MASTER di II Livello

Human Longevity

2ª Edizione

1500 ore 60 CFU

Anno accademico 2026/2027

MA490

Titolo	Human Longevity
Edizione	2ª Edizione
Area	CONSORZIO UNIVERSITARIO HUMANITAS
Categoria	MASTER
Livello	II Livello
Anno accademico	2026/2027
Durata	Durata annuale, per un complessivo carico didattico pari a 1500 ore corrispondenti a 60 CFU

Presentazione

Il Master si propone di offrire una formazione multidisciplinare avanzata sul processo di invecchiamento, combinando solide basi scientifiche con applicazioni cliniche e pratiche, per formare professionisti capaci di promuovere una vita lunga, sana e attiva.

- Formazione multidisciplinare con applicazioni pratiche

Fornire una preparazione completa e integrata sui meccanismi dell'invecchiamento e sulle strategie per favorire longevità e benessere, unendo conoscenze teoriche e competenze cliniche operative.

- Analisi delle basi scientifiche dell'invecchiamento

Approfondire i fondamenti scientifici del processo di invecchiamento, studiandone la biochimica, la genetica, e i meccanismi cellulari e molecolari che ne sono alla base.

- Prevenzione e promozione della salute

Promuovere pratiche preventive e strategie di salute in grado di rallentare l'insorgenza delle malattie e migliorare la qualità della vita degli anziani, con particolare attenzione alla prevenzione primaria e secondaria.

- Strategie nutrizionali per la longevità

Analizzare il ruolo della nutrizione nella promozione della salute e nella prevenzione delle patologie legate all'età, approfondendo approcci come la restrizione calorica, il digiuno intermittente, la nutrizione funzionale e la mindful eating.

- Integrazione di approcci clinici e terapeutici

Offrire una visione integrata delle strategie terapeutiche per la gestione delle alterazioni ormonali, dei processi infiammatori e di altri cambiamenti fisiologici, con particolare attenzione alla salute della donna e alla personalizzazione dei programmi di attività e cura.

- Medicina personalizzata e innovazione

Formare i professionisti ai principi e ai vantaggi della medicina personalizzata, sviluppando competenze nella prevenzione individualizzata e nella definizione di interventi terapeutici su misura per affrontare le sfide dell'invecchiamento.

- Aspetti psicologici e spirituali dell'invecchiamento

Esplorare la dimensione psicologica e spirituale dell'invecchiamento, con attenzione alla salute cognitiva, alla gestione del dolore, al sostegno della comunità e al ruolo della spiritualità in un approccio olistico alla persona.

- Consapevolezza culturale e sociale

Continua alla pagina ssuccessiva...

Presentazione	Sviluppare una comprensione approfondita delle differenze culturali e sociali che influenzano la percezione e la gestione dell'invecchiamento, al fine di adottare strategie di intervento più inclusive ed efficaci.

Finalità

Il Master si propone di offrire una formazione multidisciplinare avanzata sul processo di invecchiamento, combinando solide basi scientifiche con applicazioni cliniche e pratiche, per formare professionisti capaci di promuovere una vita lunga, sana e attiva.

- Formazione multidisciplinare con applicazioni pratiche

Fornire una preparazione completa e integrata sui meccanismi dell'invecchiamento e sulle strategie per favorire longevità e benessere, unendo conoscenze teoriche e competenze cliniche operative.

- Analisi delle basi scientifiche dell'invecchiamento

Approfondire i fondamenti scientifici del processo di invecchiamento, studiandone la biochimica, la genetica, e i meccanismi cellulari e molecolari che ne sono alla base.

- Prevenzione e promozione della salute

Promuovere pratiche preventive e strategie di salute in grado di rallentare l'insorgenza delle malattie e migliorare la qualità della vita degli anziani, con particolare attenzione alla prevenzione primaria e secondaria.

- Strategie nutrizionali per la longevità

Analizzare il ruolo della nutrizione nella promozione della salute e nella prevenzione delle patologie legate all'età, approfondendo approcci come la restrizione calorica, il digiuno intermittente, la nutrizione funzionale e la mindful eating.

