

MAGNESIO NELLA DONNA IN ETÀ FERTILE: BASI FISIOPATOLOGICHE E APPLICAZIONI CLINICHE INTEGRATE NEI PRINCIPALI DISTURBI GINECOLOGICI

Formazione a Distanza
10 crediti ECM

Data inizio 22/3/2026 – Data fine 31/12/2026

Durata: 10 ore (slides e articoli scientifici 7 ore, approfondimento 3 ore)

Responsabile scientifico e docente: Dott.ssa Simona Angela Nava

Obiettivo formativo: CONTENUTI TECNICO-PROFESSIONALI (CONOSCENZE E COMPETENZE) SPECIFICI DI CIASCUNA PROFESSIONE, DI CIASCUNA SPECIALIZZAZIONE E DI CIASCUNA ATTIVITÀ ULTRASPECIALISTICA, IVI INCLUSE LE MALATTIE RARE E LA MEDICINA DI GENERE

Professioni accreditate: Medico (tutte le discipline), Biologo, Dietista, Psicologo, Ostetrica/o, Infermiere, Fisioterapista, Massofisioterapista, Farmacista

Fornire ai professionisti sanitari competenze aggiornate sul ruolo fisiopatologico del magnesio nella donna fertile e sulle evidenze cliniche relative al suo impiego integrato nella gestione di PMS, dismenorrea, endometriosi e alterazioni neuroendocrine correlate.

PROGRAMMA

CAPITOLO 1 — Fondamenti biologici e fisiologia del magnesio nella donna fertile

Contenuti

1. Magnesio: ruoli chiave (ATPasi, canali ionici, neuromediatori)
2. Omeostasi e regolazione: intestino–rene–osso
3. Magnesio e asse HPA (stress), neurotrasmettitori e sintomi funzionali
4. Magnesio e infiammazione: stress ossidativo, mediatori pro-infiammatori
5. Interazioni: calcio, vitamina D, B6, farmaci (PPI, diuretici ecc.)
6. Forme di magnesio: biodisponibilità e tollerabilità (citrato, pidolato, bisglicinato ecc.)

CAPITOLO 2 — Magnesio e sindrome premestruale (PMS/PMDD): razionale ed evidenze

Contenuti

1. PMS/PMDD: definizioni, criteri diagnostici, burden clinico
2. Ruolo di magnesio su:
 - o sintomi affettivi e ansiosi (GABA, NMDA)
 - o cefalea/migragna catameniale
 - o ritenzione idrica e mastodinia
3. Evidenze cliniche:
 - o magnesio da solo vs magnesio + vitamina B6
 - o outcome utilizzati negli studi (score sintomi, qualità di vita)
4. Protocollo di supporto:

- o timing (fase luteale vs continuo)
 - o durata minima e follow-up
5. Counseling e aderenza

CAPITOLO 3 — Dismenorrea, dolore pelvico ed endometriosi: magnesio come supporto integrato

Contenuti

1. Dismenorrea primaria: fisiopatologia (prostaglandine, ipercontrattilità)
2. Magnesio e muscolatura liscia:
 - o antagonismo funzionale con calcio
 - o rilassamento muscolare e modulazione dolore
3. Dolore pelvico cronico ed endometriosi:
 - o infiammazione cronica, stress ossidativo, sensibilizzazione centrale
 - o potenziale ruolo del magnesio come modulatore neuromuscolare e neuroinfiammatorio
4. Strategie pratiche:
 - o schema di integrazione (ciclico vs continuativo)
 - o sinergie con omega-3, vitamina D, interventi lifestyle

COGNOME	NOME	PROFESSIONE	DISCIPLINA	ENTE DI APPARTENENZA LIBERA PROFESSIONE	DESCRIZIONE ATTIVITA' PROFESSIONALE/FORMATIVA
NAVA	SIMONA ANGELA	MEDICO CHIRURGO	GINECOLOGIA E OSTETRICIA	LIBERO PROFESSIONISTA	STUDIO PRIVATO; Direttore sanitario Centro diagnostico e terapeutico Doctors&Doulas
Il provider dichiara ai sensi dell'art. 76 del DPR n.445/2000: - di aver fornito all'interessato l'informativa sul trattamento dei dati personali (art. 13 del Regolamento europeo 2016/679; artt. 68, 70, 76, 96 Accordo Stato-Regioni 2017 "La formazione continua nel settore salute"- Rep. Atti 14/CSR del 2.2.2017 - Par. 4.6, lett. j) Manuale Nazionale di Accreditamento per l'Erogazione di Eventi ECM); - di aver informato l'interessato che il programma dell'evento ECM, di cui le suddette informazioni contribuiscono a formarne il contenuto minimo, verrà inserito nel catalogo degli eventi E.C.M. tenuto dall'ente accreditante;					

Simona Nava è una professionista nel campo della ginecologia e ostetricia con un'ampia esperienza lavorativa e accademica.

- **Esperienza lavorativa:** Ha lavorato in diverse strutture sanitarie come il Centro diagnostico e terapeutico Doctors&Doulas, Humanitas San Pio X e vari ospedali, ricoprendo ruoli di responsabilità e svolgendo attività ambulatoriali e di guardia in ostetricia e ginecologia.
- **Formazione:** Ha conseguito il diploma di Baccalaureato Internazionale, una laurea in Medicina e Chirurgia con lode e una specializzazione in Ginecologia e Ostetricia, sempre con lode.
- **Esperienze internazionali e ricerca:** Ha partecipato a vari programmi di formazione e ricerca in ambito universitario, sia in Italia che negli Stati Uniti, concentrandosi su diagnosi prenatale e cardiologia fetale.