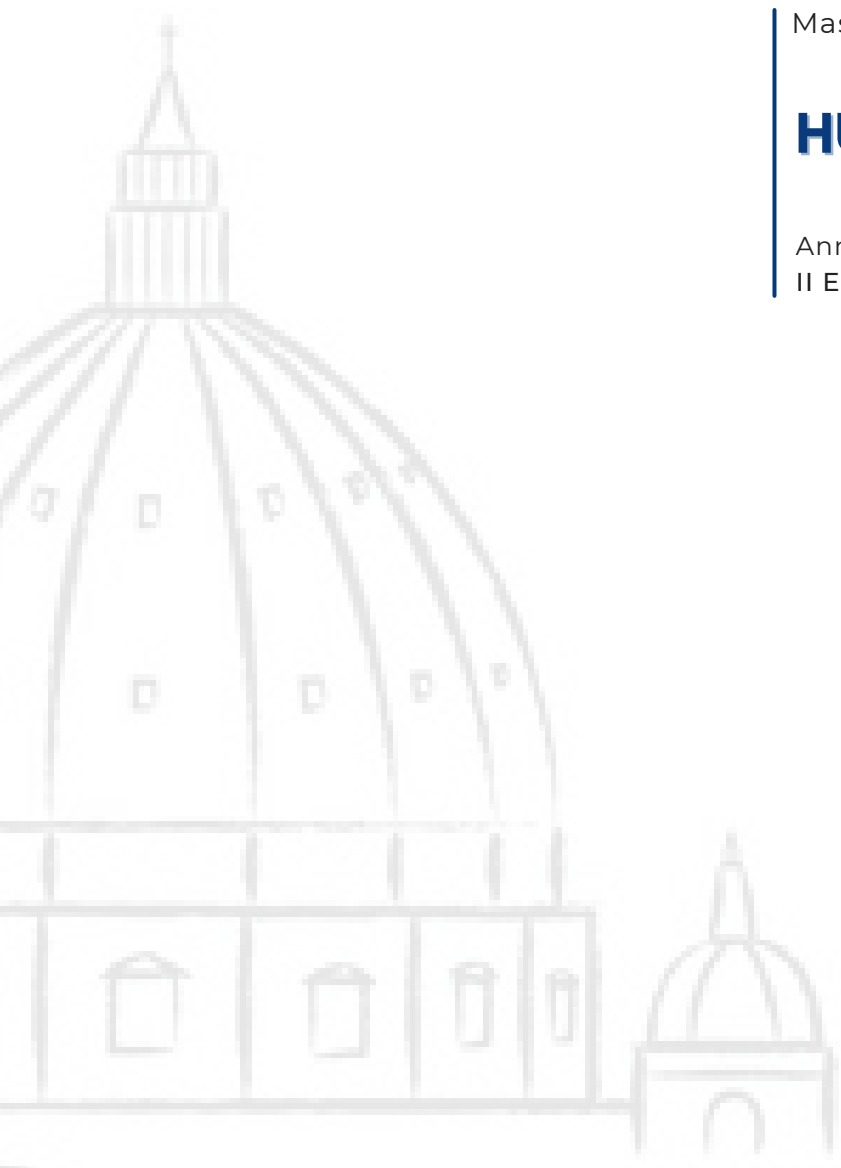


Master universitario II livello

HUMAN LONGEVITY

Anno Accademico 2025-2026
II Edizione



Accordi e collaborazioni:



DIRETTORI

Prof. Ennio Tasciotti
Prof. Massimiliano Caprio

VICEDIRETTORE ESECUTIVO

Prof. Alessandro Gelli

DIRETTORE ORGANIZZATIVO

Dott. Antonio Attianese

COMITATO SCIENTIFICO

Prof. Vito D'Andrea
Prof. Francesco Salvatore
Prof. Giovanni Scapagnini
Prof. Nicola Illuzzi
Dott. Vincenzo Aloisantonio
Prof. Mauro Serafini
Prof. Antonello Bonci

OBIETTIVI

Il Master si propone di offrire una formazione multidisciplinare avanzata sul processo di invecchiamento, combinando solide basi scientifiche con applicazioni cliniche e pratiche, per formare professionisti capaci di promuovere una vita lunga, sana e attiva.

