

## Piano di studio Materia medica popolare

### Consigli sullo studio

#### Studio approfondito:

Unità di mass. 50 minuti, 10 min. di pausa  
primo di proseguire con un altro argomento:

- 5 min. iniziali per indice e riassunti
- 40 min. di studio per ca. 9 pagine:
  - prima i disegni
  - poi il testo
  - appunti su scoperte e domande
- 5 min. conclusivi di riflessione sul tema
- spostare ad ogni ripresa p.es. di 3 pagine (3 riprese)

vedi anche: [Consigli sullo studio](#)

#### Rilettura:

Specialmente Thibodeau e dispense: sfogliare p.es.  
prima di addormentarsi

#### Ripasso:

Specialmente dispense: in tempi morti e di attesa

MmP 8:		"Organismo e malattie sistemiche"							
		da pagina a pagina	pagine	riprese	tempo per pagina	tempo complessivo min.	tempo complessivo ore	giorni di studio	impegno ca. ore al giorno
Questo incontro tratta alcuni disturbi che coinvolgono tutto l'organismo	Si tratta di: disturbi nutritivi, Distress cronico, Malattie psicosomatiche e Dolori	Malattie dei singoli sistemi o organi sono trattate nelle seguenti lezioni							
<b>Fitoterapia:</b>	<a href="#">Chelidonia</a>		1	3	5	15	0.3		
<b>Lucidi:</b>	<a href="#">Programma serale</a>	.pdf	2	1	5	10	0.2		
	<a href="#">Ecologia, alimentazione e malnutrizione</a>	.pdf	8	1	5	40	0.7		
	<a href="#">Società e distress cronico</a>	.pdf	10	1	5	50	0.8		
	<a href="#">Psicopatologia e malattie psicosomatiche</a>	.pdf	9	1	5	45	0.8		
	<a href="#">L'organismo umano e dolori</a>	.pdf	12	1	5	60	1.0		
<b>Thibodeau &amp; Patton:</b>	...	0	36	37	2	5	370	6.2	
<b>Dispense:</b>	<a href="#">PTO 3: Psicopatologia</a>		60	1	5	300	5.0		
	<a href="#">AF 1,1: Organizzazione dell'organismo</a>		11	2	5	110	1.8		
	<a href="#">MN 4.5: Malattie psicosomatiche</a>		19	2	5	190	3.2		
<b>Materiale di lavoro:</b>	Fabbisogno alimentare		1	3	5	15	0.3		
	Autoregolazione		1	2	15	30	0.5		
	Memorizzazione strutture psichiche		1	3	10	30	0.5		
	Regola di trattamento del dolore		1	3	5	15	0.3		
	<b>Domande di controllo:</b>		5	2	2	20	0.3		
<b>Totale</b>			<b>136</b>			<b>1300</b>	<b>21.7</b>	<b>14</b>	<b>1.5</b>
<b>Approfondimento; riserve lavorative ad libitum</b> (materiale reperibile da Bianca Buser):									
	• Lucidi relatore MmP8 (ordinabile da LASER, Mario Santoro)							ca. 50 pagine	
	• ...							...	
	• ...							...	
	• ...							...	

### Ordinazione materiale MmP 8