



**Università
San Raffaele**
Roma

MASTER di II Livello

Human Longevity. Modalità BLENDED

2^a Edizione

1500 ore 60 CFU

Anno accademico 2025/2026

MA374

Titolo	Human Longevity. Modalità BLENDED
Edizione	2ª Edizione
Area	CONSORZIO UNIVERSITARIO HUMANITAS
Categoria	MASTER
Livello	II Livello
Anno accademico	2025/2026
Durata	Durata annuale, per un complessivo carico didattico pari a 1500 ore corrispondenti a 60 CFU
Presentazione	Il Master è rivolto a tutti coloro che intendano: Acquisire una preparazione completa e integrata sui processi dell'invecchiamento e sulle strategie per una vita lunga e sana, combinando conoscenze teoriche e applicazioni cliniche; Analizzare le Basi Scientifiche dell'Invecchiamento; Promuovere pratiche preventive e strategie di salute che rallentino l'insorgenza di malattie e migliorino il benessere generale degli anziani, con un focus su prevenzione primaria e secondaria; Esplorare le Strategie Nutrizionali per la Longevità; Integrare Approcci Clinici e Terapeutici; Incorporare Tecnologie Avanzate nella Pratica Clinica; Sviluppare Approcci Innovativi di Medicina Personalizzata; Considerare Dimensioni Psicologiche e Spirituali dell'Invecchiamento; Affrontare Questioni Etiche dell'Invecchiamento; Promuovere la Consapevolezza Culturale e Sociale.

Finalità

Il Master è finalizzato a:

1. Offrire una Formazione Multidisciplinare Avanzata: Fornire una preparazione completa e integrata sui processi dell'invecchiamento e sulle strategie per una vita lunga e sana, combinando conoscenze teoriche e applicazioni cliniche.
2. Analizzare le Basi Scientifiche dell'Invecchiamento: Approfondire le fondamenta scientifiche dell'invecchiamento, inclusi biochimica, genetica e meccanismi cellulari e molecolari.
3. Favorire la Prevenzione e la Promozione della Salute: Promuovere pratiche preventive e strategie di salute che rallentino l'insorgenza di malattie e migliorino il benessere generale degli anziani, con un focus su prevenzione primaria e secondaria.
4. Esplorare le Strategie Nutrizionali per la Longevità: Esaminare il ruolo della nutrizione nella promozione della salute e nella prevenzione delle malattie, con un focus su approcci come la restrizione calorica, il digiuno intermittente, la nutrizione funzionale la Mindful Eating.
5. Integrare Approcci Clinici e Terapeutici: Offrire una visione integrata delle strategie terapeutiche per gestire le alterazioni ormonali, l'infiammazione, la liposcultura metabolica, la chirurgia rigenerativa e la medicina estetica, con attenzione alla salute della donna e ai programmi di allenamento personalizzati.
6. Sviluppare Approcci Innovativi di Medicina Personalizzata: Educare i professionisti ai principi e vantaggi della medicina personalizzata, inclusa la prevenzione individualizzata e la personalizzazione degli interventi terapeutici per affrontare le sfide dell'invecchiamento.
7. Considerare Dimensioni Psicologiche e Spirituali dell'Invecchiamento: Esplorare gli aspetti psicologici e spirituali dell'invecchiamento, inclusa la salute cognitiva, la gestione del dolore, il ruolo della comunità e la spiritualità, per un approccio olistico alle sfide dell'invecchiamento.
8. Promuovere la Consapevolezza Culturale e Sociale: Sviluppare una comprensione approfondita delle differenze culturali e sociali nella percezione e gestione dell'invecchiamento, per un'assistenza più inclusiva e rispettosa della diversità.

Contenuti

	Modulo	Tematica	SSD	CFU
1	Mod.1	Invecchiamento e Longevità : 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	Esercitazioni e prova finale	Esercitazioni 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, socio-sanitarie o altri titoli equipollenti ritenuti congrui dalla Direzione del Master.
Termini iscrizione	30 Giugno 2026
Quota di iscrizione	€ 800,00 ai quali si aggiungono € 50 per Contributo per Servizi accessori alla retta da versare in unica soluzione all'atto dell'iscrizione
Modalità pagamento	Modalità Blended: € 4.000,00 (quattromila/00) I pagamenti possono essere effettuati in rate così ripartite: • quota pre-iscrizione: € 100,00 da versare al Consorzio Universitario Humanitas • quota immatricolazione: € 800,00 da versare all'Università • I rata di € 1000,00, entro il 1° mese dall'attivazione del master, da versare all' Università • II e ultima rata di € 1000,00, entro il 2° mese dall'attivazione del master, da versare all'Università • III e ultima rata di € 1100,00, entro il 3° mese dall'attivazione del master, da versare all' Università

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 blended tramite il seguente LINK: [Modalità BLENDED](#)

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.

Accedere alla sezione personale sul portale del Consorzio Universitario Humanitas con le proprie credenziali ed inserire il numero di matricola ricevuto dall'Ateneo.

Tutte le lezioni saranno disponibili sulla piattaforma del Consorzio Universitario Humanitas.