

Corso FAD

LA NUTRIZIONE NELLA DONNA



Tempo medio di consultazione 15 ore

Modalità di erogazione: Formazione a distanza su piattaforma e-learning

Costo 45,00 euro

Materiale scaricabile Presentazioni PPT utilizzate dai docenti nelle lezioni

Responsabili Scientifici Dott.ssa Lisa Fiore

Autori Dott.ssa Lisa Fiore, Dott.ssa Cristina Rambelli, Dott. Nicola Pluchino, Dott. Stefano Carnevali

Razionale Scientifico

Il presente corso di formazione si propone di approfondire gli aspetti nutrizionali correlati alla sfera femminile. Verranno affrontati i vari aspetti delle necessità dietetiche dall'adolescenza fino alla terza età soffermandosi in particolare sui momenti più critici della vita della donna. Particolare riguardo sarà dato al momento dello sviluppo puberale (la dieta vista come coadiuvante terapeutico nella sindrome premestruale, nell'uso dei contraccettivi orali e in condizioni patologiche quali il dolore pelvico cronico e l'endometriosi), della gravidanza (alimenti "si e no" nel corso della gravidanza, Integrazione alimentare in gravidanza e nell'allattamento, il diabete gestazionale) e della menopausa (L'importanza di una adeguata assunzione di calcio come fattore preventivo, l'alimentazione vista come terapia ormonale sostitutiva e il controllo del peso in menopausa). Verranno analizzate tutte le diverse esigenze nutrizionali con esempi concreti di piani alimentari e di strategie nutrizionali, saranno valutate inoltre le varie esigenze di supplementazione di nutrienti in rapporto all'età della donna. Uno spazio di approfondimento sarà dato ai disturbi del comportamento alimentare (DCA); con l'aiuto di una adeguata figura professionale si cercherà di affrontare, dal punto di vista del nutrizionista, il problema dell'immagine fisica di sé e del rapporto con il cibo, l'anoressia, la bulimia e la sindrome dell'alimentazione notturna in modo da arrivare a comprendere l'importanza di un approccio integrato tra nutrizionista, psicologo e psichiatra.

Obiettivi Formativi del corso

E' auspicabile che a conclusione del corso i partecipanti abbiano assunto quelle nozioni necessarie per affrontare le diverse esigenze nutrizionali correlate ai vari aspetti della vita della donna.

Impostazione didattica

Formazione a distanza con tutoraggio su piattaforma e-learning

Argomenti delle lezioni

1. Dott. Nicola Pluchino – Maturazione puberale	Durata 1:18:07
2. Dott. Nicola Pluchino – Picco osseo	Durata 1:03:12
3. Dott. Nicola Pluchino – PCO e insulinemia	Durata 1:16:07
4. Dott. Nicola Pluchino – PMS	Durata 0:38:18
5. Dott. Stefano Carnevali – Elaborazione piano alimentare	Durata 1:03:50
6. Dott. Stefano Carnevali – Gravidanza e allattamento	Durata 0:40:45
7. Dott.ssa Cristina Rambelli – DCA, prima parte	Durata 1:19:39
8. Dott.ssa Cristina Rambelli – DCA, seconda parte	Durata 0:39:31
9. Dott. Nicola Pluchino – Infiammazione ed endometriosi	Durata 0:38:07
10. Dott. Nicola Pluchino – Gravidanza, prima parte	Durata 0:31:55
11. Dott. Nicola Pluchino – Gravidanza, seconda parte	Durata 0:24:02
12. Dott. Nicola Pluchino – Menopausa	Durata 0:35:50
13. Dott.ssa Lisa Fiore – Genetica di nutrizione, prima parte	Durata 0:54:17
14. Dott.ssa Lisa Fiore – Genetica di nutrizione, seconda parte	Durata 0:40:46
15. Dott.ssa Lisa Fiore – Casi dagli ambulatori	Durata 1:45:55
16. Dott. Stefano Carnevali – Tipologie di diete, prima parte	Durata 1:08:33
17. Dott. Stefano Carnevali – Tipologie di diete, seconda parte	Durata 0:50:43

Requisiti hardware e software per accedere al corso

PC con CPU min. 1,5 GHz e 2GB RAM o tablet APPLE/ANDROID con browser Internet Explorer, Firefox, Chrome o Safari. Connessione internet ad almeno 2Mb/s. Acrobat reader o powerpoint viewer per la visualizzazione del materiale scaricabile.