

CORSO DI 2° LIVELLO

**PER L'ORGANIZZAZIONE E LA GESTIONE
DI UN AMBULATORIO DEGLI STILI DI VITA**



Razionale ed Obiettivi
Antonio Verginelli

03_04 Marzo 2018
Frascati - Roma

SIMP
eSV

Società Italiana di Medicina
di Prevenzione e degli Stili di Vita

Razionale ed obiettivi

2° Modulo

Stili di vita

- Attività motoria
- Alimentazione
- Interventi Dietetico Nutrizionali

03-04 Marzo 2018

Attività Motoria

Definizione di un piano di attività motoria

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

L'OMS **raccomanda** un'adeguata quantità e qualità di **attività fisica** come **prevenzione primaria** e come forma di **prevenzione secondaria**

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** in maniera professionale e scientifica

Esaminare i contenuti per **comprendere il significato** di schemi dieto - terapeutici

Dott.sa Franca Marangoni

Alimentazione

Nutraceutica e Nutrigenomica

Lo scopo **primario** della **dieta** è fornire adeguati **nutrienti** atti a soddisfare le esigenze nutrizionali

La **ricerca** cerca di **identificare classi** 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 facilmente ha comportato un aumento della commercializzazione e abuso di integratori

Gli **Integratori Alimentari** sono prodotti considerati naturali e consumati per ricavarne benefici

Alimentazione

Obiettivi

- ✓ 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 una particolare attenzione

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

Interventi Dietetici Nutrizionali

Obiettivi

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 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

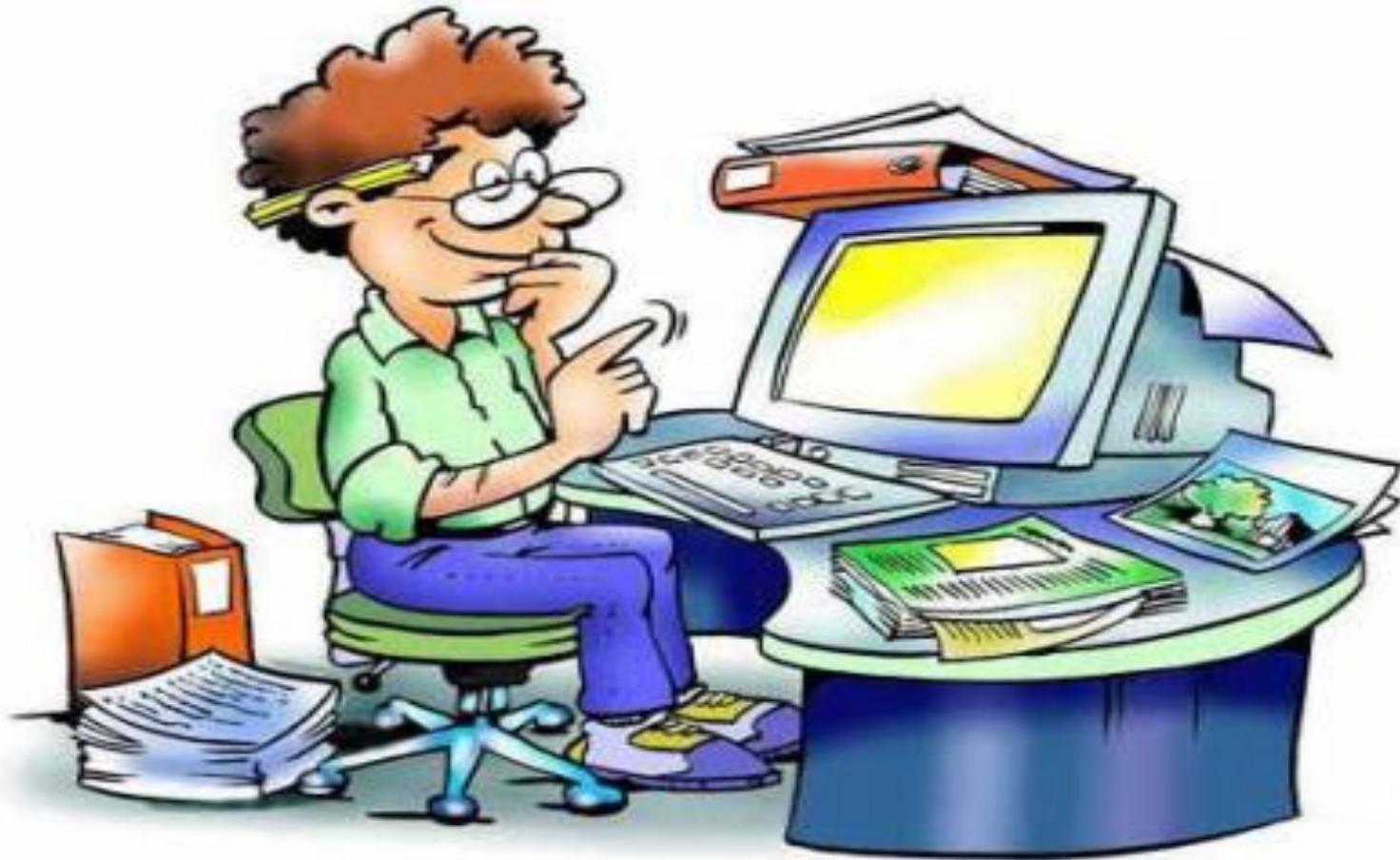
Obiettivi

Migliorare la conoscenza del MMG nell'**elaborazione** e nell'**utilizzo** della dieta con correttezza e scientificità

Affrontare le **problematiche** del paziente sano o complesso per un trattamento dieto - terapeutico atto a correggere o migliorare lo stato di salute

Prof. Lorenzo Maria Donini

Buon lavoro



contenuti

