



Corso di perfezionamento in

# NUTRIZIONE UMANA: ASPETTI TEORICO-PRATICI

Coordinatore del corso: **Prof. Patrizia Limonta**

Anno Accademico 2019 -2020

SETTEMBRE - OTTOBRE 2020

50 ECM

104 ore E-learning 1300 €

## INFORMAZIONI E ISCRIZIONE:

[www.unimi.it/it/corsi/corsi-post-laurea/master-e-perfezionamento/catalogo-corsi-di-perfezionamento/aa-2019/2020-nutrizione-umana-aspetti-teorico-pratici](http://www.unimi.it/it/corsi/corsi-post-laurea/master-e-perfezionamento/catalogo-corsi-di-perfezionamento/aa-2019/2020-nutrizione-umana-aspetti-teorico-pratici)

## CHIUSURA ISCRIZIONI:

02 Luglio 2020

### Modalità

Didattica **e-learning**. Il corso sarà svolto a distanza tramite esercitazioni in diretta e materiali didattici online resi disponibili ai corsisti.

### Obiettivo

La formazione di esperti nel campo della **nutrizione umana**, in grado di applicare queste informazioni nel proprio specifico ambito professionale e di trasferire correttamente informazioni relative a questo settore.

### Per chi

Il corso è aperto a tutti i laureati interessati ad approfondire le proprie conoscenze nel campo della nutrizione umana dei suoi riflessi sulla salute.

### Segreteria organizzativa

**Dott. Stefano Bernardinelli**

Dipartimento Scienze Farmacologiche e Biomolecolari

Via Balzaretti 9, 20133 Milano

Tel. 02/503.18231

e-mail: [stefano.bernardinelli@unimi.it](mailto:stefano.bernardinelli@unimi.it)



## PROGRAMMA

### ARGOMENTI GENERALI

Il Corso è strutturato in **5 moduli** che riguardano i seguenti temi:

- Composizione dell'organismo umano
- Fisiologia e biochimica della nutrizione
- Esigenze nutrizionali e stati fisiologici nel corso della vita; Interventi dietetici e condizioni patologiche
- Legislazione e comunicazione in campo nutrizionale;
- Elaborazione schemi dietetici.

## ARGOMENTI SPECIFICI

- Composizione dell'organismo umano e dei suoi compartimenti. Metabolismo energetico.
- Controllo nervoso e ormonale dell'assunzione di cibo e sue alterazioni fisiologiche.
- Controllo nervoso e ormonale dei processi omeostatici: bilancio idrico.
- Utilizzo di grassi alimentari in condizioni fisiologiche e patologiche.
- L'antropometria nelle diverse condizioni fisiologiche. L'analisi impedenziometrica.
- Linee guida in campo nutrizionale.
- Microbiota intestinale e malattie metaboliche.
- Approcci nutrizionali nei disturbi del comportamento alimentare.
- Obesità, diabete e sindrome metabolica.
- Utilizzo di metodologie evolute per la valutazione di stato di nutrizione e composizione corporea.
- Allergie e intolleranze alimentari: approcci dietetici.
- Elaborazione di schemi dietetici.
- Dietetica applicata e stili alimentari preventivi nell'aging.
- Nutrizione e nutraceutica in oncologia.
- La nutrizione in età evolutiva.
- Very low calorie ketogenic diet (VLCKD).
- Nutrizione e integrazione alimentare nell'attività sportiva.
- Aspetti tossicologici degli inquinanti alimentari.
- Alimenti destinati ad una alimentazione particolare: aspetti normativi italiani e europei.
- Antiossidanti nell'alimentazione umana.
- Alimenti a fini medici speciali: da un approccio fisiopatologico ad uno basato sulle prove di efficacia.
- Nutrizione in gravidanza e allattamento.
- Alimenti destinati ai lattanti e ai bambini.
- Nutrizione nell'anziano sano e con patologie neurodegenerative.
- Ruolo delle bevande alcoliche sullo stato di salute.
- Modulazione alimentare dei processi infiammatori nella prevenzione cardiovascolare. Lettura critica dei grandi studi nutrizionali
- Uso dei software nella elaborazione di schemi nutrizionale.
- Criticità, modalità di valutazione e comunicazione delle evidenze in campo nutrizionale: "nutrition toolkit".
- Etichettatura nutrizionale e informazione al consumatore: aspetti normativi ed esempi.
- Dietologia applicata a diverse condizioni patologiche: esercitazioni pratiche.
- Comunicazione e divulgazione in campo nutrizionale.