



**CORSO TEORICO-PRATICO
NUTRIZIONE E DONNA**

Percorso nutrizionale nelle varie fasi della vita della donna

Dott.ssa Paola Sbisà

16 Dicembre 2017

BOLOGNA

Hotel Millen



8 ORE TOTALI

4 ORE DI PRATICA

11 CREDITI ECM

Dott.ssa P. Sbisà

Ore 9.00 > 11.00

Ore 11.00 > 11.20

Ore 11.20 > 13.00

Ore 13.00 > 14.00

La donna nella sua vita assume ruoli biologici fondamentali quali la generazione dei figli e la loro nutrizione; tali ruoli coincidono con fisiologiche variazioni della sua figura dettate dall'azione ciclica degli ormoni e dalla recettività ad essi. Ogni cambiamento segue ritmi programmati geneticamente ma subisce anche importanti influenze dallo stato nutrizionale, dallo stile di vita, dal contesto sociale e viene inoltre elaborato e vissuto da ogni donna diversamente. Il fabbisogno nutrizionale differisce secondo le varie fasce di età e stati fisiologici. L'adeguatezza nutrizionale è fondamentale per mantenere non soltanto la salute della donna, ma anche quella dei suoi futuri figli.

Il **nostro obiettivo** è quello di preparare il medico a guidare le donne verso scelte consapevoli e percorsi nutrizionali corretti che, pur condiscendenti all'estetica mirino a rispettare e migliorare lo stato di salute della donna e delle generazioni future.

I principali problemi nelle varie età della donna: da bambina a donna fertile

Età pediatrica ed adolescenza

- Adeguatezza nutrizionale e prevenzione delle malattie non trasmissibili
- Immagine corporea, peso corporeo e disturbi del comportamento alimentare.
- Cibo ambiente ed epigenetica
- Discussione interattiva

Età fertile :

- Adeguatezza nutrizionale e fertilità
- Il periodo periconcezionale
- Il controllo del peso tra le variazioni cicliche legate con il ciclo mestruale ed alla contraccezione ormonale.
- Il sistema riproduttivo e nutrizione
- Discussione interattiva

COFFEE BREAK

Gravidanza ed allattamento:

- Aumento ponderale in gravidanza
- La fondamentale funzione della madre e nutrice
- Adeguatezza nutrizionale in gravidanza ed allattamento

PAUSA

16

Sabato
Dicembre
2017

Dott.ssa P. Sbisà

Ore 14.00 > 18.00

I principali problemi nutrizionali nelle varie età della donna : dalla maturità alla vecchiaia

• **Età adulta:**

- Adeguatezza nutrizionale e consumo energetico
- Prevenzione delle malattie cardiovascolari e metaboliche

• **Menopausa:**

- Il cambiamento corporeo indotto dalla mutazione ormonale
- La sindrome da insulino-resistenza.
- Adeguatezza nutrizionale e tutela del sistema osteo-muscolare

• **Invecchiamento e senilità:**

- Adeguatezza nutrizionale e prevenzione dell'invalidità senile
- Tutela alimentare della donna anziana.
- Discussione interattiva

Il corpo delle donne

- Salute e bellezza
- Nutrizione e salute della pelle
- Idratazione corretta
- Gli integratori ed i nutraceutici al femminile : perché , come e quando .
- Discussione interattiva

Ore 18.00 > 18.30

Test ECM

Il corso si potrà seguire in residenziale, diretta streaming oppure on demand.

Scopri di più sui nostri corsi!
visita il sito

www.corsidiformazioneecm.it

Segreteria Organizzativa
Sig.ra Claudia Petrazzuolo

Cell. 345 2745649 | eMail: responsabile@corsidiformazioneecm.it