- Integrazione di approcci clinici e terapeutici

Offrire una visione integrata delle strategie terapeutiche per la gestione delle alterazioni ormonali, dei processi infiammatori e di altri cambiamenti fisiologici, con particolare attenzione alla salute della donna e alla personalizzazione dei programmi di attività e cura.

- Medicina personalizzata e innovazione

Formare i professionisti ai principi e ai vantaggi della medicina personalizzata, sviluppando competenze nella prevenzione individualizzata e nella definizione di interventi terapeutici su misura per affrontare le sfide dell'invecchiamento.

- Aspetti psicologici e spirituali dell'invecchiamento

Esplorare la dimensione psicologica e spirituale dell'invecchiamento, con attenzione alla salute cognitiva, alla gestione del dolore, al sostegno della comunità e al ruolo della spiritualità in un approccio olistico alla persona.

- Consapevolezza culturale e sociale

Continua alla pagina ssuccessiva...

Finalità

Sviluppare una comprensione approfondita delle differenze culturali e sociali che influenzano la percezione e la gestione dell'invecchiamento, al fine di adottare strategie di intervento più inclusive ed efficaci.

Contenuti

	Modulo	Tematica	SSD	CFU
1	Mod.1	Invecchiamento e LongevitÃ : Paradigmi, Prevenzione e Prospettive Cliniche	MEDS-26/A	12
2	Mod.2	Nutrizione e Salute: Dalle Basi Biochimiche alle Strategie di Intervento	MEDS-26/A	12
3	Mod.3	Approcci Clinici e Terapeutici Multidisciplinari	MEDS-26/A	12
4	Mod.4	L'Invecchiamento tra Corpo, Mente e Spirito: Dimensioni Terapeutiche e Etiche	MEDS-26/A	12
5	Tirocinio	Tirocinio		8
6	Verifiche e prova finale	Verifiche e prova finale		4
Totale		**60**		

Requisiti di ammissione

- Laurea magistrale/specialistica, Laurea vecchio ordinamento o altro titolo di studio universitario conseguito all'estero riconosciuto idoneo in discipline sanitarie, sociosanitarie o altri titoli equipollenti ritenuti congrui dalla Direzione del Master

Termini iscrizione

30 Aprile 2027

Quota di iscrizione

€ 560,00

ai quali si aggiungono € 50 per Contributo per Servizi accessori alla retta
da versare in unica soluzione all'atto dell'iscrizione

Modalità pagamento	**Modalità FAD: € 2.800,00 (duemilaottocento/00)** I pagamenti possono essere effettuati in rate così ripartite: • quota pre-iscrizione: € 100,00 da versare al Consorzio Universitario Humanitas • quota immatricolazione: € 560,00 da versare all'Università San Raffaele • I rata di € 570,00 entro il 1 mese dall'attivazione del master, da versare al Consorzio Universitario Humanitas • II rata di € 570,00, entro il 2 mese dall'attivazione del master, da versare al Consorzio Universitario Humanitas • III e ultima rata di € 1000,00, entro il 3 mese dall'attivazione del master, da versare al Consorzio Universitario Humanitas **Si segnala che all'importo della quota di immatricolazione va aggiunto l'importo di € 16,00 di marca da bollo che dovrà essere saldato dopo l'immatricolazione.**
Informazioni	PROCEDURA DI ISCRIZIONE E ACCESSO AI SERVIZI DIDATTICO-AMMINISTRATIVI Step 1: Pre-iscrizione Effettuare la preiscrizione sul portale del Consorzio Universitario Humanitas e procedere con la registrazione Utente: • modalità FAD tramite il seguente LINK: Modalità FAD Step 2: Immatricolazione Ricevuta la conferma di pre-iscrizione, procedere con l'immatricolazione sul portale dell'Università Telematica San Raffaele Il sistema conferma l'invio della Domanda di immatricolazione e comunica il numero di matricola tramite e-mail da parte dell'ufficio immatricolazione dell'Ateneo. Per essere regolarmente iscritti e ottenere l'accesso ai contenuti didattici sulla piattaforma di e-learning del Consorzio è necessario **inviare via e-mail il proprio numero matricola** a segreteria@consorziohumanitas.com. Tutte le lezioni saranno disponibili sulla piattaforma del Consorzio Universitario Humanitas.