

## Corso di Laurea Magistrale in Scienze della Nutrizione Umana

**Insegnamento: Altre conoscenze utili per l'inserimento nel mondo del lavoro.**

SSD MEDS-08/C

Numero di CFU: 3

Nome docente: LORETO NEMI

E-mail: [loreto.nemi@unicamillus.org](mailto:loreto.nemi@unicamillus.org)

Modalità di ricevimento: Ricevimento studenti da concordare singolarmente previo appuntamento.

### PREREQUISITI

Conoscenza della fisiologia dei processi di digestione, assorbimento e nutrizione umana, biochimica e metabolismo dei nutrienti, delle basi molecolari della nutrizione, degli alimenti, dei macronutrienti e micronutrienti. Conoscenza di base delle diverse patologie metaboliche legate a squilibri nutrizionali.

### OBIETTIVI FORMATIVI

*Acquisizione di conoscenze e strumenti pratici per la professione del nutrizionista. Dall'anamnesi nutrizionale, alla valutazione dei dati antropometrici e della composizione corporea, all'elaborazione della dieta fisiologica, elaborazione di diete per alcune delle patologie principali, fino al monitoraggio e al follow-up dei risultati del paziente.*

### RISULTATI DELL'APPRENDIMENTO ATTESI

Capacità ed abilità nell'effettuare una completa visita e diagnosi nutrizionale ad un paziente, con misurazione dei dati antropometrici e della composizione corporea ed elaborazione di un piano nutrizionale personalizzato con consigli specifici a breve e a lungo termine; si affronteranno alcune delle diete principali per patologie; si parlerà del monitoraggio dei risultati e mantenimento degli obiettivi raggiunti.

**Capacità di applicare conoscenza e comprensione:** L'obiettivo generale dell'insegnamento di "Altre conoscenze utili per il mondo del lavoro" è l'apprendimento di un metodo e di un processo lavorativo per svolgere l'attività di nutrizionista clinico. Nello specifico l'obiettivo formativo è infine essere abili nello svolgere una visita completa al paziente. Al termine del corso lo studente sarà in grado di applicare il metodo pratico e avrà acquisito gli strumenti per svolgere i vari esami strumentali e anamnestici che compongono una visita nutrizionale.

**Abilità comunicative:** Lo studente sarà in grado di eseguire una visita nutrizionale dimostrando di aver appreso un linguaggio scientifico appropriato ai fini di una comunicazione corretta e rigorosa.

**Autonomia di giudizio:** Al termine del corso, lo studente avrà analizzato e appreso i vari processi anamnestici, di indagine alimentare, strumentale e di studio della composizione corporea che permettono di applicare il metodo sperimentale. Avrà acquisito la capacità di sintetizzare e correlare i vari argomenti e informazioni date dal paziente per creare un piano nutrizionale equilibrato nonché di stilare una diagnosi nutrizionale e un obiettivo di salute e raggiungimento del peso o trattamento di una patologia correlata all'alimentazione.

**Capacità di apprendimento:** Lo studente avrà acquisito capacità e metodi di apprendimento adeguati all'approfondimento ed il miglioramento delle proprie competenze nell'ambito della nutrizione, dietetica, composizione degli alimenti, patologie correlate all'eccesso o difetto di alcuni nutrienti e micronutrienti anche attraverso la consultazione della letteratura scientifica.

### PROGRAMMA

1. *Accoglienza e presentazione del paziente in prima visita. Quale linguaggio utilizzare e come creare empatia.*
2. *Il processo di valutazione nutrizionale (Nutrition Care Process)*
3. *Anamnesi generale: la pratica.*
4. *Valutazione delle analisi cliniche e focus su valori utili per uno screening nutrizionale.*
5. *Anamnesi nutrizionale: storia dietetica e diario alimentare.*
6. *Indagine sulle abitudini alimentari: questionario recall-24h e questionario sulla frequenza alimentare*
7. *Misurazioni antropometriche: peso, altezza, indice di massa corporea e percentili*
8. *Metodiche per l'esame della composizione corporea*
9. *Circonferenze corporee.*

