



PER LA TUA FORMAZIONE  
LA SCELTA MIGLIORE



Inizio corso **01/04/2024**

Fine corso **31/03/2025**

Durata corso **12h**

Crediti **18.0 ECM**

Collana **Medicina**

Modello Didattico **Multimediale**

Tutoraggio **Si**

Partner **Società Italiana di scienza dell'alimentazione**

Age.na.s **412285**



IN COLLABORAZIONE CON

**CONSULCESI**

PRODUCER



## Alimentazione e attività fisica: il binomio per il benessere di individuo e società

### DESCRIZIONE DEL CORSO

Il corso tratta del rapporto tra alimentazione, nutrizione, attività fisica ed esercizio fisico, sport e benessere psicofisico dell'individuo e, di conseguenza, della società nel suo complesso. I temi affrontati riguardano: benessere fisico e mentale; ruolo psicologico dell'attività fisica; differenze tra attività, esercizio e sport; ruolo del latte; ruolo dell'idratazione; dieta chetogenica; integratori alimentari; ruolo della vitamina D; modulazione del microbiota; prevenzione delle patologie; attività fisica nel piano regionale della prevenzione; prevenzione dell'osteoporosi; trattamento dell'obesità.

### FINALITA' DEL CORSO

Al termine del corso i partecipanti acquisiranno competenze in tema di alimentazione e nutrizione in relazione all'attività, all'esercizio e allo sport.

### CARATTERISTICHE DEL CORSO

Il corso si compone di video-lezioni corredate da materiali didattici di approfondimento e prevede il superamento di un test di verifica finale.

### OBIETTIVO FORMATIVO

Area: **OBIETTIVI FORMATIVI TECNICO-PROFESSIONALI**

23 - Sicurezza e igiene alimentari, nutrizione e/o patologie correlate

### RESPONSABILI SCIENTIFICI

La prof.ssa Silvia Migliaccio, presidente della Società Italiana di Scienza dell'Alimentazione, si laurea in Medicina e chirurgia nel 1986 presso l'Università La Sapienza di Roma per poi trasferirsi e lavorare negli Stati Uniti presso l'Università di San Antonio, in Texas, e presso l'Università di Chapel Hill, in North Carolina. Nel 1995 si perfeziona in Prevenzione e terapia dell'obesità. Nel 1996 si specializza in Endocrinologia e malattie Metaboliche e consegue il dottorato di ricerca presso l'Università degli





## PER LA TUA FORMAZIONE LA SCELTA MIGLIORE

Studi di Roma La Sapienza. Nel 2008 consegue la laurea specialistica in Scienza della nutrizione umana presso l'Università Tor Vergata di Roma. Attualmente è docente di Endocrinologia e Malattie del Metabolismo.

