

# DIETETICA NATURISTA

*Docente: Federica Zanoni*

**Primo seminario: Dietetica naturista applicata agli stati patologici e al risanamento del terreno (16 ore) - 15 e 16 settembre 2018**

Programmazione dei piani alimentari nelle intolleranze (in particolare: glutine e caseina); ruolo del cibo nelle problematiche a carattere degenerativo e gestione della dieta alcalina durante un percorso naturopatico

- Le intolleranze alimentari. Richiami e specificazioni in relazione a intolleranza e allergia

- Il concetto di “sensibilità cerebrale” e sintomi: il ruolo del digiuno e della dietetica naturista. La “dieta test”
- Disturbi che favoriscono e aggravano la “sensibilità cerebrale”
- Intolleranza a glutine, lattosio e caseina: riconoscimento delle problematiche e dei sintomi



- Gestione e programmazione di un piano alimentare (conoscenza dei regimi Segnalet ed Hervieux)
- Malattie croniche e degenerative: conoscenza degli approcci alimentari alternativi
- Dieta dei pazienti oncologici e importanza dei succhi vegetali
- Dieta dei pazienti diabetici non insulino dipendenti
- Dieta e sclerosi multipla
- Dieta e malattie neurologiche
- Dieta e malattie autoimmuni: un approccio preventivo e di appoggio
- Il ruolo della dietetica naturista L'azione antitumorale di alcune vitamine: D, E, F, C
- Equilibrio acido base: conoscere e programmare una “alimentazione di trattamento” secondo il regime alcalino
- Le cinque fasi del metodo acido-base e gestione di un periodo alimentare di lunga durata (28 giorni)

Esercitazioni a coppie simulando una consulenza naturopatica



## Secondo seminario: Dietetica naturista applicata agli stati patologici e al risanamento del terreno (16 ore) - 22 e 23 settembre 2018

Digiuno e problematiche a carattere degenerativo: praticabilità e possibili effetti.

Nutrire corpo e mente durante un percorso naturopatico: combattere l'infiammazione cronica e gestire le combinazioni alimentari. Conoscenza dei cibi "contrattivi ed espansivi"

- Digiuno: pratica di risanamento. Eventuale ruolo del digiuno nella gestione delle malattie a carattere degenerativo e conoscenza degli effetti
- Digiuno e malattie autoimmuni
- Digiuno e artrite reumatoide
- Digiuno e sclerosi multipla
- Digiuno e malattie infiammatorie intestinali
- Digiuno e invecchiamento
- Combattere l'infiammazione cronica con l'alimentazione
- Combinazioni alimentari in funzione di appoggio al trattamento delle patologie
- Gestione di un programma condotto secondo le corrette combinazioni alimentari e integrazione con "succhi terapeutici" mirati
- I cibi espansivi e i cibi contrattivi
- Effetti del consumo di cibi espansivi e contrattivi a livello psico-fisico. In particolare: conseguenze di una alimentazione estrema
- Come e cosa mangiare in base alla distinzione tra cibi contrattivi ed espansivi

Esercitazioni a coppie simulando una consulenza naturopatica





# FITOTERAPIA CLINICA (16 ORE)

20 e 21 ottobre 2018

*Docente: Alexander Willige*

- il tratto gastrointestinale:
- il tratto digerente superiore
- il tratto digerente inferiore
- le ghiandole accessorie del tratto digerente: fegato, pancreas, cistifelia



# FLORITERAPIA (16 ORE)

8 e 9 settembre 2018

*Docente: Lucia Costacurta*

*Oltre Bach: la floriterapia dei continenti*

Si approfondiranno alcune delle emozioni predominanti dell'animo umano sviluppandole secondo altri gruppi di essenze floreali. In particolare si tratteranno i fiori australiani del Bush, ideati da Ian White, e i fiori californiani prodotti da Patricia Kaminski.

Lo studio sarà ampliato con le

essenze dell'Alaska e con le essenze degli animali selvatici di Daniel Mapel.

Le emozioni considerate saranno le seguenti: paura, ansia, preoccupazione, traumi, confusione mentale, rabbia, incertezza e agitazione.



# OLI ESSENZIALI E AROMATERAPIA ( 16 ORE)

**29 e 30 settembre 2018**

*Docenti: Cristian Testa e Fabrizio Gelmini*

Il corso si svolgerà a Bergamo.