- **Formazione multidisciplinare con applicazioni pratiche.** Fornire una preparazione completa e integrata sui meccanismi dell'invecchiamento e sulle strategie per favorire longevità e benessere, unendo conoscenze teoriche e competenze cliniche operative.
- **Analisi delle basi scientifiche dell'invecchiamento.** Approfondire i fondamenti scientifici del processo di invecchiamento, studiandone la biochimica, la genetica, e i meccanismi cellulari e molecolari che ne sono alla base.
- **Prevenzione e promozione della salute.** Promuovere pratiche preventive e strategie di salute in grado di rallentare l'insorgenza delle malattie e migliorare la qualità della vita degli anziani, con particolare attenzione alla prevenzione primaria e secondaria.
- **Strategie nutrizionali per la longevità.** Analizzare il ruolo della nutrizione nella promozione della salute e nella prevenzione delle patologie legate all'età, approfondendo approcci come la restrizione calorica, il digiuno intermittente, la nutrizione funzionale e la mindful eating.
- **Integrazione di approcci clinici e terapeutici.** Offrire una visione integrata delle strategie terapeutiche per la gestione delle alterazioni ormonali, dei processi infiammatori e di altri cambiamenti fisiologici,

con particolare attenzione alla salute della donna e alla personalizzazione dei programmi di attività e cura.

- **Medicina personalizzata e innovazione.** Formare i professionisti ai principi e ai vantaggi della medicina personalizzata, sviluppando competenze nella prevenzione individualizzata e nella definizione di interventi terapeutici su misura per affrontare le sfide dell'invecchiamento.
- **Aspetti psicologici e spirituali dell'invecchiamento.** Esplorare la dimensione psicologica e spirituale dell'invecchiamento, con attenzione alla salute cognitiva, alla gestione del dolore, al sostegno della comunità e al ruolo della spiritualità in un approccio olistico alla persona.
- **Consapevolezza culturale e sociale.** Sviluppare una comprensione approfondita delle differenze culturali e sociali che influenzano la percezione e la gestione dell'invecchiamento, al fine di adottare strategie di intervento più inclusive ed efficaci.

PROFILO PROFESSIONALE

Le conoscenze/competenze acquisite sono spendibili nel mondo del lavoro secondo i limiti e le indicazioni dell'Ordine Professionale di appartenenza e/o della Laurea posseduta.

STRUTTURA E MODALITÀ DI EROGAZIONE

FAD asincrona

- 300 ore (videolezioni, coaching online, project work, tutoring, etc.)
- 200 ore (tirocinio virtuale)
- 900 ore (studio individuale)
- 100 ore (verifiche e tesi finale)

Blended

- 300 ore (videolezioni, lezioni presenza/sincrona, coaching online, project work, tutoring, etc.)
- 200 ore (tirocinio in presenza)
- 900 ore (studio individuale)
- 100 ore (verifiche e tesi finale)

DURATA

Il Master dura un anno ed ha un monte ore di 1500.

REQUISITI DI AMMISSIONE

Possesso di una delle seguenti lauree:

- Laurea magistrale/specialistica, Laurea vecchio ordinamento o altro titolo di studio universitario conseguito all'estero riconosciuto idoneo in discipline sanitarie, socio-sanitarie o altri titoli equipollenti ritenuti congrui dalla Direzione del Master;



- Docenti di ogni ordine e grado in possesso di Lauree affini.

TITOLO RILASCIATO E CFU

- Diploma di Master universitario di II livello "Human Longevity";
- 60 CFU.

DURATA

Il Master dura un anno ed ha un monte ore di 1500.

TIROCINIO

Modalità FAD asincrona

Il tirocinio sarà svolto a distanza attraverso la realizzazione di project work individuali o di gruppo supervisionati dal corpo docente del Master.

