



BIOTERAPIA NUTRIZIONALE® E **MENOPAUSA** SPONTANEA O INDOTTA S E M I N A R I O

a cura della **Dott.ssa Cristiana Almerighi**
Internista esperta in Bioterapia Nutrizionale

PROGRAMMA

- **Eziologia della menopausa.**
Modifiche ormonali e variazione delle funzioni organiche.
- **Principali disturbi in menopausa:** vampate, insonnia, invecchiamento cutaneo, osteoporosi.
- **Rischio cardiovascolare e metabolico** (dislipidemia, diabete mellito e sovrappeso).
- **Alimenti utili nella menopausa spontanea o indotta.**
- **Prevenire e/o ridurre i disturbi della menopausa con la Bioterapia Nutrizionale®, esempi ragionati di dieta:**
 - come favorire l'assorbimento e l'utilizzazione organica del calcio.
 - come contrastare le vampate.
 - come contrastare il rischio cardiovascolare e metabolico.

La menopausa è una fase del percorso di vita della donna segnata dall'esaurimento funzionale delle ovaie e dalla fine della fertilità. Il nuovo assetto ormonale si accompagna a importanti modifiche nell'organismo femminile. In questo contesto si inserisce la Bioterapia Nutrizionale® come metodo capace, attraverso la biochimica degli alimenti e la diversa modalità di cottura degli stessi, di soddisfare le necessità organiche della donna in questa fase. In questo seminario affronteremo aspetti teorici e pratici della menopausa e della sua gestione nutrizionale.

www.bioterapianutrizionale.com



sabato
15 giugno 2024

dalle ore 9.30
alle 13.30



INFO ☎ 328 7194547

ass.performa@gmail.com



Associazione Performa



www.associazione-performa.blogspot.com

TARQUINIA

BIBLIOTECA COMUNALE "V. Cardarelli" Sala delle Feste - Via Umberto I, 34

INGRESSO LIBERO