIONE – Il legame Cuore-Cervello: basi neurofisiologiche e cliniche (80 MINUTI DI VIDEOREGISTRAZIONE)

DISPONIBILE DAL 06 MARZO 2026

- Fisiologia dell'interconnessione Cuore-Cervello (*dott.ssa Stefania Cataldo*)
- Ruolo del sistema nervoso autonomo nella regolazione cardiovascolare (*dott. Carlo Maggio*)
- Disautonomia e decadimento cognitivo con approccio funzionale (*dott.ssa Valentina Zipoli*)
- Ansia e depressione: visione funzionale integrata (*dott.ssa Nicoletta Rebaudengo*)

2° LEZIONE – Epigenetica e sistema immunitario: il linguaggio biologico della connessione (80 minuti di videoregistrazione)

DISPONIBILE DAL 13 MARZO 2026

- Meccanismi epigenetici nello sviluppo delle patologie cardio-neurologiche (*dott.ssa Ida Ferrara*)
- Infiammazione cronica di basso grado e asse immuno-neuro-cardiaco (*dott. Carlo Maggio*)
- Stile di vita, fattori ambientali, stress e alimentazione come modulanti dell'espressione genica (*dott.ssa Manuela Dursi*)
- Strategie pratiche per la prevenzione delle malattie neurodegenerative (*dott.ssa Nicoletta Rebaudengo*)





PROGRAMMA

3° LEZIONE – Stress e modulazione neurovegetativa: palpitazioni, variabilità pressoria e HRV (80 minuti di videoregistrazione)

DISPONIBILE DAL 20 MARZO 2026

- Fisiologia dello stress acuto e cronico (*dott.ssa Stefania Cataldo*)
- HRV (Heart Rate Variability), palpitazioni e variabilità pressoria (*dott. Carlo Maggio*)
- Tecniche di regolazione neurovegetativa (respirazione e mindfulness) (*dott.ssa Valentina Zipoli*)
- Interpretazione funzionale dei parametri di laboratorio in relazione allo stress (*dott.ssa Stefania Cataldo*)

4° LEZIONE – Il sonno e la cardio-neurologia: valutazione e intervento funzionale (80 minuti di videoregistrazione)

DISPONIBILE DAL 27 MARZO 2026

- Meccanismi neurobiologici del sonno (*dott.ssa Nicoletta Rebaudengo*)
- Relazioni tra disturbi del sonno, infiammazione e rischio cardiovascolare (*dott. Carlo Maggio*)
- Valutazione funzionale del sonno (*dott.ssa Valentina Zipoli*)
- Interventi pratici: igiene del sonno e strategie integrative (*dott.ssa Stefania Cataldo*)

5° LEZIONE – Nutrizione, attività fisica e integrazione per la salute cardiovascolare e neurologica (80 minuti di videoregistrazione)

DISPONIBILE DAL 03 APRILE 2026

- Diete e benessere in cardio-neurologia (*dott. Carlo Maggio*)
- Nutrienti essenziali per il benessere neuro-cardiaco (*dott.ssa Stefania Cataldo*)
- Prevenzione attraverso alimentazione e attività fisica (*dott.ssa Manuela Dursi*)
- Nutrizione funzionale personalizzata: casi pratici (*dott.ssa Manuela Dursi*)





PROGRAMMA

**6° LEZIONE – Mente, emozioni e spiritualità nella salute funzionale
(80 minuti di videoregistrazione)**

DISPONIBILE DAL 10 APRILE 2026

- Neuroscienze delle emozioni (*dott.ssa Valentina Zipoli*)
- Emozioni, aritmie e patologie cardiovascolari (*dott. Carlo Maggio*)
- Malattie cardiovascolari e significati personali (*dott.ssa Serena Basile*)
- Traumi psichici e cuore (*dott.ssa Serena Basile*)

**WEBINAR ONLINE – Take Home Messages – Mantieni il cervello in salute
Nutrizione e integrazione funzionale**

LUNEDÌ 20 APRILE 2026 DALLE ORE 20.30 ALLE ORE 22.30

- Tecnica di respirazione (*dott.ssa Stefania Cataldo*)
- Il sonno come “allenamento” rigenerante (*dott. Carlo Maggio*)
- Gestione dello stress (ansia e depressione), rapporto operatore sanitario paziente (*dott.ssa Serena Basile*)
- Prevenzione del decadimento cognitivo (*dott.ssa Valentina Zipoli*)
- Mantieni il cervello in salute (*dott.ssa Nicoletta Rebaudengo*)
- Nutrizione e integrazione funzionale (*dott.ssa Manuela Dursi*)



STRUTTURA DEL CORSO



- 6 videoregistrazioni + 1 webinar online (la cui registrazione verrà inserita nella Piattaforma FAD) + slide + dispense dei docenti + articoli scientifici
- Rivolto a medici, farmacisti, biologi e altre professioni sanitarie
- Bibliografia scientifica aggiornata
- Attestato di partecipazione del percorso complessivo rilasciato a chi frequenta almeno il 75% delle ore complessive
- Akesios Group Provider ECM n°403 ha conferito al corso 50 crediti accreditandolo per tutte le professioni sanitarie

QUOTA CORSO

Tariffa Standard € 200,00 (Iva inclusa)

Soci Aimf Health Gratuito

ISCRIVITI

Quota associativa AIMF HEALTH:

