

Klagenfurt, im Jänner 2019

Detailprogramm: LG-Nr.: 19181
Speisekarte für Ihre Gesundheit -
Wie eine bewusste Ernährung unseren STOFFWECHSEL
aktiv beeinflusst
19.10.2019 - 20.10.2019

*„Erst wenn Du weißt, was die Lebensmittel mit Dir machen,
kannst Du mit ihnen machen, was Du willst“*

Unterrichtszeiten: Samstag, 19. Oktober 2019 09:00 - 17:00 Uhr
Sonntag, 20. Oktober 2019 09:00 - 16:30 Uhr

Lehrgangsbeschreibung:

Unser Stoffwechsel ist ein einzigartiger, komplexer, chemischer Prozess unseres Körpers. Schon kleinste Veränderungen eines Faktors können große Ergebnisdifferenzen zur Folge haben. Der französische Arzt Claude Bernard prägte bereits 1860 den Begriff ‚Homöostase‘, was mit einem ‚harmonischen Zusammenspiel‘ unseres Psycho Neuro-Endokrin-Immunsystems gleichzusetzen ist. Dabei hängt dieses Zusammenspiel von unterschiedlichen Faktoren wie z.B. Genetik, Toxine, Belastungsfaktoren etc. ab.

In diesem Lehrgang erläutern wir, wie die Ernährung (Zufuhr von Toxinen bzw. toxischen Metallen, Nährstoffmangel, schlechte Verdauung, Entzündungsauslöser etc.) dieses Zusammenspiel beeinflussen kann. Zusätzlich vermitteln wir neue Ansätze und Sichtweisen, um die unerlässliche Prävention, Diagnostik und Behandlungsoptionen zu verstehen und individuell gezielt anzuwenden.

Lehrgangsinhalte:

- Nutrigenetik und Nutrigenomik: wie die Nährstoffe unsere Genexpression modulieren
- „Functional Food“ (Nutraceutical) = funktionelle Lebensmittel
- Altern und krank werden: Wahrheit oder Mythos?
- Was beeinflusst unsere Gesundheit?
- Ein gesunder Stoffwechsel verspricht eine gesündere Zukunft
- Werden wir krank wegen der geerbten Gene oder weil wir die gleichen Essgewohnheiten behalten?

LG-Nr.: 19181

Änderungen vorbehalten !!!

- Zusammenhang von Ernährung mit Erkrankungen wie Diabetes, Adipositas, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Schilddrüsendysfunktion, Osteoporose
- Der bittere Nachgeschmack des Zuckers: Dopamin, Leptin, Ghrelin
- Toxine, Allergene, Entzündungen, Ernährung, Übersäuerung, Stress (Eustress vs. Dysstress)
- Chelatoren = Antinährstoffe
- Mythos-Cholesterin, Mythos Kohlenhydrate
- Metabolisches Syndrom
- Funktionelle Medizin (Biochemische Individualität)
- Krankheit vs. Prävention vs. physiologischer Optimierung

Leitung: Prof. Dr. Nelson ANNUNCIATO - BRA

- Prof. Dr. Nelson Annunciato arbeitete nach seinem Studium 6 Jahre lang als Assistent an der Universität in Sao Paulo (Spezialfach Biomedizin in der Abteilung für funktionelle Neuroanatomie), wo er sich mit der Erforschung des Nervensystems befasste.
- Ab 1999 erforschte er als Privatdozent an der Universität Mackenzie in Sao Paulo, Brasilien, die Entwicklungsstörungen des kindlichen Gehirnes.
- 2001 bekam er einen Lehrstuhl als Professor und Leiter der Abteilung für Entwicklungsstörungen an derselben Universität.
- Abgeschlossenes postgraduales Studium über „Adäquate Ernährung und endokrine Homöostase in der Behandlung und Prävention von altersbedingten Erkrankungen“.

Zielgruppe: für alle Berufsgruppen offen

Unterrichtseinheiten: 16 UE

LG-Nr.: 19181

Änderungen vorbehalten !!!