



Master universitario I livello

# **DIETOLOGIA, NUTRACEUTICA E NUTRIGENOMICA**

## **Medicina funzionale e Lifestyle**

III Edizione

Anno Accademico 2023-2024

II classe

Master validato dal Consiglio Scientifico del Consorzio

Collaborazione scientifica

## DIRETTORE

Dott. Massimo Spattini

## DIRETTORE ORGANIZZATIVO

Dott. Antonio Attianese

## COORDINATORE

Dott.ssa Elisabetta Bernardini

## COMITATO SCIENTIFICO

Dott. Giovanni Scapagnini

Dott. Massimo Spattini

Dott. Damiano Galimberti

Dott. Nicola Illuzzi

Dott. Vincenzo Aloisantonio

Dott. Antonio Attianese

Dott. Antonino Tamburello

Dott.ssa Marilena D'Annunziis

## PRESENTAZIONE

Il Master si propone di:

– promuovere un aggiornamento scientifico e metodologico nel campo della nutraceutica e dell'alimentazione per la salute;

– promuovere la formazione nel campo dell'integrazione alimentare, del comportamento alimentare e dei loro riflessi sulla salute umana.

Il Master fornirà conoscenze sugli integratori alimentari e sulla loro utilizzazione nel campo della nutrizione mirata a mantenere o recuperare un equilibrio metabolico necessario al benessere dell'individuo.

Il conseguimento del Master consente inoltre di acquisire gli strumenti teorici e metodologici per realizzare, attraverso l'uso di prodotti nutraceutici, interventi di prevenzione in diversi ambiti della medicina. Il percorso formativo fornirà ai partecipanti le conoscenze e le competenze utili per operare sia individualmente, sia all'interno di una équipe multidisciplinare, per la realizzazione di interventi clinici e di prevenzione.

## PROFILO PROFESSIONALE

Lo specialista in DIETOLOGIA, NUTRACEUTICA E NUTRIGENOMICA, attraverso le conoscenze/competenze acquisite durante il Master, è in grado di:

realizzare un piano dietetico corretto;

operare all'interno di studi libero-professionali, studi associati e società tra professionisti che si occupino di nutrizione ·  
operare in cliniche private e reparti ospedalieri per la gestione e prevenzione del sovrappeso e dell'obesità ·

· collaborare con enti pubblici e privati per lo sviluppo di progetti di ricerca nel campo della nutrigenomica e nutrigenetica ·

· collaborare con associazioni e fondazioni le cui attività siano finalizzate alla promozione della corretta alimentazione.

## REQUISITI DI AMMISSIONE

- Lauree triennali L22 - L26

- Laureati in Medicina e Chirurgia con iscrizione all'Albo dei Medici;

- Laureati in Biologia e Biologia Nutrizionale

## DURATA

Il Master avrà una durata di studio di 1500 ore pari a 60 CFU.

## TITOLO RILASCIATO

Diploma di Master universitario di I livello *Dietologia, nutraceutica e nutrigenomica - Medicina funzionale e Lifestyle.*

## STRUTTURA

### Modalità FAD asincrona

- Lezioni (teoriche-pratiche): 300 ore

- Project work, prove di verifica: 200 ore

- Studio individuale: 550 ore

- Tirocinio (online): 250 ore

- Valutazioni in itinere e prova finale: 200 ore

### Modalità Blended (Presenza/FAD sincrona e asincrona)

- Lezioni (teoriche-pratiche): 200 ore

- Lezioni (presenza): 100 ore

- Project work, prove di verifica: 200 ore

- Studio individuale: 550 ore

- Tirocinio (online e/o presenza): 250 ore

- Valutazioni in itinere e prova finale: 200 ore

## TIROCINIO

Modalità FAD: il tirocinio sarà svolto in modalità virtuale attraverso la rielaborazione di specifici Project work, filmati, problem solving e case study consegnati dai docenti del master o dagli allievi stessi.

Modalità BLENDED: il tirocinio sarà svolto presso strutture convenzionate o da convenzionare.

## PROGRAMMA

### MED/49 Dietologia, 5 CFU

*Le basi biologiche della nutrizione*

*Fabbisogno energetico*

*Fisiologia del bilancio energetico*

*Valutazione dello stato di nutrizione*

*Fisiopatologia della malnutrizione nell'anziano*

*Fabbisogni nutrizionali specifici*

*Biochimica della nutrizione*

*LARN e linee guida*

*Metabolismo basale: calorimetria*

*indiretta ed equazioni predittive*

*Fisiopatologia dell'incremento ponderale*

*e dell'insulino-resistenza, ruolo di grasso*

*viscerale ed infiammazione*

*Eziologia e genetica dell'Obesità*

*Storia naturale, eziopatogenesi e*

*genetica del Diabete di tipo 2*

*Medicina di laboratorio della nutrizione*



Allergie e Intolleranze alimentari  
Origini e storia della Medicina  
Funzionale e della Lifestyle Medicine

