

INFIAMMAZIONE E SARCOPENIA



La composizione corporea negli anziani presenta sostanziali variazioni che si sono verificate con il passare degli anni. La propensione ad aumentare la massa grassa con l'età è aggravata dalla tendenza mondiale verso l'obesità e verso il diabete. Parallelamente, l'invecchiamento comporta una riduzione della massa muscolare scheletrica, definita sarcopenia senile. Le pessime abitudini degli ultimi decenni sono caratterizzate da tre elementi: eccessivo introito calorico, alimentazione povera di nutrienti e ricca di "cibi spazzatura" e sedentarietà. Questa combinazione di fattori, associata ad altri elementi, contribuisce all'insorgenza dell'obesità sarcopenica, in cui "convivono" un eccesso di massa grassa e una riduzione della muscolatura scheletrica. Sono presenti anche importanti fenomeni

SEDI E DATE

PREGANZIOL (TV) - 30 MARZO 2019

HOTEL CRYSTAL

Via Baratta Nuova, 1 - Tel 0422.63.08.13

LAVIS (TN) - 22 GIUGNO 2019

HOTEL SARTORI'S

Via Nazionale, 33 - Tel 0461.24.65.63



ORARI:

9.00 - 13.00 | 14.00 - 17.00

di infiammazione cronica silente, di basso grado e di stress ossidativo, con marcato accumulo di grasso nei muscoli. Per i pazienti affetti da obesità sarcopenica è spesso utile un approccio che tenda a ripristinare le normali funzioni fisiologiche piuttosto che ricorrere alla somministrazione di farmaci. Una soluzione naturale viene proposta dalla Medicina Funzionale Regolatoria: modulare il sistema neurovegetativo e il sistema endocrino, combattere l'infiammazione cronica, lo stress ossidativo e rimuovere i campi di disturbo (stressor). Tutto questo si realizza tramite diverse modalità terapeutiche: nutrizione funzionale, esercizio fisico mirato, impiego di nutraceutici e fitoterapici, tecniche di modulazione neurovegetativa e miglioramento delle connessioni psiche-soma.

CORSO GRATUITO PER I SOCI SIMF

Quota corso NON SOCI: € 30,00 (IVA inclusa)

**Quota associativa SIMF valida per un anno:
€ 50,00 (include 4 corsi gratuiti)

- TUTTI I CORSI VERRANNO ATTIVATI AL RAGGIUNGIMENTO MINIMO DI 15 ISCRITTI.

- Per motivi organizzativi è pertanto indispensabile l'iscrizione, confermata da pagamento anticipato della quota, almeno 20 giorni prima della data dell'evento.

- Per iscrizioni:

Fax 039.5788057 - federica.biffi@simf.it - www.simf.it

- **Modalità di pagamento:** vedi norme generali e iscrizioni a fondo libretto

