



MASTERCLASS
DI AGGIORNAMENTO PROFESSIONALE
(FORMULA WEEKEND)

DOMENICA 15 DICEMBRE 2024
LA CONSULENZA
NUTRIZIONALE PRATICA
NELLE PROFESSIONI
SANITARIE
E DEL BENESSERE
MODALITÀ ON LINE

Il corso ha come obiettivo quello di fornire informazioni nutrizionali su base scientifica e di tipo pratico, veloce ed efficace, da associare al consiglio al banco nelle problematiche più frequenti. Una corretta alimentazione, non solo in termini di tipologia di alimenti ma anche nella circadianità della loro assunzione può ottimizzare uno specifico trattamento di integrazione nutrizionale, ottimizzandone e velocizzandone l'azione.



Data di svolgimento: domenica 15 dicembre 2024



Durata: 8 ore



Orario: 10.00-18.00



Posti disponibili: 30



Modalità: ON LINE



Quota: euro 120 + IVA (totale 146,40 euro). **L'iscrizione comprende:** kit congressuale, partecipazione ai lavori, attestato di frequenza, *coffee break*, *light lunch*.



Docente: Dott. Arianna Rossoni



Attestato: Al termine del corso verrà rilasciato un **ATTESTATO DI PARTECIPAZIONE** ai fini della compilazione del *curriculum vitae*. *Il corso NON rilascia crediti ECM.*

RELATORE

Dott. Arianna Rossoni



LA CONSULENZA NUTRIZIONALE PRATICA NELLE PROFESSIONI SANITARIE E DEL BENESSERE MODALITÀ ON LINE

Argomenti:

IPERCOLESTEROLEMIA

- Fattori fisiologici e non che portano ad un innalzamento dei livelli di colesterolo
- Paradossi dell'ipercolesterolemia
- Ridurre le fonti alimentari di colesterolo serve?
- Approccio alimentare efficace

IPERGLICEMIA

- Cosa significa glicemia "border line" e quando può essere un segnale di pericolo
- Consulenza nutrizionale per il controllo del carico glicemico, con particolare attenzione a situazioni di restrizione calorica
- Focus negli sportivi

COLON IRRITABILE

- Asse intestino-cervello
- Colon irritabile: comprendere i sintomi specifici per offrire le indicazioni migliori
- Approccio alimentare: alimenti irritanti, utilizzo delle fibre, dieta FODMAP pro e contro

GASTRITE E REFLUSSO GASTRO-ESOFAGEO

- Gastrite "da somatizzazione" verso gastrite patologica
- Il ruolo dell'istamina
- Approccio alimentare per favorire la digestione gastrica e ridurre l'acidità

DIFESE IMMUNITARIE

- Da cosa dipende il sistema immunitario responsivo?
- Approccio alimentare: alimentazione antinfiammatoria e alimenti funzionali, con particolare focus sui bambini

GAMBE GONFIE E GAMBE PESANTI

- Differenze tra ritenzione, linfedema e lipedema
- Approccio alimentare per il benessere delle gambe: il ruolo di latticini, zuccheri e sale
- Focus negli sportivi

DOTT. ARIANNA ROSSONI

Dietista, Specializzata in Alimentazione e Benessere Femminile, Docente

Attività libero professionale in collaborazione con medici specialisti. Collabora per la consulenza dietetica con vari centri professionali. Specializzata in dietoterapia finalizzata a problematiche femminili. Autrice di diversi libri sulla alimentazione in varie età della vita. Svolge attività continua di docenza in ambito nutrizionale in vari corsi e Scuole di Formazione per professionisti sanitari. Collabora con riviste di settore per la stesura di articoli scientifici riguardanti le applicazioni dietoterapiche in ginecologia. Ideatrice e co-organizzatrice del corso di formazione professionale "Equilibrio Donna" rivolto a professionisti della nutrizione.

