

GRANI "ANTICHI" E SALUTOGENESI

*Inflammation, permeabilità intestinale
e stress da farinacei*



RELATORE:

DOTT. PIETRO VICENTI

Medico Chirurgo
Specialista in Farmacologia
Esperto in Omeopatia,
Omotossicologia,
Elettroagopuntura

TORINO

SABATO

26 gennaio 2019

dalle 08,45 alle 18,30

HOTEL LUXOR

corso Stati Uniti 7

con il patrocinio di



www.medicinasistemica.it
www.systemsmedicine.info
www.facebook.com/aimesmedicinasistemica

Evento in corso di accreditamento



GRANI "ANTICHI" E SALUTOGENESI

Infiammazione, permeabilità intestinale e stress da farinacei

Durante la vita (già dalla nascita) ci "infiammiamo" e quotidianamente ci sforziamo di mettere in atto una risposta di "adattamento" ai vari input che subiamo (emozioni, tossine, alimenti, etc.). - Il **cibo** deve essere a Carica Infiammante Bassa cioè il "più compatibile" con i nostri sistemi di difesa. Per questo ciò che mangiamo ogni giorno deve essere d'eccellenza: alimenti "sicuri" non carichi di additivi, a ridotta manipolazione industriale, a trasformazione artigianale e che ne salvaguardi la ricchezza in micronutrienti. - Alimenti con una propria identità territoriale, a filiera controllata e tracciabile. - Alimenti che possano curare - "terapeutici".

I cereali hanno da sempre una importanza notevole nella nostra alimentazione. - Ma quali farine è meglio mangiare? - Che relazione c'è tra farine raffinate e Sindrome dell'Intestino Permeabile? - Che ruolo hanno i moderni grani nell'etiologia di malattie autoimmunitarie? - È possibile tenere a bada l'infiammazione cronica sistemica di basso grado scegliendo di cibarsi di farine da cereali "riguardati", "di prossimità", "della tradizione"... le farine dai cosiddetti "semi di una volta"?

Le risposte in questa giornata dove verranno sviluppate, dalla letteratura scientifica, le nozioni utili per ampliare la nostra capacità di operare scelte di nutrizione consapevole.

PROGRAMMA

08.30 – 09.00 *Registrazione partecipanti*

09.00 – 09.30

GENETICA E PSICOPATOLOGIA DEL NUTRIRSI

l'evoluzione del comportamento alimentare umano dai raccoglitori ai fast food

09.30 – 10.00

I CEREALI NELLA STORIA EVOLUTIVA DEI POPOLI

10.00 – 11.00

EQUILIBRIO DEL MICROBIOTA E REGOLAZIONE DELL'INFIAMMAZIONE

11.00 – 11.15 *Coffee Break*

11.15 – 13.00

LE FARINE

Ruolo nell'infiammazione cronica e nelle malattie autoimmuni

13.00 – 14.30 *Pausa Pranzo*

14.30 – 16.00

ALTERNATIVE "ANTICHE" AI MODERNI GRANI

16.00 – 16.15 *Break*

16.15 – 18.00

POTENZIALITÀ CURATIVE DIETETICHE E FITONUTRACEUTICHE

Evento gratuito con prenotazione obbligatoria

SEGRETERIA ORGANIZZATIVA

Lorenzo Somaglino 366 4204584

Paola Fico 334 6574879

Attila Grieco 340 4851962