### **BIO/11 Nutrigenomica, 5 CFU**

Genetica dalla differenza interindividuale  
Basi biologiche dell'epigenetica  
Nutrigenetica e nutrigenomica  
Il ciclo di metilazione e dell'omocisteina:  
implicazioni fisiopatologiche  
Polimorfismi e metabolismo  
Polimorfismi e rischio cardiovascolare  
Polimorfismi e Sistema Nervoso Centrale  
Lipidomica, rilevanze nutrizionali  
Redoxomica, rilevanze nutrizionali  
Metabolomica, rilevanze nutrizionali  
Microbioma, microbiota, micobioma  
Dalla nutrigenomica alla tavola

### **MED/49 Pattern nutrizionale e diete a confronto, 5 CFU**

Concetti generali dieta bilanciata  
Dieta Mediterranea  
Dieta DASH  
Diete iperproteiche: efficacia, sicurezza e limiti di applicazione  
Dieta vegetariana e vegana: aspetti salutistici e potenziali carenze nutrizionali.  
Dieta Zona  
Dieta Chetogenica  
Dieta Mima digiuno  
Digiuno Intermittente  
Paleodieta  
La dieta delle Zone Blu  
Cronomorfodieta  
Alimentazione funzionale durante la gravidanza e implicazioni epigenetiche  
Alimentazione per l'Ovaio Policistico e la Sindrome Premestruale  
Alimentazione per la menopausa e l'andropausa  
Alimentazione per la modulazione ormonale (Tiroide, GH, Ormoni Sessuali, Cortisolo, Insulina, Melatonina)  
Alimentazione per lo sportivo  
Altre Diete

### **CHIM/10 Nutraceutica, basi e applicazioni cliniche, 5 CFU**

Definizione di nutraceutica ed alimentazione funzionale. Identificazione dei principi attivi naturali e classificazione  
Legislazione italiana ed europea, health claims, evidenze scientifiche  
Nutraceutica ed interconnessioni tra microbiota e sistema immunitario  
Interazioni nutraceutiche con dieta e farmaci  
Prebiotici, probiotici: definizione, caratteristiche e ruolo nella dieta  
Ruolo nutrizionale e funzionale delle vitamine e dei minerali  
Gli acidi grassi polinsaturi  
L'acqua come alimento funzionale  
Nutraceutica per il sistema nervoso centrale e periferico  
La nutraceutica a sostegno di una pressione sanguigna normale  
Nutraceutica per la funzionalità cardiaca e nelle dislipidemie  
Nutraceutica per il metabolismo e gestione del peso corporeo  
Nutraceutica per l'apparato urogenitale e l'infertilità  
Nutraceutica per l'apparato endocrino

Alimentazione funzionale durante la gravidanza e implicazioni epigenetiche  
Nutraceutica per l'occhio  
Nutraceutica e apparato gastrointestinale  
Nutraceutica per pelle ed annessi cutanei  
Nutraceutica ed attività sportiva di endurance  
Nutraceutica ed attività sportiva contro resistenza (forza, potenza, massa)  
Nutraceutica e Sistema osteoarticolare  
Nutraceutica e Malattie Tumoriali

### **MED/34 Benessere salute e attività motoria, 5 CFU**

Importanza dell'attività fisica  
Squilibri della funzionalità cardiovascolare  
Squilibri a carico della resistenza, della forza e dell'elasticità. Squilibri strutturali a carico del sistema muscolo-scheletrico  
La sarcopenia, inquadramento clinico e semeiotico  
Attività motoria e medicina estetica: applicazioni secondo i principi della medicina funzionale

### **M-PSI/02 Benessere salute e gestione dello stress, 5 CFU**

Stress e sistema nervoso autonomo  
Stress cronico e alterazioni funzionali dell'apparato orale.  
Tecniche di gestione dello stress  
I ritmi circadiani, cronobiologia e crononutrizione  
Sonno e rilassamento: Fisiologia del sonno

### **M-PSI/02 Medicina Funzionale e Life Style, 5 CFU**

Origini e storia della Medicina Funzionale e della Lifestyle Medicine  
Il core della matrice funzionale: equilibrio mentale, emotivo e spirituale  
Lifestyle medicine: medicina personalizzata degli stili di vita  
Health coaching e stili di vita corretti  
Creare l'alleanza terapeutica medico-paziente  
Informare ed educare il paziente  
Struttura delle abitudini e cambiamento  
Vita di relazione, affettività  
Sessualità e stili di vita  
Accompagnare il paziente lungo un processo di cambiamento definitivo e duraturo

### **MED/49 Dietologia, Nutraceutica e Nutrigenomica nella pratica clinica: Tecniche di valutazione della composizione corporea aspetti metodologici, 5 CFU**

