

ABTG lancia il progetto "Biohacking Factor"

Un nuovo percorso che insegnerà a migliorare le proprie prestazioni fisiche e di salute e di conseguenza le performance professionali e imprenditoriali

Milano, xx giugno 2022 – **ABTG**, società di formazione finanziaria fondata da Alfio Bardolla, annuncia un importante ampliamento della propria sfera di attività con il lancio del nuovo brand e percorso formativo "**Biohacking Factor**", che sarà sviluppato parallelamente alle altre attività del gruppo, e la cui Direzione è stata affidata alla **Dottoressa Elisabetta Bernardini**, 1st Functional Medicine Health Coach in Italy.

Obiettivo principale del progetto sarà divulgare al grande pubblico le tematiche degli approcci di **medicina funzionale, di lifestyle medicine, della medicina anti-aging, della medicina rigenerativa**, cioè di tutti gli approcci di medicina preventiva, personalizzata, predittiva e partecipativa che stanno creando ormai da anni un cambio di paradigma in medicina, grazie alle innumerevoli e continue scoperte nel campo della genetica e dell'epigenetica.

Il Biohacking, disciplina che sta prendendo sempre più piede nella Silicon Valley, si basa sulla convinzione che **occorra informare e formare le persone in un'ottica di prevenzione primaria, di massimizzazione del proprio potenziale di salute e delle proprie performance** fisiche, emotive, cognitive, sessuali, nel presupposto che si possano e si debbano "hackerare" le false credenze a riguardo: errate convinzioni che fanno dare per scontato che malattie ed invecchiamento semplicemente "accadano" e non vi sia nulla nel potere dell'individuo per preservare e potenziare il proprio patrimonio di salute.

Ma perché una società di formazione finanziaria decide di occuparsi di salute? Per la **stretta correlazione che esiste tra le nostre condizioni fisiche e le performance dal punto di vista professionale o imprenditoriale**, e quindi il successo che possiamo ottenere nella nostra attività lavorativa. Ma non è tutto.

"Al di là del corso in sé, abbiamo davvero una grande occasione per aiutare le persone a prendere realmente le redini della propria salute in un momento storico così delicato. Viviamo una sorta di paradosso, dove ci sono moltissime evidenze, che incredibilmente non vengono portate a conoscenza delle persone: basterebbe insegnare a riconoscere certi segnali, certi sintomi, per salvare letteralmente la vita a gran parte della popolazione", spiega la Dottoressa Elisabetta Bernardini. "E anche senza considerare i casi più gravi, c'è moltissimo da fare in autonomia per guadagnarsi una qualità dell'esistenza e una longevità straordinarie, diverse da quelle che vediamo

quotidianamente nelle nostre strade, nonostante l'allungamento generalizzato dell'età cronologica. L'obiettivo del progetto è di dare il quadro di riferimento scientifico e gli strumenti per realizzare tutto ciò”.

L'impostazione scientifica del corso si basa sui principi di medicina funzionale **dell'Institute for Functional Medicine di Washington**, della **Lifestyle Medicine della Harvard Medical School di Boston** e dei più recenti e avanzati studi sulla **longevità** e sul **reverse aging**. Il progetto parte dalla creazione di un **video corso**, alla realizzazione del quale hanno già aderito moltissimi **keynote speaker internazionali e nazionali**, intervenendo sia con video lecture dedicate, sia con interviste che andranno a comporre un'opera armonica e integrata, grazie al substrato di impostazioni scientifiche condivise e interrelate.

Appassionato della tematica, che studia da anni, Alfio Bardolla ha infatti voluto coinvolgere nel progetto alcuni dei nomi più autorevoli in ambito Biohacking, tra cui:

- **Dott. Mark Hyman**, medico, maggior esponente di medicina funzionale, board dell'Institute for Functional Medicine (Washington), direttore dell'innovazione e ricerca strategica del Cleveland Clinic Center for Functional Medicine, fondatore dell'Ultrawellness Center (Lenox, Massachusetts), undici volte best selling author della classifica del New York Times.
- **Dave Asprey**, considerato il padre del biohacking, Ingegnere informatico della Silicon Valley, imprenditore, autore di sei libri e due volte nella classifica "best selling author" del New York Times.
- **Tim Gray**, imprenditore, padre del biohacking londinese e fondatore del Health Optimization Summit.
- **Dr. Michel Breus**, detto Dr. Sleep (Dottor Sonno), ha concentrato le proprie ricerche mediche sull'importanza dei ritmi circadiani e i ritmi fisiologici del sonno, divenendo un'autorità mondiale in materia di disturbi del sonno.
- **Dott. Scott Sherr**, medico di Los Angeles, specialista di medicina iperbarica anche ai fini anti-aging e di ottimizzazione della salute.
- e ancora **Dott. Mike Maric**, **Dott. Massimo Gualerzi**, **Max Calderan** e molti altri.

L'obiettivo del corso è esplorare con i massimi esperti del settore i **campi della nutrizione, dell'attività fisica, dello stress management, del hormonal and emotional management** in ottica di psiconeuroendocrinoimmunologia e di psicologia positiva, dell'igiene del sonno, delle tecniche di rilassamento, per spiegare i meccanismi e le interconnessioni della biologia dei sistemi e le leve di intervento dei fattori di stili di vita modificabili.

Parallelamente si intende esplorare tutto il mondo degli **strumenti oggi disponibili per il controllo della propria salute**, dalle nuove tecniche diagnostiche di indagine, alle nuove tecniche e strumenti di cura, fino ai device per il monitoraggio quotidiano da parte del paziente.

Tutte le informazioni sul corso e sulle modalità di partecipazione sono disponibili al link:

* * *

Alfio Bardolla

Alfio Bardolla è fondatore e master trainer della Alfio Bardolla Training Group S.p.A. (ABTG), società leader in Europa nella formazione finanziaria personale, ha formato oltre 50.000 persone attraverso programmi audio, video, corsi dal vivo e coaching personalizzate. La società conta oltre 100 collaboratori ed è presente in Italia, Spagna e Russia.

Bardolla ha pubblicato 8 libri, tra cui “I soldi fanno la felicità”, distribuito anche in lingua inglese e spagnola, e “First Class”, il più venduto su Amazon e 4° nella classifica libri di Repubblica e del Corriere della Sera. Ad oggi le sue opere sono state vendute in oltre 350.000 copie.

-