

CORSO FAD
dal 1 gennaio 2018 al 31 dicembre 2018

DIETA VEGETARIANA E DIETA VEGANA

Razionale

Innumerevoli evidenze cliniche hanno evidenziato la relazione che esiste tra alimentazione, stile di vita ed insorgenza della malattia cronica (china study, studio epic et sim.) concludendo come un corretto regime alimentare possa ridurre fino al 50 % il rischio di malattie cardiovascolari e tumori.

Malgrado tali evidenze la nostra alimentazione si sta allontanando progressivamente dalle proprie radici mediterranee per acquisire caratteristiche tipiche di quella oltre oceano.

Solo una piena consapevolezza di ciò che mangiamo ci può permettere di valutare al meglio il nostro stile di vita e la composizione della nostra dieta aiutandoci a recuperare tradizioni alimentari genuine che giovano a tutto il nostro organismo. Tale consapevolezza ha incrementato la diffusione di nuove diete alimentari: oltre alla ben nota dieta mediterranea, sono oggi sempre più in espansione la dieta vegetariana e la dieta vegana.

L'obiettivo del corso è di definire e approfondire le caratteristiche della dieta vegetariana e vegana, illustrando per ciascuna la tabella nutrizionale e analizzando gli svantaggi e i vantaggi che ne derivano. Inoltre illustreremo la corretta dieta dei due regimi alimentari presi in esame per soddisfare al meglio il fabbisogno nutrizionale.

Responsabile scientifico dr. Paolo Morelli farmacista Codice fiscale: MRLPLA54R17D612V

Obiettivo 23. Sicurezza alimentare e/o patologie correlate

Durata del corso: 5 ore previste per apprendimento

Numero max partecipanti: fino a 1000 utenti

Destinatari del corso: Medico chirurgo (tutte le discipline), Biologo, Farmacista, Dietista, Psicologo, Psicoterapeuta, Infermiere, Infermiere pediatrico, Ostetrica, TPNEE, Tecnico di Laboratorio, Educatore professionale, Tecnico di Riabilitazione Psichiatrica, Odontoiatra, Assistente sanitario.

Segreteria Organizzativa: M45 s.r.l. Via Giovanni Paisiello, 40 - 00198 Roma email: info@emme45.it tel. 06839548409 fax 0683958405 responsabile di segreteria: Elisabetta Calabrese cell.3393572310

Modalità d'iscrizione: quota di partecipazione € 20,00 con modalità di pagamento on line

Caratteristiche tecniche del corso: Il corso si avvale della metodologia FAD (Formazione a Distanza) appoggiata su Piattaforma di E-learning realizzata con CMS Wordpress e sistema di e-learning "Sensei"; la piattaforma è sviluppata in linguaggio PHP e database MySQL ed è ospitata su dominio presso server in Cloud Computing. Il portale di accesso è www.emme45.it

Requisiti tecnici per la fruizione:

- ! Un computer con sistema operativo Windows, Linux o Mac
- ! Browser web (Mozilla Firefox, Apple Safari, Microsoft Internet Explorer)
- ! Pacchetto Microsoft Office o, in alternativa, OpenOffice
- ! Adobe Reader per i documenti pdf
- ! Collegamento ad Internet

Metodologia Didattica: Autoapprendimento via web e tutoraggio in differita breve con risposta via email entro le 48 ore lavorative dalla richiesta. Il corso si compone, in sequenza unica preordinata, di 3 (tre) capitoli composti sia da presentazioni modello power point, sia da documenti in pdf.

Modalità di apprendimento:

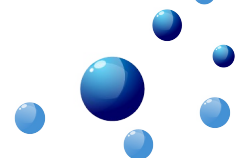
Lettura del testo didattico e dei documenti allegati.

Svolgimento del test di autoapprendimento con questionario di verifica ECM a risposta multipla.

Metodo di verifica: questionario on line a risposta multipla. Ad ogni nuovo tentativo al set di domande viene applicata la doppia randomizzazione per un numero di ripetizioni limitato a 5 volte. L'acquisizione dei crediti è subordinata allo svolgimento del questionario con performance minima del 75%.

Attestato ECM: al termine del percorso formativo, previo superamento del questionario di verifica ECM il discente potrà eseguire il download automatico del proprio attestato di acquisizione dei crediti ECM in formato PDF. A completamento

M45 S.r.l. Via Giovanni Paisiello, 40 - 00198 Roma P.IVA 06625291007
tel.06.83958407 fax 06.83958405 E mail: info@emme45.it - www.emme45.it



della procedura ECM è prevista la compilazione della scheda qualità che l'utente dovrà inviare tramite l'apposito form..

