



Programma Corso BMS 2025

I incontro in presenza - data da definire -

Carsoli (AQ), Hotel le Sequoie

Dott Keith Grimaldi (Genetica e Nutrigenetica)

Fondamenti della genetica.

La cellula.

IL DNA e i geni.

La variazione genetica.

Interazioni geni x ambiente.

Il gene, una sequenza di DNA composta da 4 nucleotidi (A, C, G, T).

Fondamenti della genetica

La genetica è lo studio di come i tratti, come il colore degli occhi o l'altezza, vengono trasmessi dai genitori ai loro figli. Questi tratti sono controllati dai geni, che sono piccole sezioni di DNA. La genetica ci aiuta a capire perché le persone sono diverse l'una dall'altra e come certe malattie o condizioni possono essere ereditate.

La cellula; il DNA e i geni

Le cellule sono i mattoni di base di tutti gli esseri viventi, come i mattoni che compongono una casa. All'interno di ogni cellula c'è un nucleo dove è conservato il DNA. Il DNA è come una lunga scala a chiocciola – una doppia elica – che contiene tutte le istruzioni necessarie per creare e mantenere in vita un organismo. I geni sono parti specifiche di questo DNA e dicono alla cellula come produrre le proteine, che sono le molecole che svolgono la maggior parte del lavoro nel corpo. Queste proteine aiutano a modellare il nostro corpo e a determinare come cresciamo e funzioniamo.

La variazione genetica

La variazione genetica si riferisce alle differenze nel DNA tra gli individui. Queste differenze possono manifestarsi sotto forma di piccole variazioni nella sequenza del DNA, come le mutazioni, o, nel nostro caso, di polimorfismo, più comunemente il Polimorfismo a Singolo Nucleotide (SNP). Questa variazione è ciò che rende ogni persona unica, influenzando tratti come il colore degli occhi, l'altezza e persino la suscettibilità a certe malattie. La variazione genetica è importante perché contribuisce a determinare come un individuo è influenzato dalla nutrizione e dall'esercizio fisico.

Interazioni geni x ambiente

Le interazioni gene x ambiente descrivono come i geni di una persona e il suo ambiente lavorano insieme per modellare tratti e comportamenti. Ad esempio, una persona potrebbe avere geni che la rendono più predisposta ad essere alta, ma se non riceve abbastanza nutrizione durante l'infanzia, potrebbe non raggiungere il suo pieno potenziale di altezza. Queste interazioni mostrano che, mentre i geni forniscono il potenziale per certi tratti, l'ambiente gioca un ruolo chiave nel determinare come questi tratti vengono effettivamente espressi. Questo concetto aiuta a spiegare perché persone con geni simili possono essere molto diverse in base alle loro esperienze e al loro contesto. La nutrizione svolge un ruolo chiave nell'interazione "dieta x gene".

Dott. Christian Fabrizio (Impedenziometria)

Basi teoriche della bioimpedenziometria, ovvero:

- ✓ Modelli di composizione corporea (CC)
- ✓ Metodi di analisi della CC
- ✓ Cos'è la Analisi Bio-Impedenziometrica
- ✓ Limiti della BIA tradizionale

Prerogative della BIA avanzata

Prove pratiche di esami impedenziometrici sui corsisti ed interpretazione dei dati.

Dott. Yuri Canfora (Psicologia)

La nutrizione e la psicologia, la nuova scienza, epistemologia della scienza:
come nell'era moderna sia cambiata l'idea di scienza e di cosa sia scientifico;
come la psicologia entra in maniera diretta e indiretta nell'ambito della nutrizione;
La cura della persona e non della malattia.

Dott. Emiliano Bruni (Nutrizione & BMS)

I pilastri concettuali del BMS: cos'è il BMS? Nascita ed evoluzione del BMS.

Il Nutrizionista BMS.

Anamnesi BMS: la relazione con il paziente, la qualità della relazione, aree di indagine nell'anamnesi BMS.

Il Software eDiet: Nascita ed evoluzione di eDiet: dalle combinazioni alimentari alla definizione di un progetto complesso.

eDiet una visione di insieme per comprenderne le potenzialità.

Il test genetico BMS una visione d'insieme e sue applicazioni pratiche: il test genetico BMS e l'anamnesi, il punto zero ed il punto X.

La visione del test genetico per una valutazione storica del paziente: comprendere i suoi punti di forza e le sue criticità. Il test genetico BMS come elemento di conoscenza del paziente: effetto leva sulla motivazione e pilastro per una adesione serena al modello BMS.

