

## Fabrizio Duranti

Medico specialista in Chirurgia generale, è considerato uno dei massimi esperti di alte prestazioni umane (*Human Maximum Performance*). Attraverso la biocibernetica applicata al metabolismo è in grado di ottimizzare le funzioni psicofisiche dell'organismo umano. Il suo metodo basato su cinque passaggi – corretta macronutrizione, corretta micronutrizione, attività fisica, disintossicazione e meditazione – viene applicato con ottimi risultati, da pazienti con patologie importanti ad atleti di vertice. Non si tratta di una panacea, ma aiuta anche chi è malato gravemente ad affrontare la sua malattia in modo migliore.

È autore dei volumi *Supersalute con la Zona, Il circolo virtuoso del benessere*, edito da Sperling & Kupfer, che ha venduto oltre 20.000 copie. Riconosciuto come ottimo comunicatore, svolge la sua attività anche come divulgatore scientifico attraverso riviste di settore, network radiofonici e televisivi nazionali; alla fine del 2004 ha presentato il suo metodo nella rubrica di *Unomattina* «Vivere 120 anni», in onda su Rai1. Nel 2005, tutti i venerdì, ha guidato una rubrica sulla salute su Radio DeeJay: *RealPaolino*, il primo reality-show radiofonico sulla salute, dove attraverso il suo metodo Fabrizio Duranti ottimizzava la salute di Paolino, un ragazzo scelto per rappresentare il giovane-tipo. Negli ultimi due anni ha tenuto corsi di Educazione Continua in Medicina (ECM), con riconoscimento ministeriale, a oltre tremila farmacisti. Tra il 2005 e il 2006 è stato membro del comitato scientifico (con Luciano Onder e Giovanni Scapagnini) della trasmissione *Sabato, Domenica &... la tv che fa bene alla salute*; la trasmissione, in onda su Rai1, ha visto il dottor Duranti, in video, nel ruolo del «Medico di Fiducia» e protagonista, insieme a Corrado Tedeschi, nelle rubriche: «Health parade» e «Attenti a quei 5».

Nel 2006 è uscito il suo secondo libro, *Il circolo virtuoso del benessere*, (Sperling & Kupfer), che si è rivelato un successo oltre le migliori aspettative ed è a tutt'oggi ancora nella classifica dei libri più venduti. Nell'estate del 2006 ha condotto insieme a Sonia Grey la rubrica «In forma con Sonia», all'interno di *Unomattina estate* su Rai1. Dal settembre 2006 è di nuovo ospite, in veste di esperto di metabolismo, della trasmissione *Sabato, Domenica &... la tv che fa bene alla salute*, con la sua rubrica «Vita natural Duranti». Inoltre, sempre dal settembre 2006, con Laura Antonini (dj di Radio DeeJay) e Luca Speciani, ha messo a punto il progetto «In corsa con la superSalute», che prevede la selezione di due ascoltatori «fuori forma» da portare in superSalute affinché siano in grado di correre nell'aprile 2007 la Stramilano (21 km); tutto questo attraverso una rubrica in onda tutti i sabati alle 8.40 su Radio DeeJay e il sito web [www.studio-duranti.it](http://www.studio-duranti.it).

Ad aprile 2007 esce il suo terzo libro "[Le 100 regole del benessere](#)" edito da Sperling & Kupfer. Anche questo libro appena uscito entra subito in classifica nazionale demoscopia. Dopo il successo di "In corsa con la SuperSalute" su RadioDJ che ha portato uno dei partecipanti a correre la sua prima mezzamaratona in 1h43'30", continua il sabato mattina insieme a Laura Antonini nella trasmissione "Megajeeey" con la sua rubrica sulla [SuperSalute](#).

Nel 2008 continua con i suoi spazi su **Raiuno** fino a giugno e su **Radio DeeJay** per tutto l'anno. A questi si aggiunge un nuovo progetto: un docureality andato in onda su La7 "**Girovita**". Da giugno interrompe la sua collaborazione con Raiuno dopo aver partecipato, negli ultimi quattro anni, a oltre 170 puntate. Su Radio DeeJay da agosto ha cominciato a trattare temi di [PNL](#) (programmazione Neuro Linguistica) e pensiero positivo.

A maggio 2008 esce il suo quarto libro "[Un medico per amico](#)" ed. S&K. A ottobre 2008 ottiene la copertina della rivista medica "[Dossier Medicina](#)". Sempre in questo mese ha aperto una nuova sezione nel suo sito: "[Interviste ai medici](#)". In questi ultimi anni ha tenuto corsi di educazione continua in medicina ECM, con riconoscimento ministeriale, ad oltre 3.500 farmacisti e a centinaia di medici.

Dal 2007 per due anni è il medico esperto di metabolismo ed integrazione per la rivista "**Men's Health**".

A maggio 2009 esce il suo quinto libro "[Il diario del benessere](#)" ed. S&K. Scritto in collaborazione con un grande esperto di PNL Alessandro Mora.

A maggio 2011 esce il suo sesto libro "[Per sempre giovani – Il circolo virtuoso della longevità](#)" ed. S&K. Scritto in collaborazione con Gianluca Pazzaglia uno dei massimi esperti di endocrinosenescenza.

Nello stesso periodo escono i primi due volumi dei suoi DVD: [vol1](#) [vol2](#).

A maggio 2012 esce il suo settimo libro "[Cambio Pelle](#)" ed. S&K. Scritto in collaborazione con Riccarda Serri.

A giugno 2012 collabora alla realizzazione della nuova webtv sul benessere [www.nonsolobenessere.tv](http://www.nonsolobenessere.tv).

Nel 2014 inizia la collaborazione con Mediaset TG Com24 seguendo la linea editoriale della rubrica sul benessere "Pillole di benessere".

Nel 2016 nasce HMP Academy un'accademia dove il Dr Duranti insegna il suo metodo [www.hmp-academy.it](http://www.hmp-academy.it).

Nel 2016 sostiene anche la fondazione della Associazione HMP Academy Society [www.associazione-hmp.it](http://www.associazione-hmp.it) e inizia la divulgazione su temi di salute e benessere con dirette live streaming sulla sua pagina pubblica Facebook [www.facebook.com/FabrizioDurantiOfficialPage](https://www.facebook.com/FabrizioDurantiOfficialPage)

Nel 2017 esce il suo ottavo libro "La dieta VIGOR" edito da Sperling & Kupfer. Appena uscito raggiunge subito i vertici della classifica nazionale Amazon libri [www.dietavigor.it](http://www.dietavigor.it) .

A tutt'oggi, svolge con continuità anche un'attività clinica-ambulatoriale anche nel campo della medicina anti-aging e medicina estetica a Milano, Roma, Bolzano, Brunico e Perugia.

Per ulteriori informazioni è possibile consultare il sito internet: [www.studio-duranti.it](http://www.studio-duranti.it)