Tecniche di rilevazione dei consumi alimentari: questionari e loro utilizzo  
Compilazione cartella clinica  
Esercizi di rilevamento delle abitudini alimentari e dello stile di vita del soggetto  
Utilizzo delle tabelle bromatologiche e possibili combinazioni di pasti a composizione bilanciata  
Elaborazione dieta base fondamentale  
Elaborazione piani dietetici basati su casi clinici  
Test genetici  
Esami di laboratorio  
Medicina di genere  
Metalli tossici e chelazione  
Xenobiotici ed interferenti endocrini  
Il ruolo dell'inquinamento ambientale e atmosferico e il suo effetto epigenetico  
La medicina del domani e medicina quantistica

## DOCENTI

**Prof. Giovanni Scapagnini** – Medico Chirurgo, MD, PhD Professore Ordinario di Alimentazione e Nutrizione umana

**Prof. Massimo Spattini** – Medico Chirurgo, Specializzato in Scienza dell’Alimentazione e Medicina dello Sport

**Dott. Damiano Galimberti** – Medico Chirurgo Specialista in Scienza dell’Alimentazione Segretario Generale dell’ESAAM – European Society of Anti-Aging Medicine Presidente dell’AMIA – Associazione Italiana Medici Anti-Aging

**Dott. Deanna Minich** – Nutrizionista, ricercatrice e autrice di medicina funzionale

**Dott. Massimo Fioranelli** – Medico Chirurgo specializzato in Medicina Interna e in Cardiologia. Responsabile del Centro Cardiologico e Medicina Integrata, Casa di Cura Villa del Rosario

**Dott. Jeffrey S. Bland** - Biochimico, co-fondatore dell’Istituto di Medicina Funzionale. Direttore scientifico di Metagenics, Inc. e Presidente di MetaProteomics

**Dott. Barry Sears** – Ricercatore presso la Boston University School of Medicine e il Massachusetts Institute of Technology

## COSTO

FAD: € 2.000,00

Blended: : € 4.000,00

Per info su rateizzazione, modalità di pagamento e agevolazioni consultare il sito [www.consorziohumanitas.com](http://www.consorziohumanitas.com)

## INFORMAZIONI

**Consorzio Universitario Humanitas**

Via della Conciliazione, 22

00166 Roma RM

Telefono: 06 3224818

Mail: [master@consorziohumanitas.com](mailto:master@consorziohumanitas.com)

Web: [www.consorziohumanitas.com](http://www.consorziohumanitas.com)





Il **Consorzio Universitario Humanitas**, ha tra i suoi associati l'Università degli Studi di Salerno, l'Università Cattolica del Sacro Cuore, l'Università Telematica San Raffaele Roma, la Pontificia Facoltà Teologica dell'Italia Meridionale – Sez. S. Luigi – Napoli, LUM – Libera Università Mediterranea “Giuseppe Degennaro”, Bari, l'Ospedale Pediatrico Bambino Gesù, l'IDI – Istituto Dermopatico dell'Immacolata, l'Istituto Universalus, il Consorzio Fortune, il C.I.R.P.S. – Centro Interuniversitario di Ricerca Per lo Sviluppo sostenibile, la Fondazione “Sapientia Mundi”, l'I.I.S.C.P.F. – Istituto Internazionale di Scienze Criminologiche e Psicopatologico Forensi.

Da oltre un decennio, svolge attività di ricerca scientifica e Alta Formazione a forte impatto professionalizzante, ha organizzato numerosi Master Universitari, Corsi di alta formazione e ha attivato Scuole di Specializzazione in Psicoterapia, diventando un centro di eccellenza e di riferimento nazionale, con diverse centinaia di studenti.

Il Consorzio è Provider accreditato all'Agenas per la formazione dei medici e delle professioni sanitarie ed è accreditato sulla piattaforma SOFIA per la formazione di docenti e dirigenti scolastici di ogni ordine e grado.

Il Consorzio ha una Casa editrice “Humanitas Edizioni” che realizza pubblicazioni editoriali anche in collaborazione con importanti case editrici come Franco Angeli e Armando editore.

**Direttore didattico:** Dott.ssa Carla Pampaloni

#### Partner e Associati



UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI  
DI SALERNO



UNIVERSITÀ  
CATTOLICA  
del Sacro Cuore



Università  
San Raffaele  
Roma



UNIVERSITÀ  
**LUM**  
GIUSEPPE  
DEGENNARO



Pontificia Facoltà Teologica  
dell'Italia Meridionale



OSPEDALE PEDIATRICO  
Bambino Gesù



ISTITUTO  
DERMOPATICO  
DELL'IMMACOLATA



LILT  
LEGA ITALIANA PER LA LOTTA CONTRO I TUMORI  
prevenire e vivere



ISTITUTO  
UNIVERSALUS



CONSORZIO  
FORTUNE



ISTITUTO  
CLINICO  
INTERUNIVERSITARIO



UNIVERSALUS  
CONSORZIO UNIVERSITARIO