Nutrigenetica-BMS: Strategie in una visione educativa e psicologicamente sostenibile.

Dott. Matteo Renzi (Informatica nel BMS)

Alfabetizzazione Informatica.

Il sistema informatico BMS\eDiet. Algoritmi, potenzialità e loro fruibilità in ambito lavorativo.

Produttività in cloud: vademecum per un corretto utilizzo del web come strumento di produzione.

L'informatica applicata al metodo BMS.

eDiet: panoramica funzionalità.

eDiet: integrazioni con sistemi di terze parti.

eDiet: potenzialità dell'app.

Dott. Salvatore Di Meglio (Nutrizione & Nutraceutica)

La visione d'insieme del paziente BMS: ogni persona è diversa da qualsiasi altra:

- ✓ L'aspetto emozionale
- ✓ L'aspetto metabolico
- ✓ L'aspetto strutturale

L'osservazione del paziente e la raccolta dell'anamnesi.

L'interazione tra genetica ed epigenetica.

I Biotipi: caratteristiche somatiche, emozionali e metaboliche.

Integrazione Nutraceutica nel modello olistico BMS.

Focus gastrointestinale:

- ✓ Cervello cranico
- ✓ Cervello intestinale
- ✓ Cervello diffuso e nervo vago
- ✓ Microbiota intestinale ed emotività

Focus ciclo sonno-veglia:

- ✓ L'alimentazione
- ✓ Il benessere intestinale
- ✓ Il microbiota intestinale
- ✓ Le SNPs

K. Grimaldi (Genetica e Nutrigenetica)

Intolleranza al lattosio

Morbo celiaco

Wellbeing long term: geni x nutrizione

Antiossidanti

Tossine e loro rimozione

Acido folico e omocisteina

Fabbisogno vitaminico

Sovraccarico di ferro e mancanza di ferro

Sensibilità a carboidrati, grassi, sali e altri

Intolleranze (fruttosio, nichel, ecc.)

Geni del gusto

Comportamenti alimentari

Intolleranza al lattosio

Il gene **LCT (MCM6)** codifica per l'enzima lattasi, responsabile della digestione del lattosio nel tratto intestinale. Varianti nel gene **LCT (MCM6)**, come il polimorfismo **-13910 C/T**, influenzano la produzione di lattasi dopo l'infanzia. Le persone con varianti che riducono l'espressione della lattasi possono sviluppare intolleranza al lattosio, manifestando sintomi come gonfiore e diarrea dopo il consumo di latticini.

Non tutti sanno che circa il 70% degli italiani è geneticamente intollerante al lattosio, anche nella terra della mozzarella, della ricotta e della pizza!

Morbo celiaco

Il morbo celiaco, o celiachia, è una malattia autoimmune in cui il consumo di glutine, una proteina presente nel grano, nell'orzo e nella segale, provoca una reazione immunitaria anomala nel corpo. Questa reazione danneggia il rivestimento dell'intestino tenue, portando a difficoltà nell'assorbimento dei nutrienti e causando sintomi come diarrea, perdita di peso, anemia, stanchezza e dolore addominale.

La celiachia è fortemente associata a specifici geni, principalmente **HLA-DQ2** e **HLA-DQ8**, che fanno parte del sistema immunitario e giocano un ruolo cruciale nel riconoscimento delle proteine come il glutine. La presenza di uno di questi geni aumenta significativamente il rischio di sviluppare la malattia, anche se non tutti coloro che portano questi geni diventano celiaci.

Wellbeing long term: geni x nutrizione

Il benessere a lungo termine è fortemente influenzato dall'interazione tra i geni di una persona e la sua alimentazione. I geni possono determinare come il corpo metabolizza i nutrienti, quali alimenti sono meglio tollerati e come si risponde a diverse diete. Ad esempio, alcune persone possono avere

varianti genetiche che influenzano la capacità di metabolizzare grassi o carboidrati, aumentando il rischio di obesità o diabete se seguono una dieta ricca di questi nutrienti.

L'interazione tra geni e nutrizione, nota come nutrigenomica, esplora come l'alimentazione può modulare l'espressione genetica e influenzare la salute a lungo termine. Una dieta personalizzata, basata sul profilo genetico di un individuo, può ottimizzare la salute, prevenire malattie croniche e migliorare il benessere generale. Questo approccio permette di adattare le scelte alimentari alle esigenze genetiche uniche di ciascuno, promuovendo uno stile di vita più sano e una migliore qualità della vita nel tempo.