Oli essenziali:

- Il mondo degli Oli Essenziali: cosa sono e cenni storici di utilizzo;
- Ruolo degli Oli Essenziali nella pianta;
- Tecniche d'estrazione;
- Oli Essenziali ed attività fitoterapica nell'Uomo: attività antiossidante, antiradicalica, antimicrobica ed antivirale.

Aromaterapia:

- L'aromaterapia: la modulazione del SNC e gli Oli Essenziali in psicoterapia;
- Oli Essenziali in ambito veterinario: loro impiego sugli animali domestici;
- Controllo di qualità e cenni di legislazione sugli Oli Essenziali;
- Esempi pratici di impiego di Oli Essenziali;
- Dimostrazione pratica di estrazione di Oli Essenziali in corrente di vapore.



# MASSAGGIO DI BREUSS (8 ORE)

1 dicembre 2018

*Docente: Ennio Bernardi*

Rudolf Breuss fu mosso, nel corso delle sue indagini e studi sulla sofferenza arrecata dalle ernie ai dischi intervertebrali, dalla volontà di giungere alla risoluzione del problema in maniera indolore e con delicatezza. Il massaggio Breuss stimola, attraverso la sua particolare tecnica, la rigenerazione dei dischi intervertebrali stimolando il processo di auto guarigione.



La nutrizione dei dischi avviene infatti grazie ad un meccanismo assimilabile ad una specie di “pompaggio” (perfusione). Tramite esso si favorisce l’entrata e l’uscita di liquido attraverso l’anello fibroso del disco, consentendo una re-idratazione dei dischi e un afflusso di sostanze nutritive.

Risistemazione indolore della colonna vertebrale. Si tratta di un massaggio che viene effettuato con molta semplicità e delicatezza, fatto di rilassamento e distensione della muscolatura intervertebrale. Il massaggio Breuss si sviluppa due fasi: la prima “a secco”, la seconda avviene utilizzando l’olio di iperico, che ha proprietà riscaldanti ed energizzanti. Si parte stirando delicatamente e senza procurare dolore, verso il basso la parte della spina dorsale all’altezza dell’osso sacro.

Programma:

Illustrazione teorica del trattamento e delle finalità della metodica R. Breuss

Dimostrazione pratica del trattamento

Ricevere il trattamento (da parte dei partecipanti)

Eseguire il trattamento (da parte dei partecipanti)





**ACCADEMIA NAZIONALE DI SCIENZE  
IGIENISTICHE NATURALI "GALILEO GALILEI"**

*Scuola di Iridologia e Naturopatia "Luigi Costacurta"*

AL RETTORE  
DELL' ACCADEMIA NAZIONALE DI SCIENZE  
IGIENISTICHE NATURALI GALILEO GALILEI  
Via Al Torrione 6 38122 TRENTO

Il/la Sottoscritto/a

Nato/a a  Prov.  Il  /  /

Residente a  via  n°

C.A.P.  Prov.  Tel.abit.

Cellulare  E-mail

Codice fiscale

**CHIEDE DI ESSERE ISCRITTO AL CORSO DI:**

- € 160,00 Oli Essenziali e aromaterapia - 29 e 30 settembre 2018
- € 160,00 Dietetica naturista - 15 e 16 settembre 2018
- € 160,00 Dietetica naturista - 22 e 23 settembre 2018
- € 290,00 Dietetica naturista - Entrambi gli incontri
- € 160,00 Fitoterapia Clinica - 20 e 21 ottobre 2018
- € 160,00 Floriterapia - 8 e 9 settembre 2018
- € 90,00 Massaggio di Breuss - 1 dicembre 2018

e prende atto che l'iscrizione al corso comporta il pagamento della somma relativa alla selezione di cui sopra. La caparra di € 50,00 a corso è da versare al momento dell'iscrizione e il saldo entro 2 due settimane dall'inizio del corso sul conto corrente bancario IBAN: IT6400604501801000007301037 – Sparkasse Trento intestato ad Accademia "Galileo Galilei", specificando come causale il nome dei moduli scelti.

I corsi verranno svolti solo a raggiungimento del numero minimo dei partecipanti. In caso contrario gli importi versati verranno restituiti. Tutti gli importi sono comprensivi di imposte e tasse.

**Per regolarizzare l'iscrizione, si prega di inviare via posta, fax (0461-985102) o email (scuolanaturopatia@gmail.com) il presente modulo compilato, allegando la ricevuta di versamento.**

Data.....

Firma.....