Modalità Blended

Il Tirocinio si svolgerà prevalentemente sul "campo", in un setting appropriato a favorire l'apprendimento esperienziale, con la supervisione di un tutor aziendale presso strutture convenzionate

PROGRAMMA

MEDS-26/A Invecchiamento e Longevità: Paradigmi, Prevenzione e Prospettive Cliniche, 12 CFU

Il primo modulo del Master stabilisce le basi del percorso formativo, integrando conoscenze teoriche avanzate con applicazioni cliniche per affrontare le sfide dell'invecchiamento in un contesto di medicina personalizzata. Intitolato: "Approcci Multidisciplinari allo Studio dell'Invecchiamento e della Longevità", questo modulo fornisce una panoramica completa delle fondamenta scientifiche e cliniche relative all'invecchiamento. Il modulo si apre con un'esplorazione delle strategie di prevenzione precoce individualizzata, finalizzate a migliorare la qualità della vita nella terza età. Si prosegue con un'analisi approfondita dei processi biochimici alla base dell'invecchiamento e delle loro implicazioni sulla funzionalità degli organi. Viene inoltre esaminato il concetto di "Multiscale Hallmarks of Health and Aging", che delinea gli aspetti caratteristici della salute e dell'invecchiamento a diversi livelli di complessità biologica. Il modulo affronta anche i paradigmi emergenti della longevità e le nuove frontiere della ricerca, offrendo una visione aggiornata e innovativa su come migliorare la durata e la qualità della vita. Inoltre, vengono studiati i meccanismi genetici dell'invecchiamento e le tecniche diagnostiche più recenti per identificarli.

Infine, viene fornita una panoramica dei processi cellulari e molecolari che influenzano l'invecchiamento umano, offrendo una visione d'insieme dei meccanismi biologici coinvolti. Questo primo modulo preparerà i partecipanti a comprendere e applicare le più recenti scoperte scientifiche e cliniche, promuovendo un approccio personalizzato alla medicina dell'invecchiamento.

MEDS-26/A Nutrizione e Salute: Dalle Basi Biochimiche alle Strategie di Intervento, 12 CFU

Il secondo modulo fornirà ai partecipanti una comprensione approfondita delle strategie nutrizionali più efficaci per promuovere la salute, ridurre i rischi di malattia e migliorare la qualità della vita, con un focus su un approccio personalizzato e basato su solide evidenze scientifiche.

Intitolato: "Nutrizione e Salute: Dalle Basi Biochimiche alle Strategie di Intervento", questo modulo è progettato per esplorare il ruolo fondamentale della nutrizione nella promozione della salute e nella prevenzione delle malattie, offrendo una panoramica delle scoperte scientifiche più recenti e delle strategie dietetiche per migliorare il benessere e prolungare la vita. Il modulo inizia con una trattazione su come il cibo influisce sulla salute e sulla malattia attraverso meccanismi complessi che coinvolgono diversi sistemi del corpo umano. Successivamente, si approfondiranno i benefici della restrizione calorica, esaminando come questa pratica possa influenzare positivamente la longevità e la salute metabolica, supportata da evidenze scientifiche all'avanguardia. Si esplorerà anche il concetto di digiuno intermittente, una pratica emergente che offre vantaggi per la salute e facilità di applicazione. L'approccio della nutrizione funzionale sarà discusso per mostrare come una dieta personalizzata possa avere effetti positivi su specifici disturbi e condizioni cliniche. Il modulo prevede un'analisi del ruolo degli antiossidanti nella dieta e del loro contributo nel rallentare i processi di invecchiamento cellulare. Inoltre, verrà esplorata l'importanza del microbiota intestinale e la sua interazione con la nutrizione, evidenziando il suo impatto sulla salute complessiva dell'organismo. Il modulo si concluderà con una riflessione sulla "Mindful Eating", una pratica che promuove un rapporto più consapevole e salutare con il cibo. Sarcopenia e strategie di intervento.

MEDS-26/A Approcci Clinici e Terapeutici Multidisciplinari, 12 CFU

Il terzo modulo fornirà ai partecipanti strumenti pratici e conoscenze multidisciplinari per sviluppare piani terapeutici efficaci e personalizzati, promuovendo un approccio integrato alla salute e al benessere degli anziani. Intitolato: "Approcci Clinici e Terapeutici Multidisciplinari", questo modulo offre una discussione integrata delle strategie terapeutiche multidisciplinari necessarie ad affrontare le sfide mediche legate all'invecchiamento.