Antiossidanti

I geni e gli SNP influenzano la capacità del corpo di gestire lo stress ossidativo e utilizzare gli antiossidanti. Varianti nel gene **SOD2** possono ridurre l'attività della superossidodismutasi, un enzima antiossidante cruciale, aumentando la necessità di antiossidanti esogeni. Polimorfismi nel gene **GPX1** influenzano l'efficacia della glutatione perossidasi, un altro importante enzima antiossidante. Queste varianti genetiche possono aumentare il fabbisogno di antiossidanti come la vitamina C ed E.

Tossine e loro rimozione

I geni coinvolti nella detossificazione, come quelli della famiglia **GST** (glutathione S-transferasi), influenzano la capacità del corpo di eliminare tossine e agenti cancerogeni. SNP in geni come **GSTT1** e **GSTM1** possono ridurre l'efficienza di questi enzimi, compromettendo la rimozione delle tossine. Il gene **CYP1A2** regola il metabolismo di sostanze come caffeina e farmaci, e alcune varianti possono rallentare il processo di detossificazione. Queste differenze genetiche modulano la capacità individuale di gestire l'esposizione a tossine.

Acido folico e omocisteina

Il gene **MTHFR** è coinvolto nel metabolismo del folato e nella conversione dell'omocisteina in metionina. Polimorfismi come **C677T** e **A1298C** riducono l'efficienza enzimatica, aumentando i livelli di omocisteina, un fattore di rischio per malattie cardiovascolari. Le persone con queste varianti possono avere bisogno di **folati attivi** (5-MTHF) invece dell'acido folico tradizionale per mantenere normali livelli di omocisteina.

Fabbisogno vitaminico

I geni e i relativi SNP influenzano il fabbisogno vitaminico individuale. Ad esempio, mutazioni nel gene **MTHFR** possono aumentare il bisogno di folati attivi (5-MTHF), mentre varianti del gene **FUT2** possono ridurre l'assorbimento della vitamina B12. Il gene **BCMO1** influisce sulla conversione del beta-carotene in vitamina A, e polimorfismi nel gene **VDR** possono richiedere un maggiore apporto di vitamina D. Queste varianti genetiche personalizzano il fabbisogno di vitamine.

Sovraccarico di ferro e mancanza di ferro

Alcuni geni, come **HFE** (con le varianti C282Y e H63D), sono legati all'emocromatosi ereditaria, che causa sovraccarico di ferro, portando ad accumulo e danni agli organi. Al contrario, mutazioni nei geni **TMPRSS6** possono portare a difficoltà nel regolare i livelli di ferro, causando **anemia sideropenica** (carenza di ferro). Queste varianti genetiche influenzano il metabolismo del ferro in modo diverso.

Sensibilità a carboidrati, grassi, sali e altri

I geni e gli SNP influenzano la sensibilità ai carboidrati, grassi e sali. Varianti nel gene **FTO** sono legate a una maggiore predisposizione all'aumento di peso con diete ricche di carboidrati e grassi. Il gene **PPARG** regola la risposta ai grassi e alla glicemia. Le varianti nel gene **ACE** (enzima di conversione dell'angiotensina) e nel gene **AGT** (angiotensinogeno) influenzano la regolazione della pressione

sanguigna e la sensibilità al sale. Il gene **ADH1C** influisce sulla metabolizzazione dell'alcol, con varianti che possono accelerare la conversione dell'alcol in acetaldeide.

Intolleranze (fruttosio, nichel, ecc.)

Le intolleranze alimentari possono essere legate a vari geni. Ad esempio, mutazioni nel gene **ALDOB** sono associate all'intolleranza ereditaria al fruttosio, che causa difficoltà a metabolizzare il fruttosio. Per l'intolleranza al nichel, i geni coinvolti nella risposta immunitaria, come **HLAs** (antigeni leucocitari umani), possono predisporre a reazioni avverse. Altri geni legati al metabolismo e alla detossificazione influenzano anche la tolleranza a varie sostanze.

Geni del gusto

I geni del gusto, come **TAS2R38**, influenzano la percezione dei sapori amari. Varianti di questo gene determinano se una persona è più o meno sensibile a sapori come quelli del cavolo o dei broccoli. Altri geni, come **TAS1R** (coinvolti nel gusto dolce), regolano la percezione del dolce e dell'umami. La genetica può quindi influenzare preferenze alimentari e sensibilità ai sapori.

