



UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
DI MILANO



Dipartimento di Scienze
Farmacologiche e Biomolecolari
"Rodolfo Paoletti" DiSFeB
Direttore: Prof.ssa Monica DiLuca

Corso di perfezionamento in

NUTRIZIONE UMANA: ASPETTI TEORICO-PRATICI

Coordinatore del corso: **Prof.ssa Marina Montagnani Marelli**

Anno Accademico 2024-2025

GENNAIO - MARZO 2025

50 ECM

 76 ore videolezioni/esercitazioni

 1150 €

INFORMAZIONI E ISCRIZIONE:

<https://www.unimi.it/it/corsi/corsi-post-laurea-e-formazione-continua/master-e-perfezionamento/catalogo-corsi-di-perfezionamento/aa-2024/2025-nutrizione-umana-aspetti-teorico-pratici-zw1>

Modalità

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

Per chi

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

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.

Segreteria organizzativa

Prof.ssa Marina Montagnani Marelli

Prof.ssa Roberta Manuela Moretti

DiSFeB-Università degli Studi di Milano
Via Balzaretti 9, 20133 Milano

Mail: marina.marellimontagnani@unimi.it;
roberta.moretti@unimi.it

Tel 0250318225 - Tel 0250318211



PROGRAMMA

ARGOMENTI GENERALI

Il Corso è strutturato in **4 moduli** che riguardano i seguenti temi:

- Aspetti fisiologici e biochimici della nutrizione e la valutazione della composizione corporea.
- Esigenze nutrizionali in condizioni fisiologiche in diverse fasi della vita.
- Aspetti legislativi e sociologici della nutrizione.
- 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.
- Utilizzo di grassi alimentari in condizioni fisiologiche.
- L'antropometria nelle diverse condizioni fisiologiche. L'analisi impedenziometrica.
- Linee guida in campo nutrizionale.
- Impatto della dieta sul microbiota e sulla salute umana.
- 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.
- 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.
- 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.