

CORSO DI 2° LIVELLO PER L'ORGANIZZAZIONE E LA GESTIONE DI UN AMBULATORIO DEGLI STILI DI VITA

3[^] Edizione

27-28
febbraio 2016
Frascati (RM)

Razionale ed Obiettivi

Antonio Verginelli

Razionale ed obiettivi

2° Modulo

Stili di vita

- Attività motoria
- Alimentazione
- Interventi Dietetico Nutrizionali

27 / 28 febbraio 2016

Attività Motoria

Definizione di un piano di attività motoria

E' ormai **dimostrato** che la sedentarietà, la cattiva alimentazione, il fumo di sigaretta, l'alcool e lo stress sono **la causa principale di sviluppo** di malattie cardiovascolari, cerebrovascolari, obesità, diabete, diversi tipi di tumore e della non autosufficienza nell'anziano

L'OMS raccomanda una sufficiente quantità e qualità di **attività fisica settimanale** come forma di **prevenzione primaria** ed anche come forma di **prevenzione secondaria** (terapia)

Attività Motoria

Obiettivi

- Valutare la **sostenibilità** nella creazione di un **modello organizzativo**
- Aumentare le **competenze** della Medicina Generale nell'utilizzazione dello **strumento** dell'esercizio fisico

Dott. Italo Ricagni

Alimentazione

Modelli Alimentari

Sempre più spesso il **raggiungimento** di uno stato di **apparente benessere** passa attraverso trattamenti dietetici e dieto-terapici «fai da te» o consigliati da tante figure dalla dubbia professionalità (riviste, internet...)

Alimentazione

Obiettivi

- affrontare i **Modelli Alimentari** da un punto di vista scientifico
- esaminare i contenuti per **comprendere il significato** degli schemi dieto-terapici utilizzati

Dott.sa Franca Marangoni

Alimentazione

Nutraceutica e Nutrigenomica

- Lo scopo **primario** della **dieta** è fornire adeguati **nutrienti** atti a soddisfare le esigenze nutrizionali della persona
- La **ricerca** è sempre più incentrata sull'**identificazione** di alimenti biologicamente attivi in grado di migliorare la **qualità** della vita e ridurre l'**incidenza** di malattie

Alimentazione

Obiettivi

Migliorare la conoscenza della **Nutraceutica** e della **Nutrigenomica**

argomenti nuovi e controversi affrontati con il rigore scientifico appropriato per una possibile utilizzazione e riguardo alle prospettive future di nuove forme alimentari

Dott.sa Roberta Masella

Alimentazione

Gli Integratori Alimentari

Il **bisogno di benessere** e il desiderio di ottenerlo senza impegno ha portato un aumento del consumo di sostanze commercializzate come migliorative dello stato fisico

Gli **Integratori Alimentari** sono prodotti che considerati naturali vengono utilizzati con lo scopo di ricavarne benefici

Alimentazione

Obiettivo

- puntare l'attenzione sull'**utilizzo**
- valutare i **benefici** ed i **rischi**
- inquadrare le **normative** riguardanti la commercializzazione e la vendita
- imparare a conoscerli per una **utilizzazione** corretta nell'ambito della Medicina Generale

Dott. Antonio Verginelli

Interventi Dietetici Nutrizionali

Alimentazione e prevenzione primaria nell'età fertile e nella donna in gravidanza

Lo **stato di criticità** richiede un'attenzione particolare

Migliorabile attraverso un sano stile di vita legato ad una alimentazione mirata al benessere psico-fisico

Interventi Dietetici Nutrizionali

Obiettivo

imparare a **conoscere** ed **utilizzare** gli strumenti tesi al miglioramento dello stato psico-fisico della gestante

utilizzare e **consigliare** correttamente la dieta per uno stato migliorativo nei periodi della lattazione e per non creare squilibri alla mamma e al bambino

Prof. Alberto Mantovani

Interventi Dietetici Nutrizionali

Guida pratica all'elaborazione di un piano di trattamento dieto-terapico

la dietologia attualmente è **utilizzata** da molteplici **figure**

affrontata con **scarsa** professionalità

utilizzata al di fuori degli **schemi scientifici** con danni a volte irreparabili

Interventi Dietetici Nutrizionali

Obiettivi

- migliorare la conoscenza del MMG nell'**elaborazione** e nell'**utilizzazione** della dieta con correttezza e scientificità
- affrontare le **problematiche** del paziente sano o complesso per un trattamento dieto-terapico atto a correggere o migliorare lo stato di salute

Prof. Lorenzo Maria Donini

Buon lavoro



