



ID provider: 7793

Scuola di alimentazione e nutrizione clinica:

il metodo molecolare come strategia per la
riprogrammazione metabolica e genica

Corso FAD Asincrono

Codice Agenas: 428970

16 settembre 2024
15 settembre 2025

3
crediti ECM

Destinatari: tutte le professioni

www.pharlo.it

Scuola di alimentazione e nutrizione clinica: il metodo molecolare come strategia per la riprogrammazione metabolica e genica

Responsabile scientifico



Prof. Pier Luigi Rossi

Il Prof Pier Luigi Rossi è Medico Specialista in Scienza della Alimentazione, in Igiene e Medicina Preventiva, Professore Università degli Studi di Siena "I Sistemi di Qualità e Sicurezza Nutrizionale", Docente del Master Alimentazione ed Educazione alla Salute dell'Università degli Studi di Bologna, Docente di Nutrizione Molecolare al Master Medicina Estetica all'Università degli studi di Sassari.

È stato esperto del Consiglio Superiore di Sanità, Primario della ASL di Arezzo, dove ha creato e diretto l'Ambulatorio di Nutrizione Clinica.

Relatori



Prof. Pier Luigi Rossi

Medico, Professore Universitario e Specialista in Scienza Dell'Alimentazione e Medicina Preventiva.

Pier Luigi Rossi è un medico specialista in Scienze dell'Alimentazione con vasta esperienza accademica e clinica. Ha diretto l'Ambulatorio di Nutrizione Clinica della ASL di Arezzo e svolto importanti ricerche sugli adipociti e sulla qualità degli alimenti. Attualmente, si dedica alla riprogrammazione metabolica e alla relazione tra intestino, dieta e salute.

Dott.ssa Debora Cantarutti

Nutrizionista e docente di Nutrizione Molecolare. Diploma di Coaching Nutrizionale e di Naturopatia ad indirizzo fitodietetico.

Nutrizionista e docente di Nutrizione Molecolare, ha insegnato Nutraceutica a Tor Vergata e studiato il microbiota nelle donne. Consulente in Medicina di Genere, ha creato il progetto premiato "Cibo Buono che fa Bene". Promuove la divulgazione scientifica, l'alimentazione anti-aging e la prevenzione nutrizionale.

Razionale

La scienza dell'alimentazione sta attraversando un profondo cambiamento di paradigma. L'approccio tradizionale basato sul calcolo calorico giornaliero è stato superato da nuove conoscenze scientifiche che enfatizzano l'importanza della qualità molecolare degli alimenti. La nutrizione molecolare si concentra sulla riprogrammazione dei meccanismi metabolici, ormonali e genici, promuovendo una visione sistemica della nutrizione che mira a ottimizzare la salute complessiva piuttosto che trattare singoli segni e sintomi clinici. Questo cambiamento di paradigma è fondamentale per affrontare le sfide nutrizionali del XXI secolo, migliorando la salute pubblica e individuale.

Obiettivi del corso

Il corso ha l'obiettivo di fornire una comprensione approfondita dei principi della nutrizione molecolare e delle sue applicazioni pratiche nella gestione della salute e nella prevenzione delle malattie. I partecipanti acquisiranno conoscenze teoriche e pratiche che li aiuteranno a costruire piani alimentari basati sulla qualità molecolare degli alimenti, piuttosto che sulla semplice somma delle calorie.

Il corso mira a fornire ai partecipanti una comprensione approfondita dei principi della nutrizione molecolare e delle sue applicazioni pratiche. I principali obiettivi includono:

1. Introdurre i fondamenti della nutrizione molecolare e il suo contrasto con i metodi tradizionali.
2. Esplorare la fisiologia e la biochimica della nutrizione molecolare.
3. Comprendere le implicazioni cliniche e le evidenze scientifiche a supporto della nutrizione molecolare.
4. Apprendere tecniche pratiche per applicare il metodo molecolare nella costruzione dei pasti e nella gestione della salute.