€ 50,00

PER LA SOLA QUOTA ASSOCIATIVA:

Bonifico bancario a favore di **Associazione Italiana Di Medicina Funzionale Health**
Qonto (Olinda SAS, filiale Italiana), via Torino 2, Milano, Italia

IBAN - IT40 N360 9201 6005 6962 6826 640

Causale: "nome + cognome + quota associativa"

PER LA TARIFFA DI ISCRIZIONE AL CORSO:

Bonifico bancario a favore di **Akesios Group srl**

Banca Unicredit

IBAN - IT38E0200812710000105602070

Causale: "cognome + corso Cuore Cervello"



Segreteria scientifica

Associazione Italiana di Medicina Funzionale

🌐 aimfhealth.com

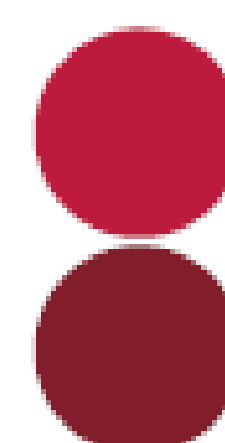
✉ info@aimfhealth.com

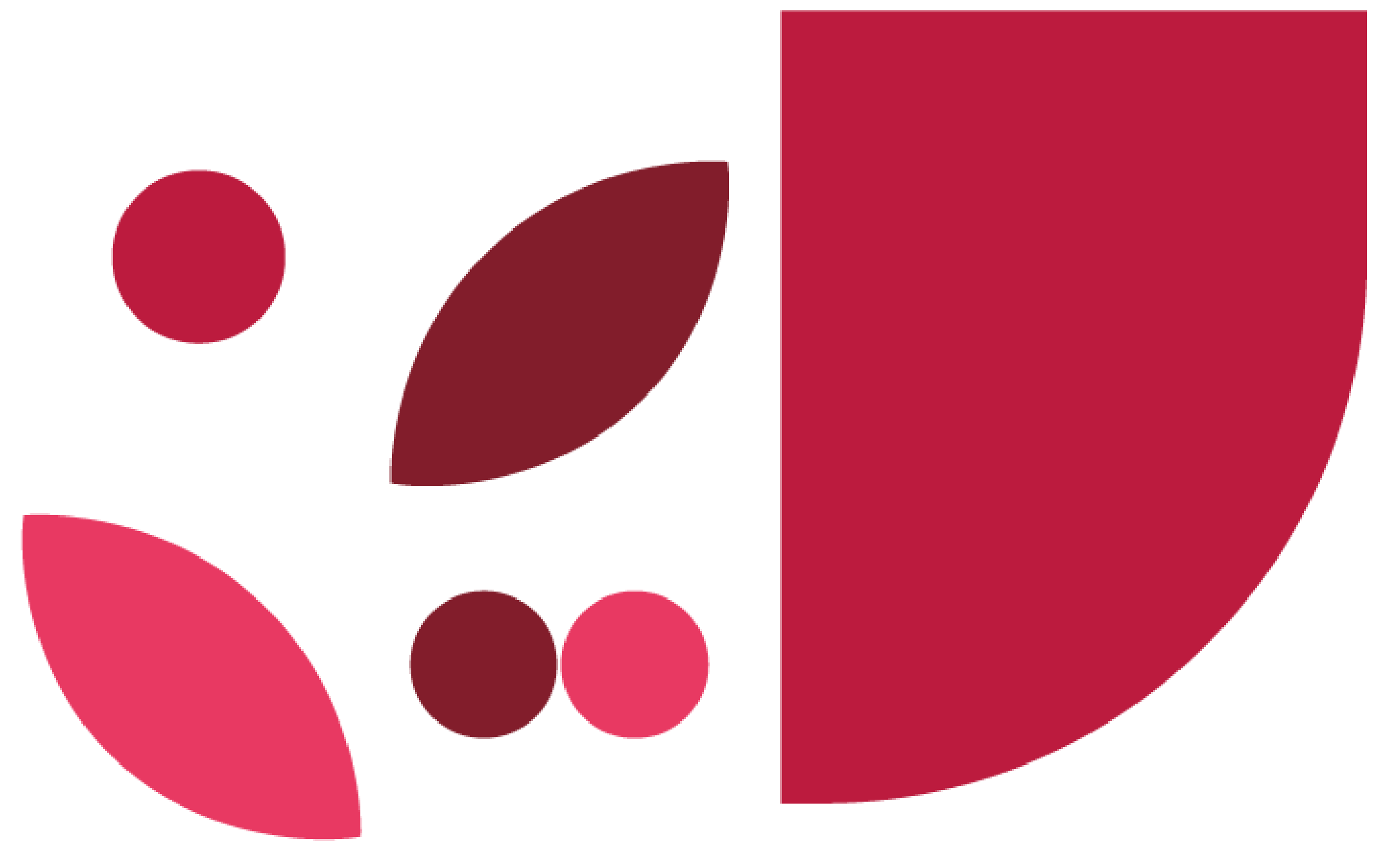


Segreteria organizzativa e Provider ECM

Akesios Group SRL

✉ info@akesios.it





Si ringrazia per il contributo non condizionante l'attività ECM:



PEKANA[®]

Basica[®]

distribuito in Italia da

CAGN[✿]LA