



**Università  
San Raffaele**  
Roma

**MASTER di II Livello**

**Human Longevity**

**2<sup>a</sup> Edizione**

**1500 ore 60 CFU**

**Anno accademico 2026/2027**

**MA490**

|                        |                                                                                             |
|------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Titolo</b>          | Human Longevity                                                                             |
| <b>Edizione</b>        | 2 <sup>a</sup> Edizione                                                                     |
| <b>Area</b>            | CONSORZIO UNIVERSITARIO HUMANITAS                                                           |
| <b>Categoria</b>       | MASTER                                                                                      |
| <b>Livello</b>         | II Livello                                                                                  |
| <b>Anno accademico</b> | 2026/2027                                                                                   |
| <b>Durata</b>          | 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 successiva...](#)

|                      |                                                                                                                                                                                                                       |
|----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                      |                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Presentazione</b> | 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 successiva...](#)

|                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                               |           |          |     |     |   |       |                                                                            |           |    |   |       |                                                                          |           |    |   |       |                                                  |           |    |   |       |                                                                               |           |    |   |           |           |  |   |   |                          |                          |  |   |        |  |  |    |  |
|-------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|-----------|----------|-----|-----|---|-------|----------------------------------------------------------------------------|-----------|----|---|-------|--------------------------------------------------------------------------|-----------|----|---|-------|--------------------------------------------------|-----------|----|---|-------|-------------------------------------------------------------------------------|-----------|----|---|-----------|-----------|--|---|---|--------------------------|--------------------------|--|---|--------|--|--|----|--|
|                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                               |           |          |     |     |   |       |                                                                            |           |    |   |       |                                                                          |           |    |   |       |                                                  |           |    |   |       |                                                                               |           |    |   |           |           |  |   |   |                          |                          |  |   |        |  |  |    |  |
| 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               | <table><tr><td></td><td>Modulo</td><td>Tematica</td><td>SSD</td><td>CFU</td></tr><tr><td>1</td><td>Mod.1</td><td>Invecchiamento e Longevità : Paradigmi, Prevenzione e Prospettive Cliniche</td><td>MEDS-26/A</td><td>12</td></tr><tr><td>2</td><td>Mod.2</td><td>Nutrizione e Salute: Dalle Basi Biochimiche alle Strategie di Intervento</td><td>MEDS-26/A</td><td>12</td></tr><tr><td>3</td><td>Mod.3</td><td>Approcci Clinici e Terapeutici Multidisciplinari</td><td>MEDS-26/A</td><td>12</td></tr><tr><td>4</td><td>Mod.4</td><td>L'Invecchiamento tra Corpo, Mente e Spirito: Dimensioni Terapeutiche e Etiche</td><td>MEDS-26/A</td><td>12</td></tr><tr><td>5</td><td>Tirocinio</td><td>Tirocinio</td><td></td><td>8</td></tr><tr><td>6</td><td>Verifiche e prova finale</td><td>Verifiche e prova finale</td><td></td><td>4</td></tr><tr><td colspan="2">Totale</td><td></td><td>60</td><td></td></tr></table> |                                                                               | 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 | Verifiche e prova finale | Verifiche e prova finale |  | 4 | Totale |  |  | 60 |  |
|                         | 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                       | Verifiche e prova finale                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Verifiche e prova finale                                                      |           | 4        |     |     |   |       |                                                                            |           |    |   |       |                                                                          |           |    |   |       |                                                  |           |    |   |       |                                                                               |           |    |   |           |           |  |   |   |                          |                          |  |   |        |  |  |    |  |
| Totale                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                               | 60        |          |     |     |   |       |                                                                            |           |    |   |       |                                                                          |           |    |   |       |                                                  |           |    |   |       |                                                                               |           |    |   |           |           |  |   |   |                          |                          |  |   |        |  |  |    |  |
| Requisiti di ammissione | <ul style="list-style-type: none"><li>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</li></ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                               |           |          |     |     |   |       |                                                                            |           |    |   |       |                                                                          |           |    |   |       |                                                  |           |    |   |       |                                                                               |           |    |   |           |           |  |   |   |                          |                          |  |   |        |  |  |    |  |
| Termini iscrizione      | 30 Aprile 2027                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                               |           |          |     |     |   |       |                                                                            |           |    |   |       |                                                                          |           |    |   |       |                                                  |           |    |   |       |                                                                               |           |    |   |           |           |  |   |   |                          |                          |  |   |        |  |  |    |  |
| Quota di iscrizione     | <p>€ 560,00</p> <p>ai quali si aggiungono € 50 per Contributo per Servizi accessori alla retta da versare in unica soluzione all'atto dell'iscrizione</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                               |           |          |     |     |   |       |                                                                            |           |    |   |       |                                                                          |           |    |   |       |                                                  |           |    |   |       |                                                                               |           |    |   |           |           |  |   |   |                          |                          |  |   |        |  |  |    |  |

|                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|----------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Modalità pagamento</b></p> | <p><b>Modalità FAD: € 2.800,00 (duemilaottocento/00)</b></p> <p>I pagamenti possono essere effettuati in rate così ripartite:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• quota pre-iscrizione: € 100,00 da versare al Consorzio Universitario Humanitas</li> <li>• quota immatricolazione: € 560,00 da versare all'Università San Raffaele</li> <li>• I rata di € 570,00 entro il 1 mese dall'attivazione del master, da versare al Consorzio Universitario Humanitas</li> <li>• Il rata di € 570,00, entro il 2 mese dall'attivazione del master, da versare al Consorzio Universitario Humanitas</li> <li>• III e ultima rata di € 1000,00, entro il 3 mese dall'attivazione del master, da versare al Consorzio Universitario Humanitas</li> </ul> <p><b><u>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.</u></b></p>                                                                                                                                                                         |
| <p><b>Informazioni</b></p>       | <p>PROCEDURA DI ISCRIZIONE E ACCESSO AI SERVIZI DIDATTICO-AMMINISTRATIVI</p> <p>Step 1: Pre-iscrizione</p> <p>Effettuare la preiscrizione sul portale del Consorzio Universitario Humanitas e procedere con la registrazione Utente:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• modalità FAD tramite il seguente LINK: <a href="#">Modalità FAD</a></li> </ul> <p>Step 2: Immatricolazione</p> <p>Ricevuta la conferma di pre-iscrizione, procedere con l'immatricolazione sul portale dell'Università Telematica San Raffaele</p> <p>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.</p> <p>Per essere regolarmente iscritti e ottenere l'accesso ai contenuti didattici sulla piattaforma di e-learning del Consorzio è necessario <b>inviare via e-mail il proprio numero matricola</b> a <a href="mailto:segreteria@consorziohumanitas.com">segreteria@consorziohumanitas.com</a>.</p> <p>Tutte le lezioni saranno disponibili sulla piattaforma del Consorzio Universitario Humanitas.</p> |