Valutazione della Qualità: il questionario consente di sondare:

- ! rilevanza del programma proposto rispetto alle esigenze formative della categoria;
- ! qualità del programma formativo, dei docenti e dell'organizzazione;
- ! efficacia della formazione sulla propria professione;
- ! eventuali percezioni di conflitto d'interessi commerciali.

Sistema di Accesso e Assistenza

Il partecipante, per accedere al sistema, dovrà effettuare la registrazione o il log in al sito dall'apposito tasto "Area Riservata". L'utente -studente loggato (che avrà i permessi di "customer") dovrà recarsi nella pagina "Corsi" e cliccare sul corso che vuole sostenere. Da qui sarà possibile completare l'acquisto del corso cliccando sul link nel box rosso che reindirizzerà l'utente ad una schermata di inserimento dati e modalità di pagamento. Il sistema permette di frequentare il corso in sessioni successive, ossia interrompendo momentaneamente la consultazione e riprendendola in un secondo momento. Altrettanto può essere fatto nella compilazione del questionario finale. Ad ogni nuovo tentativo al set di domande viene applicata la doppia randomizzazione (ad ogni accesso cambia la sequenza delle domande e delle relative risposte) per numero limitato di 5 ripetizioni. Viene considerato sufficiente il punteggio di 75% delle risposte corrette. Una volta superato l'esame finale, gli utenti compilano e inviano la scheda di valutazione del corso tramite l'apposito form (tasto verde "invia il modulo compilato" sulla colonna destra) e stampano l'attestato dei crediti ECM generato dal sistema in formato PDF. Per quanto riguarda l'assistenza, il corso si avvale di una segreteria didattica per eventuali richieste di delucidazione su quanto espresso nel corso e di una segreteria tecnica per problemi di accesso. Ambedue saranno contattabili on line via email con garanzia di risposta entro le 48 ore lavorative. Il corso è sviluppato su piattaforma multiutente con server dedicato e IP statico a garanzia di un collegamento fluido e rispettoso delle vigenti norme sul trattamento dei dati personali

PROGRAMMA

Introduzione ai principi generali

- ! *definizione di dieta*
- ! *disturbi del comportamento alimentare*
- ! *Dieta vegetariana-suddivisioni*
- ! *dieta falso-vegetariana*
- ! *dieta latte ovo vegetariana (LOV)*
- ! *Dieta Vegana*
- ! *il perché di una scelta*
- ! *vegetariani e salute*
- ! *lo studio EPIC*

Allegato 1- Studio Epic in Italia

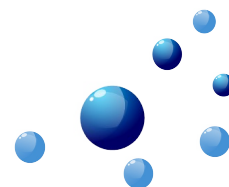
Dieta Vegetariana e vegana Parte 1

- ! *Fabbisogni nutrizionali e dieta vegetariana*
- ! *Le proteine*
- ! *Vit. B12*
- ! *Iodio*
- ! *Calcio e vit. D*
- ! *Ferro*
- ! *Zinco*
- ! *Acido Fitico*
- ! *Alimenti contenenti Calcio Zinco Ferro*
- ! *Acidi grassi (ALA-EPA-DHA)*
- ! *raccomandazioni*

Dieta Vegetariana e vegana - Parte 2

- ! *Trasformazione abitudini alimentari significato dell'acronimo ASI Aggiungere Sostituire Imparare*
- ! *La posizione medica su dieta LOV (Latte Ovo Vegetariana) e VEG (vegana)*
- ! *La posizione ADA (American Dietetic Association)*
- ! *Il mercato in Italia*
- ! *come scegliere una dieta vegetariana o vegana*
- ! *dieta vegetariana o vegana e malattie croniche*
- ! *Il counseling e il paziente vegetariano o vegano*

Allegato 2 - Position Paper ADA (American Dietetic Association)



CV Docente

COGNOME NOME	CODICE FISCALE	TITOLO E SPECIALIZZ.	LUOGO LAVORO
Morelli Paolo	MRLPLA54R17D612V	Laurea in Farmacia Università degli Studi di Firenze. Esperienza di comunicazione in ambito sanitario.	Legale rappresentante Mapy Consulenza & Servizi snc. Firenze

Il relatore ha sottoscritto una certificazione riguardante l'eventuale conflitto di interessi, garantendo la completa indipendenza delle relazioni, a prescindere da ogni eventuale conflitto di interessi o rapporto con aziende. E' esclusa ogni finalità commerciale, politica, sindacale o, in qualsiasi modo, estranea alla formazione, il docente nell'ambito delle proprie competenze, garantisce che le relazioni svolte, durante il corso, hanno esclusivamente scopo scientifico e di aggiornamento tecnico, normativo o legislativo.

