

Clinical Nutrition

SPIN-OFF

L'intervento nutrizionale nel "caos" ormonale: gestire i sintomi delle fluttuazioni in PMS e perimenopausa

Esploreremo la stretta correlazione tra i livelli di estrogeni e la liberazione di istamina, un legame chiave per comprendere molti dei disturbi che caratterizzano la sindrome premestruale e la perimenopausa.

Analizzeremo come le fluttuazioni ormonali possano influenzare la tolleranza all'istamina e come l'intervento nutrizionale possa agire per attenuare i sintomi fisici e neurologici legati a questo squilibrio.



25 Marzo 2026

Ore 21:00

Per iscriverti

[Clicca qui](#)



Dott. Andrea Biagi
Biologo nutrizionista,
dottore in Scienze del
Fitness, Specializzato in
esercizio clinico; Esperto
in Medicina Sistemica.
Appassionato e
studioso dei ritmi
circadiani e sonno