Programma

Introduzione al corso

Prof. Pier Luigi Rossi, Dott.ssa Debora Cantarutti

Lezione 1: Introduzione al Metodo Molecolare e al cambio di paradigma che impone

Prof. Pier Luigi Rossi

- Introduzione al cambiamento di paradigma nella scienza dell'alimentazione
- Concetti fondamentali della nutrizione molecolare
- Critica al calcolo calorico tradizionale
- Importanza della qualità molecolare degli alimenti
- Storia e sviluppo del concetto di calorie (Atwater)
- Superamento della visione basata sulle calorie
- Riprogrammazione metabolica, ormonale e genica

Lezione 2: Fisiologia e Gestione della Fase Postprandiale

Prof. Pier Luigi Rossi

- Obiettivi del metodo molecolare
- Fisiologia postprandiale: glicemia, insulinemia, lipemia, aminoacidi
- Importanza della gestione della fase postprandiale
- Dettagli sul picco glicemico e insulinemico
- Controllo della lipemia postprandiale
- Sintesi proteica dopo i pasti
- Ruolo dell'intestino e del microbiota nella nutrizione molecolare

Lezione 3: Obiettivi Nutri genomici e Modulazione Metabolica

Prof. Pier Luigi Rossi

- Obiettivi nutrizionali della nutrizione molecolare
- Importanza della visione sistemica nella nutrizione
- Controllo dei picchi postprandiali
- Evitare la chetosi e la sindrome di adattamento metabolico
- Garantire una dose adeguata di glucosio e modulatori genici
- Modulazione metabolica, genica e biologica
- Importanza del microbiota intestinale

Lezione 4: Calcolo del Peso Forma e Moduli Alimentari Proteici e Glucidici

Dott.ssa Debora Cantarutti

- Calcolo del peso forma desiderabile
- Moduli di giorni proteici anabolici e glucidici
- Esempi di costruzione dei pasti per moduli proteici e glucidici
- Apporti di carboidrati, proteine, lipidi e fibre nei vari moduli

Lezione 5: Costruzione di Giornate Alimentari: Focus su Proteine Magre

Dott.ssa Debora Cantarutti

- Costruzione di una giornata alimentare secondo il metodo molecolare
- Importanza delle proteine magre
- Esempi di alimenti proteici magri e il loro apporto lipidico
- Costruzione di pasti proteici anabolici e glucidici
- Dettagli pratici per la preparazione dei pasti

Lezione 6: Sequenza degli Alimenti e i suoi Effetti su Glicemia e Insulinemia

Dott.ssa Debora Cantarutti

- Miglioramenti ottenuti con diverse sequenze alimentari
- Linee guida per pasti proteici e glucidici
- Importanza delle verdure crude e cotte
- Condimenti e uso di olio extravergine d'oliva

Lezione 7: Equivalenti Molecolari per la Preparazione dei Pasti

Dott.ssa Debora Cantarutti

- Utilizzo degli equivalenti molecolari per costruire i pasti
- Esempi di colazioni, spuntini, e pasti proteici e glucidici con equivalenti molecolari
- Importanza della bevanda calda e delle verdure
- Dettagli pratici per la preparazione di pasti anabolici proteici e glucidici
- Importanza del controllo dell'apporto di carboidrati e proteine

Conclusioni finali

Prof. Pier Luigi Rossi, Dott.ssa Debora Cantarutti

FAD Asincrono: modalità di partecipazione

1. Crea il tuo account in www.pharlo.it se non ne possiedi già uno
2. Iscriviti al corso FAD **"Scuola di alimentazione e nutrizione clinica: il metodo molecolare come strategia per la riprogrammazione metabolica e genica"**

Contatta segreteriaecm@pharlo.it se hai bisogno di assistenza o informazioni.

La partecipazione è a pagamento ed è limitata a 5000 accessi

Provider ECM e Segreteria Organizzativa

Primo Round s.r.l. S.B.
31021 Mogliano Veneto (TV)
segreteriaecm@pharlo.it
www.primoround.com

Con la sponsorizzazione non condizionante di:

ABOCA SPA - Società Agricola

The logo for Aboca, featuring the word "Aboca" in a stylized, green, cursive script font.

PRIMO ROUND
digital | events | communication