

Corsi *di* Formazione  cm



**MASTER TEORICO-PRATICO**  
in  
**NUTRIZIONE E DIETETICA APPLICATA**

**ON DEMAND**

**32 ORE DI PRATICA**

**112 ORE TOTALI**

**50 ECM**

## On demand

*Prof.ssa D. Ballardini*

### Modulo I: Disturbi del Comportamento Alimentare

- I Disturbi del Comportamento Alimentare: un modello diagnostico multidisciplinare.
- Fattori di rischio predittori.
- Elementi di motivazione al trattamento specialistico.
- La riabilitazione nutrizionale nei disturbi dell'alimentazione: il razionale.
- Elementi di conoscenza di fattori psicologici e psichiatrici dell'Obesità.
- Ortoressia, una nova diagnosi?

*Dott.ssa O. Trunfio*

- Aspetti medici dei DCA.
- Comunicazione operatore sanitario-paziente.
- Monitoraggio e gestione del cambiamento.
- Discussione (1 ora)

## On demand

*Dott. F. Loprete*

### Modulo II Dietoterapia e Stress Ossidativo

- Dieta chetogenica quali indicazioni?
- Dieta mediterranea nella pratica clinica
- *Esercitazione pratica (2 ore)*
- Stress ossidativo e dieta antiossidante.
- valutazione biochimica dello stress ossidativo
- valutazione biochimica dei sistemi antiossidanti
- Come impostare un programma nutrizionale anti-ossidante
- *Esercitazione pratica (2 ore)*

**PAUSA**

- Piani nutrizionali nella fase evolutiva
- Piani nutrizionali in gravidanza e allattamento
- *Esercitazione pratica (2 ore)*

## On demand

*Dott. F. Loprete*

### Modulo III: Gestione dell'ambulatorio nutrizionale

- Gestione dello Studio di Dietetica e Nutrizione
- Avviare uno studio di nutrizione (organizzazione degli spazi, dei tempi e scelta delle strumentazioni)
- Organizzazione pratica della prima visita nutrizionale e gestione dei successivi controlli (dall'accoglienza alla pianificazione del successivo appuntamento)
- La creazione della scheda paziente e la rilevazione dei dati anagrafici e dell'anamnesi fisiopatologica ed alimentare (cosa è necessario conoscere del proprio paziente?)
- Richiesta, verifica ed interpretazione dei dati di laboratorio
- Metodiche e strumentazioni per la valutazione della composizione corporea e conoscenza del fabbisogno calorico del paziente: Bilancia, Stadiometro, metro per le circonferenze, Plicometro, apparecchio BIA, Calorimetria indiretta.
- Valutazione del Food intake
- Come strutturare un piano dietetico personalizzato?
- Esercitazione pratica (2 ore)

## On demand

*Prof. G. Menduno*

### Modulo IV: Counseling Nutrizionale

- Il counseling, le sue definizioni e applicazioni
- La narrazione del paziente: logos, pathos, ethos, methodos, aisthesis. I cinque elementi presenti nella narrazione del paziente
- Il cibo e il suo valore simbolico e culturale: la lettura antropologica dei comportamenti alimentari
- L'asimmetria relazionale e la responsabilità comunicativa: il dialogo strategico con il paziente
- La descrizione della scena del problema e la progettazione del cambiamento dei comportamenti
- Esercitazione pratica (1 ora)

#### **PAUSA**

- Abilità e tecniche di counseling narrativo. Il colloquio centrato sulla soluzione del problema
- Tecniche di counseling: fare domande, riassumere, parafrasare, riformulare, rispecchiare
- La medicina centrata sul paziente
- I processi di inculturazione e di uso del corpo per l'antropologia medica
- Il *counseling* e la ruota del cambiamento
- Esercitazione pratica (1 ora)

On demand

*Prof. C. N. Battistini*

### **Modulo V: Valutazione Stato Nutrizionale**

- Cartella Clinico-Nutrizionale sulla Valutazione dello Stato Nutrizionale in area Fisiologica e Patologica.
- Valutazione dei distretti corporei – bilancio energetico - clinica/metabolica.
- Metodologie per la VSN a confronto.
- Metodiche Invasive e non per la Valutazione dei Distretti Corporei e del Bilancio Energetico
- Antropometria
- Esercitazione pratica (2 ore)

On demand

*Dott. G. B. Gidaro*

### **Modulo VI: Nutrigenomica, Nutrigenetica, Epigenetica**

- Introduzione alla Nutrigenomica, Nutrigenetica ed Epigenetica
- Mutazioni : Tipologie, Classificazioni, Cause e Riparazione
- Impatto biologico/clinico delle mutazioni
- Impatto dei polimorfismi su alcune aree biologiche e cliniche