Questo modulo unisce esperti di varie discipline per esplorare approcci innovativi e personalizzati nella cura delle persone anziane. Il modulo inizia con un focus sull'endocrinologia dell'invecchiamento, esaminando le alterazioni ormonali che influenzano il processo di invecchiamento e le strategie per gestirle.

Prosegue con una panoramica delle terapie infusionali destinate alla gestione dell'infiammazione, un aspetto cruciale nell'invecchiamento e nelle malattie croniche. Successivamente, verranno approfondite le tecniche di liposcultura metabolica e il ruolo della chetogenesi come interventi per ottimizzare il metabolismo in età avanzata. Sarà inoltre trattata la chirurgia rigenerativa e la medicina estetica, illustrando come queste metodologie possano migliorare la qualità della vita degli anziani. Il modulo esplorerà anche l'importanza dei programmi di allenamento personalizzato, sviluppati per rispondere alle specifiche esigenze fisiologiche e di salute degli anziani. Si discuteranno inoltre la salute della donna e l'uroginecologia, con un focus su aspetti clinici e terapeutici rilevanti per l'invecchiamento femminile. Infine, verranno presentati nuovi approcci di ginecologia funzionale e le strategie terapeutiche differenziate in medicina di genere e cardiologia per affrontare le sfide dell'invecchiamento.

MEDS-26/A L'Invecchiamento tra Corpo, Mente e Spirito: Dimensioni Terapeutiche e Etiche, 12 CFU

Il quarto modulo offre ai partecipanti una prospettiva approfondita sull'invecchiamento, promuovendo un approccio che considera non solo le dimensioni fisiche e mediche, ma anche quelle psicologiche, sociali e spirituali. Intitolato: "L'Invecchiamento tra Corpo, Mente e Spirito: Dimensioni Terapeutiche e Etiche", questo modulo offre un'esplorazione approfondita e olistica dell'invecchiamento, integrando aspetti terapeutici, psicologici, spirituali ed etici. Questo modulo è progettato per fornire una comprensione completa delle diverse dimensioni dell'invecchiamento e per affrontare le sfide complesse che emergono con il passare del tempo. Il modulo si apre con una riflessione sulla salute cognitiva e il suo impatto sull'invecchiamento, analizzando le strategie per mantenere e migliorare le funzioni cognitive nella terza età. Prosegue con un'analisi delle terapie del dolore, evidenziando le strategie per gestire il dolore cronico e migliorare la qualità della vita degli anziani. Si esplorerà anche il ruolo cruciale della comunità nell'invecchiamento, sottolineando l'importanza del supporto sociale e della coesione comunitaria per il benessere degli anziani. Verrà inoltre discusso il legame tra spiritualità e invecchiamento, con un focus su come la dimensione spirituale possa influenzare l'esperienza dell'invecchiamento e il senso di soddisfazione nella vita. Il modulo si concluderà con un'esaminazione delle questioni etiche legate all'invecchiamento, esplorando le sfide morali e le considerazioni etiche riguardanti la cura e la qualità della vita nella terza età.

DOCENTI

PRIMO MODULO: "Invecchiamento e Longevità: Paradigmi, Prevenzione e Prospettive Cliniche"

Prof. Franco Salvatore - Dall'invecchiamento alla prevenzione precoce individualizzata

Prof. Matteo Russo - Biochimica dell'invecchiamento

Prof. Ennio Tasciotti - Multiscale hallmarks of health and aging

Dott. Alessandro Gelli - Gut Brain-Muscle Axis e Gut Brain Organs Axis: le correlazioni tra Cervello cranico, Gut Microbiota, Stress e Tessuto muscolare; il ruolo delle Miochine.

