



## **Panakeia. Scuola di Naturopatia e Tuina**

Viale Alessandro Volta, 127 - 50131 Firenze  
presso SINERGIE, centro di Medicina Naturale  
Tel: 055 57 07 66 - 366 344 746 8 - Fax: 055 5530469  
www.formazionenaturopatia.com - info@panakeiafirenze.com

### ***Corso sui Fitocomplementi***

**Docente: Fabio Nocentini, [www.fabionocentini.altervista.org](http://www.fabionocentini.altervista.org)**

Vengono illustrate in maniera dettagliata le 100 piante medicinali di uso più comune e i rimedi contenenti fitoderivati tipici di altre discipline, come l'ayurveda e la fitoterapia cinese.

Nel corso sono previste parti pratiche di ricerca dei rimedi più efficaci per ciascuno dei partecipanti (esercizi a coppie mediante colloquio e test kinesiologici).

#### **Argomenti trattati:**

- I principi attivi presenti nelle piante medicinali e le modalità estrattive: tisana (infuso e decotto), tintura madre, estratto secco (compresse e capsule con polveri micronizzate), macerato glicerico;
- Descrizione, proprietà e utilizzi delle piante principali, nelle varie forme galeniche (esclusi gli oli essenziali); panoramica su altre piante attraverso il ricorso a libri, proutuari e cataloghi;
- Le miscele in forma liquida o in capsule, già pronte, reperibili in commercio;
- Le piante adattogene (antistress): Astragalo, Eleuterococco, Ginseng, Rodiola, Schisandra, Withania (Ashwagandha) e altre;
- I rimedi lassativi e come usarli; i probiotici intestinali;
- Cenni sull'associazione di tinture madri e oli essenziali, in modo da creare le aromatinture;
- I rimedi ayurvedici;
- I rimedi della fitoterapia cinese;
- Esercitazioni pratiche.