10. *Plicometria.*
11. *Esame della composizione corporea con Bioimpedenziometria.*
12. *Esempi pratici e interpretazione di esami su pazienti.*
13. *Metodologia per l'elaborazione della dieta: calcolo del dispendio energetico e del peso obiettivo.*
14. *Calcolo del fabbisogno calorico e dei macronutrienti*
15. *Come leggere le tabelle di composizione degli alimenti*
16. *Impostare una dieta fisiologica personalizzata: dal calcolo base all'automazione*
17. *Creare una dieta giornaliera con alimenti singoli.*
18. *Dal giorno singolo alla dieta settimanale.*
19. *Le sostituzioni equivalenti dei gruppi di alimenti e le frequenze di consumo*
20. *Come elaborare dei punti chiave per la spiegazione della dieta.*
21. *Consigli sulle preparazioni e modalità di cottura.*
22. *La colazione e gli spuntini*
23. *I pasti principali.*
24. *Idee di ricette dietetiche: creare un ricettario.*
25. *Dalla piramide alimentare al piatto sano: consigli su come gestire la dieta fuori casa.*
26. *Consegna e spiegazione della dieta al paziente.*
27. *Il follow-up: le visite di controllo.*
28. *Le diete per patologia.*
29. *Dieta per dislipidemie.*
30. *Dieta per allattamento e gravidanza.*
31. *Dieta per l'ipertensione.*
32. *Dieta per insufficienza renale.*
33. *Dieta per Intestino irritabile (stipsi, diarrea)*
34. *Dieta per sportivo.*
35. *Dieta per pazienti oncologici.*
36. *La dieta di mantenimento.*

#### **MODALITÀ DI INSEGNAMENTO**

Video lezioni da 15 minuti circa.

- N° 9 ore di registrazione equivalenti a N° 36 videolezioni (36 videolezioni di circa 15 minuti l'una) corrispondenti a 3CFU TOTALI.

- N° 3 ore di didattica interattiva.

#### **MODALITÀ DI FREQUENZA**

Frequenza non obbligatoria ma suggerita

#### **MODALITÀ DI VERIFICA DELL'APPRENDIMENTO**

Esame di profitto finale con test a risposta multipla.

L'esame finale consta di una prova scritta di 30 domande a risposta multipla, con una sola domanda esatta.

**La prova di esame sarà complessivamente valutata secondo i seguenti criteri:**

Non idoneo: importanti carenze e/o inaccuratezze nella conoscenza e comprensione degli argomenti.

Idoneo: lo studente avrà risposto in modo corretto ad almeno 18/30 domande

#### **TESTI CONSIGLIATI E BIBLIOGRAFIA**

Arienti G., *Le basi molecolari della nutrizione*, Piccin, 2021.

Tabelle Composizione degli alimenti Inran/Crea

Banca Dati di Composizione degli Alimenti per Studi Epidemiologici in Italia a cura di Gnagnarella P, Salvini S, Parpinel M.  
Versione 1.2015 Website <http://www.bda-ieo.it/>

Bedogni G., Cecchetto G., *Manuale Andid di valutazione dello stato nutrizionale*, Società Editrice Universo, 2009.

Bizzarri M., *Interpretazione clinica degli esami di laboratorio*, Piccin 2020.

Cappelli P., Vannucchi V., *Principi di chimica degli alimenti*, Zanichelli 2015.

Manuale di Gastroenterologia Dietisti, Editrice Gastroenterologica Italiana, 2009.

Del Toma E., *Prevenzione e Terapia Dietetica*, Il pensiero scientifico editore, 2020.

Miggiano G., *Dieta e Donna, Per una nutrizione personalizzata*, Il pensiero Scientifico Editore, 2021.

Miggiano G., *La nutrizione nelle malattie del metabolismo*, Il Pensiero Scientifico Editore, 2016.