#### **PAUSA**

- Stress ossidativo
- Detossificazione
- Infiammazione
- Omocisteina e rischio cardiovascolare
- Obesità e controllo del peso (sensibilità ai grassi e zuccheri della dieta)
- Osteoporosi
- Sport
- Intolleranze alimentari e allergie
- Esercitazione (2 ore)

On demand

*Dott. M. Senigaglia*

### **Modulo VII: Dietoterapia**

- Piani nutrizionali per soggetti sani
- Programma nutrizionale in caso di stress cronico-acidosi metabolica e della matrice
- Dietoterapia dell'obesità e nelle sue complicanze
- Dietoterapia nelle dislipidemie e nelle sue complicanze
- *Esercitazione pratica (2 ore)*

## On demand

*Dott. M. Senigaglia*

### Modulo VIII: Dietoterapia

- Principi nutrizionali di anti-ageing
- Dieta e longevità
- Dieta mima-digiuno
- *Esercitazione pratica (2 ore)*

#### **PAUSA**

- *Dietoterapia nel diabete mellito*
- *Dietoterapia nelle tireopatie*
- *Dietoterapia nelle patologie dell'apparato gastro-intestinale (Gastrite, Colite, Leaky Gut Syndrome, Disbiosi intestinale)*
- *Esercitazione pratica (2ore)*

## On demand

*Dott. M. Favruzzo*

### Modulo IX: Alimentazione Vegetariana e Vegana

- Parere dell'ADA 2009 (oggi Academy of Nutrition and Dietetics) e revisione 2016
- Pareri delle più importanti società scientifiche
- Tipi di diete vegetariane
- La piramide alimentare vegetariana/vegana
- Differenze con un'alimentazione standard onnivora
- Il mito delle proteine e la complementazione proteica
- Integratori si o no?
- Il vegetarianismo e le fasi della vita
- La ristorazione collettiva
- Adolescenza
- Età matura
- Esempi di menu vegetariani per le varie fasi della vita
- Il vegetarianismo e lo sport
- Alimentazione vegetariana e patologie di grande prevalenza
- Casi di malnutrizione: miti da sfatare
- *Esercitazione pratica (2 ore)*

## Modulo X: Composizione corporea

- Come funziona l'impedenziometria.
- Come si valutano le caratteristiche di un apparecchio.
- Standard di esecuzione dell'impedenziometria.
- Esercitazione pratica
- Interpretazione dei risultati.
- Esercitazione pratica
- Come si utilizzano i dati ottenuti.
- Comparazione dei risultati.
- Composizione del quadro fisiologico basato su calorimetria ed impedenziometria.
- Associazione con i dati antropometrici.
- Esercitazione pratica (1 ora)

### **PAUSA**

- Principali aspetti teorici della calorimetria indiretta, a partire dal razionale sino alle condizioni di esecuzione e agli errori introdotti dal loro mancato rispetto
- Come funziona un calorimetro.
- Cosa occorre sapere per valutare un calorimetro.
- Standard di esecuzione di una calorimetria.
- Esercitazione pratica (1 ora)
- Interpretazione dei risultati.
- Esercitazione pratica (1 ora)

## Modulo XI: Sarcopenia

- Cenni sull'alimentazione nella prevenzione delle maggiori complicanze dell'invecchiamento con particolare riferimento al rapporto dieta-insufficienza d'organo.
- Valutazione della sarcopenia con prove funzionali e misurazioni impedenziometriche.
- Importanza del mantenimento della massa magra durante l'invecchiamento per rallentare la disabilità e mantenere le capacità funzionali dell'anziano.
- Valutazione dei fabbisogni nutrizionali dell'anziano sulla base del attività fisica della polipatologia. Indicazioni al dimagrimento per preservare lo stato funzionale con particolare riferimento a come stabilire gli obiettivi ed a come gestire la dieta.
- Diete per patologie neurodegenerative.
- Esercitazione pratica e discussione di casi clinici.
- Valutazione dei fabbisogni nutrizionali dell'anziano sulla base del attività fisica della polipatologia.
- Indicazioni al dimagrimento per preservare lo stato funzionale con particolare riferimento a come stabilire gli obiettivi ed a come gestire la dieta.
- Diete per patologie neurodegenerative.
- Esercitazione pratica e discussione di casi clinici (2 ore).

