

# L'uso dei Rimedi Naturali nella pratica osteopatica

## Parte online (programma dettagliato)

- Primum non nocere (red flags e controindicazioni)
- Storia dei Rimedi Naturali (dall'Antica Cina alla Fitoterapia moderna)
- Piante e preparati (Decotti, Tisane, Tinture, Macerati, Polveri, Estratti, Oli Essenziali, Resine e Balsami)
- Le principali sostanze bioattive (Antrachinoni, Cumarine, Flavonoidi, Glicosidi, Glucosinolati, Lignani, Saponine, Stilbeni e Tannini)
- Cenni storici e aneddoti sugli Alcaloidi (dalla caffeina alle sostanze psichedeliche, impatto degli Alcaloidi sulle società)
- Le Vitamine (vitamine idrosolubili e liposolubili, funzioni dettagliate delle singole vitamine, consigli pratici nel recupero post-antibiotico)
- Focus su Vitamina A, Vitamina C, Vitamina D, Vitamina E e Acido Folico (Migliori integratori sul mercato, quando e come usarli)
- Minerali e Oligoelementi (storia dell'Oligoterapia, funzioni dettagliate dei singoli minerali, consigli pratici e caso clinico)
- Focus sul Magnesio (come scegliere la giusta formulazione, l'uso del Magnesio in caso di cefalea, crampi muscolari, fibromialgia, sindrome della fatica cronica, stitichezza)
- Le Fibre (fibre solubili e insolubili, il ruolo degli SCFA, integratori e consigli pratici in caso di stitichezza)
- Gli Acidi Grassi Essenziali (Omega 3 e Omega 6, funzioni dettagliate e ruolo nell'infiammazione sistemica)
- Fegato e Vie Biliari (interesse osteopatico, segni e sintomi di un fegato affaticato, relazioni con il sistema muscolo-scheletrico, consigli alimentari di base, rimedi naturali da associare al trattamento osteopatico, consigli pratici per discinesie epato-biliari, difficoltà digestive, fango biliare e detossificazione epatica, epatoprotettori, piante coleretiche e colagoghe, caso clinico)



## Parte in presenza (programma dettagliato)

- Esofago e Stomaco (interesse osteopatico, relazioni con il sistema muscolo-scheletrico, consigli alimentari di base, rimedi naturali da associare al trattamento osteopatico, piante lenitive, carminative, digestive e contro la nausea, consigli pratici per reflusso gastro-esofageo e difficoltà digestive, caso clinico)
- Intestino (interesse osteopatico, relazioni con il sistema muscolo-scheletrico, consigli alimentari di base, rimedi naturali da associare al trattamento osteopatico, antimicrobici, antimicotici e antiparassitari naturali, consigli pratici in caso di candida, parassitosi e colon irritabile, la stipsi, i lassativi osmotici e di massa, casi clinici)
- Sistema Cardiovascolare (interesse osteopatico, relazioni con il sistema muscolo-scheletrico, consigli alimentari di base, rimedi naturali da associare al trattamento osteopatico, il ruolo della prevenzione, gli antiossidanti, consigli pratici per tachi-aritmie, ipertensione arteriosa e insufficienza venosa periferica, piante cardio-sedative, diuretiche e flebotoniche, caso clinico)
- Apparato Respiratorio (interesse osteopatico, relazioni con il sistema muscolo-scheletrico, consigli alimentari di base, rimedi naturali da associare al trattamento osteopatico, consigli pratici per rino-sinusiti, tosse, afonie e affezioni delle alte vie respiratorie, rimedi balsamici e mucolitici, oli essenziali, balsamo espettorante fatto in casa, caso clinico)
- Apparato Genito-Urinario (interesse osteopatico, relazioni con il sistema muscolo-scheletrico, consigli alimentari di base, rimedi naturali da associare al trattamento osteopatico, consigli pratici per calcolosi renale e cistiti recidivanti, piante disinfettanti delle vie urinarie, piante diuretiche e drenanti, consigli pratici per ipertrofia prostatica benigna, sindrome pre-mestruale e pcos, gli integratori utili in menopausa, casi clinici)
- Sistema Muscolo-Scheletrico (interesse osteopatico, consigli alimentari di base, rimedi naturali da associare al trattamento osteopatico nella gestione del dolore acuto e del post trauma, i condroprotettori, caso clinico)
- Sistema Nervoso (interesse osteopatico, relazioni con il sistema muscolo-scheletrico, consigli alimentari di base, rimedi naturali da associare al trattamento osteopatico, consigli pratici per il disturbo d'ansia lieve e insonnia, piante sedative e tonico-adattogene, consigli pratici in caso di nevriti e nevralgie, casi clinici)
- Sistema Immunitario e Cenni di Micoterapia