Prof. Claudio Franceschi - Longevità e paradigmi dell'invecchiamento

Dott. Marco Vismara - Genetica dell'invecchiamento e diagnostica

Prof. Alessandra Feraco - Biologia dell'invecchiamento

Dott.ssa Serena Missori - Endocrino senescenza: dalle problematiche più comuni ai possibili rimedi

SECONDO MODULO: "Nutrizione e Salute: Dalle Basi Biochimiche alle Strategie di Intervento"

Prof. Massimiliano Caprio - Ruolo del cibo in salute e malattia

Prof. Luigi Fontana - University of Sidney - Calory restriction

Prof. Walter Longo - Digiuno intermittente

Prof. Giovanni Scapagnini - Antiossidanti e dieta

Prof.ssa Elisabetta Camaiani - Microbiota e nutrizione

Dott. Luca Borro - Il ruolo della nutrizione nella gestione del diabete di tipo 1

Prof.ssa Giulia Fiorentini - Mindful Eating

Prof. Lorenzo Maria Donini - Sarcopenia

Prof. Maurizio Muscaritoli - Sarcopenia

Dott.ssa Serena Missori - Ormoni bioidentici: un potenziale supporto per la longevità performante

Dott. Alessandro Gelli - Nutraceutici e le molteplici azioni "Anti Aging" efficaci per la Longevità Performante TM; le principali classi e campi applicativi pratici: coadiuvare la riduzione del Grasso supefluo, supportare la prevenzione della Sarcopenia, ottimizzare le funzionalità neuro-endocrine-metaboliche e mnemonico-cognitive

Dott. Massimo Spattini - Peptidi : nuova frontiera della Longevità e medicina rigenerativa.

TERZO MODULO: "Approcci Clinici e Terapeutici Multidisciplinari"

Prof. Giovanni Spera - Endocrinologia dell'invecchiamento

Dott. Michele Bonaccorso - Terapie infusionali nella gestione dell'infiammazione.

Dott. Alessandro Gelli - Micoterapia: "Funghi Giapponesi/orientali" per la Longevità performante umana: lo "Yamabushi Take" o Ericium, il Cordiceps ed altri, effetti ed applicazioni pratiche

Dott. Vincenzo Aloisantonio - Microreologia nelle scienze motorie

Dott.ssa Nadia Tamburlin - La Medicina Estetica oggi: definizione, ambiti e ruolo nella longevità. Fattori dell'invecchiamento: cronoaging e photoaging

Dott. Mario Mariotti - Filler e tossina botulinica: tecnologie, applicazioni e impatti sulla qualità della vita. Peeling chimici e biostimolazione. Intradermoterapia e tecnologie laser

Dott. Claudio Plebani - Medicina Estetica e Chirurgia: limiti normativi, profili professionali e tutela del paziente

Dott. Salvatore Pennisi - Liposcultura metabolica e chetogenesi

Dott. Loris Zoppelleto - Introduzione alla Biofisica, attività bio elettrica cellulare e invecchiamento

Dott. Ludovico Palla - Chirurgia rigenerativa e medicina estetica

Dott. Alessandro Gelli - Attività fisica e allenamento categorizzato/personalizzato per i soggetti "Over"

Prof.ssa Maria Pia Tonadaccio - Cardiologia e medicina di genere nell'invecchiamento

Prof. Roberto Montera - Ginecologo campus biomedico- Salute donna e uroginecologia

Dott.ssa Manuela Accardi - Ginecologia funzionale e invecchiamento nella donna

Dott. Alessandro Gelli - Strategie e metodologie per ottimizzare la qualità del Sonno (pilastro per la Longevità) e strategie pratiche di rilassamento

QUARTO MODULO: "L'Invecchiamento tra Corpo, Mente e Spirito: Dimensioni Terapeutiche e Etiche"

Prof. Antonello Bonci - Salute cognitiva e invecchiamento

Dott. Massimo Allegri - Terapia del dolore nell'invecchiamento

Sua Eccellenza Vescovo Fabio Fabene - Ruolo della comunità nell'invecchiamento

Sua Eminenza Cardinale Marcello Semeraro - Spiritualità e invecchiamento

Prof. Paolo Benanti - Etica dell'invecchiamento

Prof. Mauro Serafini - Effetti benefici dei Micronutrienti

COSTO

FAD asincrona: € 2.700,00

Blended: € 4.000,00

Per info su rateizzazione, modalità di pagamento e iscrizioni consultare il sito www.consorziohumanitas.com

INFORMAZIONI

Consorzio Universitario Humanitas

Telefono: 06 3224818

Università Telematica San Raffaele Roma

Telefono: 800 12 86 06