## Modulo XII: Alimentazione e Cancro

- Epidemiologia
- Relazione tra nutrizione ed insorgenza di neoplasie : evidenze statistiche
- Prevenzione dei tumori riducendo i fattori di rischio
- Elementi nutrizionali e carcinogenesi: l'azoto, il ferro ed i fattori di crescita
- Stati nutrizionali e carcenogenesi:
  - peso corporeo e sistema endocrino
  - eccesso calorico globale, il sovrappeso e l'obesità
  - difetto calorico, malnutrizione e carenze vitaminiche selettive
- il digiuno

**PAUSA**

## On demand

*Dott.ssa P. Sbisà*

### Modulo XII: Alimentazione e Cancro

- Stili di vita:
  - attività fisica
  - abitudini voluttuarie
  - inquinanti ambientali ed alimentari
- Alimenti e principi nutrizionali protettivi verso il cancro
- integratori alimentari e chemioterapia
- la dieta preventiva
- la dieta nel paziente oncologico
- Discussione (1 ora)

## On demand

*Dott. G. Bergamaschi*

### Modulo XIII: Apparato Digerente

- Centralità sistemica dell'apparato digerente (cenni di fisiologia integrata);
- Il sistema PNEI (aspetti già conosciuti nelle Medicine tradizionali e rivisitazione alla luce dell'innovazione scientifica);
- Il network immunitario: cellule immunocompetenti;
- Citochine, fattori di crescita, molecole di comunicazione;
- Cenni di ecologia clinica (con particolare riferimento al microambiente intestinale).
- Microbiota e microbioma;
- Eubiosi e disbiosi intestinale;
- Flogosi intestinale: dal leaky-gut alle malattie infiammatorie croniche
- Probiotici e prebiotici: conoscerli meglio per sfruttarli al meglio;
- Perché e come realizzare una supplementazione probiotica mirata ed individualizzata;
- Discussione (1 ora).



## On demand

Pro.ssa M.G. Spalluto

### Modulo XIV: Fitoterapia e Integratori

- Le preparazioni galeniche come coadiuvanti nelle diete ipocaloriche
- Sindrome metabolica e integratori alimentari
- Come interpretare l'ingredientistica alla luce delle formulazioni (polveri, estratti, tinture.);*
- Come assemblare i principi attivi fitoterapici con effetti diuretici;*
- La funzione degli integratori e dei fitoterapici nei regimi dimagranti;*
- Le funzioni dei principi attivi, coadiuvanti nel controllo della fame e della sazietà;*
- Integrazione mirata ai disturbi associati al sovrappeso;*
- Integrazione mirata al controllo delle alterazioni metaboliche associate all'obesità.*
- Esercitazione pratica (1 ora)*

## On demand

Dott. M. Senigaglia

### Modulo XV: Intolleranze

- Intolleranze alimentari: come scoprire le reazioni avverse ai cibi?
- Come strutturare un piano nutrizionale *adeguato e personalizzato?*
- Utilità delle Diete di Rotazione o di Esclusione.*
- Discussione (30 minuti)*

### Modulo XVI: Fegato

- Il fegato grasso ovvero la steatosi epatica non alcolica (NAFLD)
- Dalla steatosi epatica, alla steatoepatite non alcolica fino alla cirrosi
- Il fegato grasso e la sindrome metabolica
- Il fegato grasso e l'obesità
- Il fegato grasso ed il diabete
- Esiste il fegato grasso nel soggetto magro?
- Quali sono quindi i fattori di rischio per lo sviluppo della steatosi epatica?

## On demand

*Dott. M. Senigaglia*

### Modulo XVI: Fegato

- Sintomatologia, semeiotica e criteri di diagnosi
- Predisposizione genetica
- Cura: dieta e attività fisica
- Esistono farmaci e/o integratori per il trattamento delle NAFLD?
- Linee Guida Europee per la diagnosi e il trattamento della steatosi epatica
- Discussione (30 minuti)

## On demand

*Prof. A. Pizzi*

### Modulo XVII: Alimentazione e Sport

- Fabbisogno energetico in base al tipo di attività sportiva praticata
- Gli esercizi e gli apporti nutrizionali per aumentare la massa muscolare,
- Gli esercizi e gli apporti nutrizionali per favorire il calo ponderale,
- Integratori e sport: mito o necessità?

**PAUSA**

- Prodotti erboristici e pratica sportiva
- Lo stato d'idratazione nello sportivo amatoriale
- Disturbi del comportamento alimentare e attività fisica
- Alimentazione prima, durante e dopo la prestazione (allenamento e gara)
- Doping farmacologico e alimentare : il regolamento sportivo e statale
- Intolleranze e allergie nel rapporto alimentazione / attività sportiva
- Esercitazione pratica (2 ore)