Comportamenti alimentari

I geni influenzano i comportamenti alimentari attraverso il controllo di meccanismi legati all'appetito e alla sazietà. Il gene **FTO** è associato a una maggiore predisposizione all'obesità, influenzando il senso di fame. Il gene **MC4R** regola la risposta alla sazietà, e le sue varianti sono legate a una maggiore tendenza a mangiare in eccesso. Anche geni come **LEP** e **LEPR**, che regolano la produzione e la risposta alla leptina, influenzano la regolazione dell'appetito.

Il webinar - data da definire -

Dott. Emiliano Bruni (Nutrizione & BMS)

Il paziente in sovrappeso, il paziente sottopeso, nella visione BMS, relazione con emotività e approccio BMS. Chi sono i pazienti in sovrappeso e sottopeso? Come relazionarsi con essi e come strutturare un percorso nutrizionale e nutraceutico, sostenibile nel tempo?

Morbo di Gilbert, nel BMS. Cos'è il morbo di Gilbert e perché viene sistematicamente sottovalutato in ambito medico\nutrizionale? Come gestire il paziente con Gilbert, nell'ottica di una visione d'insieme.

Intolleranze alimentari (Nichel, Lattosio, Glutine, Caffaina) e sintomatologia corporea, nella visione BMS. Un approccio pratico, senza mai perdere la visione d'insieme.

III webinar - data da definire -

Dott. Salvatore Di Meglio (Nutrizione & Nutraceutica)

Il drenaggio, definizione

- ✓ Linfatico
- ✓ Mesenchimale
- ✓ Emuntoriale

Il drenaggio epatico

La detossificazione epatica

Fase I

- ✓ Fattori che influenzano l'attività degli enzimi di fase I (genetici, tossici e nutrizionali)

Fase II

- ✓ I vari tipi di detossificazione di Fase II
- ✓ Fattori che influenzano l'attività degli enzimi di fase II (genetici, tossici e nutrizionali)

I drenanti epatici

Sistematicità nella prescrizione

Nutraceutica ed infiammazione cronica di basso grado

IV webinar - data da definire -

Dott. Yuri Canfora (Psicologia)

La teoria della comunicazione

Gli ostacoli e le distorsioni della comunicazione

La comunicazione efficace

L'ascolto attivo

Empatia

Il incontro in presenza - data da definire -

Carsoli (AQ), Hotel le Sequoie

Dott. Emiliano Bruni (Nutrizione & BMS)

L'anamnesi BMS alla luce delle nozioni acquisite nel corso, prove pratiche tra i corsisti.

Nutrigenetica e Anamnesi BMS: strategie di intervento nel BMS.

Esempi pratici sul test genetico BMS, valutazioni con i partecipanti ed elaborazione di piani alimentari.

Integrazione Nutraceutica nella visione BMS: esempi pratici in aula dopo valutazione anamnestica e nutrigenetica.

Dott. Christian Fabrizio (Impedenzometria)

Come applicare la tecnologia InBody nei vari ambiti e specialità:

Bariatrica

Cardiologia

Diabete/Endocrinologia

Linfedema

Medicina dello sport

Nefrologia

Nutrizione clinica

Oncologia

Riabilitazione

Terapia Intensiva

Analisi delle pubblicazioni scientifiche di riferimento, referti di riferimento.

Come ricavare dall'esame InBody delle informazioni preziose nella diagnosi e sul monitoraggio delle patologie inerenti.

Prove pratiche di effettuazione dell'esame sui corsisti.

Focus sulla variazione dei risultati di ogni corsista nell'arco del tempo intercorso fra una sessione e l'altra, cercando di correlarla a eventuali alterazioni dell'alimentazione o dello stile di vita.

Dott. Salvatore Di Meglio (Nutrizione & Nutraceutica)

La Diabesità, la pandemia silente dei nostri tempi:

Diabete mellito II ed obesità viscerale: un Giano bifronte

I fattori scatenanti

- ✓ Lo stress cronico psicosociale
- ✓ La *Food Addiction*
- ✓ L'Epigenetica e le SNPs
- ✓ Gli interferenti endocrini
- ✓ L'inquinamento
- ✓ L'endocrinodominanza

I Biotipi e la diabesità

I meccanismi patogenetici

- ✓ L'ipotesi dell'infiammazione
- ✓ L'ipotesi dell'eccesso lipidico
- ✓ L'ipotesi delle adipochine

I diversi quadri clinici

La terapia nutrizionale e quella nutraceutica in funzione anche dei dati genetici ed epigenetici

Dott. Yuri Canfora (Psicologia)

Carl Rogers, un modo di essere centrato sul cliente:

cenni teorici sulla teoria della personalità e le 3 condizioni necessarie e sufficienti.

V webinar - data da definire -

Dott. Yuri Canfora (Psicologia)

Anamnesi, Esame clinico, Analisi della domanda.

Il setting e la realtà condivisa (costruttivismo, visione sistemica e strutturazione del setting e esterno e interno).

Transfert e controtransfert (consapevolezza e congruenza) il medico da curare.

VI webinar - data da definire -

Dott. Emiliano Bruni (Nutrizione & BMS)

La donna e le sue fasi ormonali. L'uomo una visione ormonale. Gestione pratica nel BMS e eDiet. Casi clinici.

L'insonnia e lo stress nella visione BMS: conseguenze sul comportamento alimentare e gestione pratica nel BMS. Casi clinici.

VII webinar - data da definire -

Dott. Salvatore Di Meglio (Nutrizione & Nutraceutica)

Alterazione della composizione del microbiota e della permeabilità alla base della salute dell'intestino

La salute intestinale e la salute di tutti gli altri organi ed apparati:

- ✓ L'asse intestino-mitocondrio
- ✓ L'asse intestino-apparato cardiovascolare
- ✓ L'asse intestino-cervello
- ✓ L'asse intestino-malattie allergiche/autoimmunitarie
- ✓ L'asse intestino-diabesità
- ✓ L'asse intestino-apparato riproduttivo
- ✓ L'asse intestino-apparato muscolo-scheletrico

L'integrazione nutraceutica nell'alterata permeabilità intestinale, nei disturbi del sonno e dell'umore.

La disbiosi intestinale e stress psico-sociale: relazioni sul comportamento alimentare.

III incontro in presenza - data da definire -

Carsoli (AQ), Hotel le Sequoie

Dott. Luigi Olivieri (Psichiatria)

Psicopatologia maggiore, Semeiotica psichiatrica, Farmacologia, DCA (disturbi comportamenti alimentari).

Dott. Yuri Canfora (Psicologia)

Intensivo di triadi (esperienze pratiche guidate sul setting di counselling), Intensivo pratico sull'ascolto, la raccolta anamnestica, la lettura corporea.

Dott. Salvatore Di Meglio (Nutrizione & Nutraceutica)

La Micoterapia e le sue potenzialità terapeutiche:

- ✓ Apparato tegumentario
- ✓ Apparato gastro-enterico
- ✓ Apparato genito-urinario femminile e maschile
- ✓ Sistema immunitario
- ✓ Apparato osteo-articolare
- ✓ Apparato cardiovascolare
- ✓ Apparato respiratorio
- ✓ Sistema nervoso
- ✓ Sistema endocrino e metabolico
- ✓ Patologie infettive
- ✓ Oncologia

Dott. Christian Fabrizio (Impedenziometria)

Differenze tra i diversi modelli In Body.

La gamma dei bioimpedenziometri viene analizzata in funzione delle specifiche esigenze di utilizzo dei corsisti, delle condizioni d'uso e delle informazioni diagnostiche necessarie agli specialisti per lo svolgimento del loro lavoro.

Prove pratiche di effettuazione dell'esame sui corsisti:

focus sulla variazione dei risultati di ogni corsista nell'arco del tempo intercorso fra una sessione e l'altra, cercando di correlarla a eventuali alterazioni dell'alimentazione o dello stile di vita.

Dott. Emiliano Bruni (Nutrizione & BMS)

Gestione pratica del paziente dal primo incontro ai successivi controlli.

Gestione pratica di un centro BMS: relazione con i pazienti, invio piani alimentari e strategie per una ottimizzazione dello studio professionale.

Il centro BMS dalla A alla Z: prenotazione appuntamenti, pianificazione delle consulenze di controllo, invio del piano alimentare, delle impedenziometrie e dei consigli nutraceutici.

Comunicazione post consulenza nutrizionale.

Conservazione della professionalità del Nutrizionista!

Esercitazioni eDiet per lo sviluppo di piani alimentari.

Costi, vantaggi e convenzioni

- Il costo del corso è di € 2.500,00 IVA compresa.

La partecipazione al corso da diritto:

- + all'apertura del **centro BMS in esclusiva**, nella zona di competenza prescelta.
- + all'utilizzo esclusivo (secondo le condizioni contrattuali) del **software eDiet**.
- + alla concessione del marchio **BMS**.
- + affiancamento professionale post corso, da parte dei docenti.
- + marketing del proprio centro BMS, sui social e sul sito www.bmsnutrizione.it, a carico della BMS Nutrizione srl.
- + sconto del 25% + condizioni di pagamento estremamente vantaggiose sull'acquisto degli impedenziometri **In Body**.