Master in:

Alimentazione e Dietetica Vegetariana

Presentazione

Università degli Studi Unidemontaigne

Regolamento

Bando di Concorso

Domanda di iscrizione

Ricevuta di Pagamento

Il mondo della nutrizione e alimentazione umana, a causa della sua relazione diretta con la salute, è oggetto d'interesse da parte di molti professionisti. Costoro hanno necessità di trasportarlo in forma specifica al proprio campo di studio/responsabilità e di poterlo qui applicare in forma pratica.

Il progresso delle discipline che ne rappresentano e ne costituiscono la base come la biochimica, la biologia molecolare, la fisiopatologia, la tossicologia e la dietetica fanno della nutrizione una scienza affascinante, tra le più moderne ed applicate, che obbligano, altresì, ad osservarla non solo con occhi scientifici ma anche umani.

In questo contesto, l'alimentazione vegetariana si sta proponendo come un modello alimentare alternativo basato su principi etici, salutistici ed ecologici. Il numero di vegetariani nei paesi occidentali è in costante aumento, ma a fronte di questa crescente richiesta, i professionisti non hanno ancora a disposizione strumenti per rispondere alle esigenze dei soggetti vegetariani e di quanti vogliano divenire tali.

Oggigiorno il professionista ha bisogno di una formazione continua che gli permetta un elevato grado di specializzazione, così come gli viene quotidianamente richiesto dagli stessi utenti clienti-pazienti con i quali interagisce e dalle strutture pubbliche e/o private nelle quali esercita.

Emerge quindi la necessità di formare i professionisti della nutrizione in questo campo specifico, adeguandosi anche a quelle che sono le posizioni emanate da organizzazioni internazionali di elevato livello scientifico (vedi recente ADA position 2009), mettendo a disposizione un sistema di nozioni e competenze snello ma efficace su questa branca particolare della scienza dell'Alimentazione.

La nostra esperienza e metodologia educativa assicurano una formazione universitaria rigorosa e di qualità.

> ***Gli iscritti sono esonerati dall'obbligo E.C.M. ai sensi della Circ. Min. Salute n. 448 del 5 marzo 2002 (G.U. n. 110 del 13 maggio 2002)***

A chi è diretta la nostra attività di formazione?

L'iscrizione al Master, esente da debiti formativi, è concessa:

- ai possessori di laurea triennale o specialistica, anche se questa formazione è comunque particolarmente adatta ai Laureati dell'Area Medico-Scientifica e dell'Area delle Professioni Sanitarie.
- ai cittadini stranieri in possesso di un titolo di studio universitario ed ottenuto all'estero previa applicazione della normativa vigente.
- a tutti coloro che, in possesso dei requisiti di legge, per la loro professione o il proprio interesse desiderino perfezionarsi nell'ambito dell'alimentazione vegetariana.
- coloro che già dedicano la propria professionalità alla Scienza dell'Alimentazione e che seguano questo Master otterranno delle conoscenze che permetteranno di differenziarsi anche nel mercato del lavoro grazie a dei contenuti, a una struttura e casi pratici tipici e propri di un Master con il risultato di raggiungere una vera e propria specializzazione nel campo.
- Gli iscritti sono esonerati dall'obbligo E.C.M. ai sensi della Circ. Min. Salute n. 448 del 5 marzo 2002 (G.U. n. 110 del 13 maggio 2002)

Obiettivo

Fornire le conoscenze per un'adeguata comprensione dei principi teorici e pratici che stanno alla base dell'alimentazione a base vegetale in tutte le sue varianti, nonché delle sue implicazioni cliniche nella prevenzione e nel trattamento delle principali patologie cronico-degenerative.

Il Master si pone inoltre l'obiettivo di sviluppare la capacità di relazionarsi con il cliente vegetariano conoscendo e rispettando le motivazioni della sua scelta.

Le competenze acquisite consentiranno al professionista di cimentarsi in questo campo dell'alimentazione ancora poco sviluppato e di soddisfare le richieste dei clienti e pazienti vegetariani con professionalità e sensibilità umana.

Il discente sarà in grado di realizzare un'analisi critica di una pratica dietetica o di un articolo di alimentazione a base vegetale, nonché essere in grado di organizzare e partecipare a programmi di educazione nutrizionale basati su diete vegetariane.

Sbocchi professionali

- Professionisti dell'Area Sanitaria che desiderino specializzarsi nel campo della nutrizione vegetariana
- Docenti dei diversi livelli accademici: corsi diretti al personale sanitario, personale dei servizi e della ristorazione, centri di informazione al consumatore, associazioni di pazienti cronici, scuole, centri civici, centri sportivi, ecc.
- Gestori e responsabili di imprese di ristorazione collettiva (scuole, catering, hotel, ospedali, case di cura, ecc.) alle quali potrà venire richiesto di poter fornire un pasto equilibrato a base vegetale.
- Consulenti tecnici di imprese agroalimentari, farmaceutiche e dei settori della ristorazione, del marketing e Ricerca & Sviluppo.
- Informatori medico-scientifici e Tecnici commerciali di linee di prodotti dietetici, di alimenti funzionali o di integrazione alimentare (sia di imprese alimentari che farmaceutiche).
- Negozi specializzati in prodotti dietetici.

Progetto generale di articolazione delle attività formative

Il Master in Alimentazione e Dietetica Vegetariana è strutturato in attività didattiche, attività interattive svolte on-line e in un Progetto Finale (o Tesi) del Master per un totale di 60 crediti.

Ogni attività didattica è composta da una serie di moduli (o insegnamenti). A sua volta ogni modulo è suddiviso in temi che organizzano la documentazione in una forma chiara e concreta. Questi moduli, nonostante siano relativamente indipendenti tra loro, sono strutturati secondo un ordine pedagogico in modo che lo studente dovrà seguire un identificato ordine cronologico.

L'attività interattiva svolta on-line consiste nella partecipazione al forum degli studenti e dei docenti e alla partecipazione a conferenze on-line e mira a stimolare la capacità di critica, nonché l'acquisizione del know-how e delle nuove nozioni che continuamente sono a messe a disposizione dalla letteratura medico-scientifica.

I moduli comprensivi della didattica interattiva sono 10 per un totale di 48 CFU; il Progetto Finale (preparazione e discussione della tesi) prevede l'attribuzione di ulteriori 12 CFU.

Moduli in cui si articola il Master

1. **MODULO 1: I NUTRIENTI - CFU 5**

   Generalità su macro (Glucidi, Lipidi, Proteine) e micronutrienti (Vitamine, Minerali) - Acqua ed equilibrio elettrolitico - Fibre e fitocomposti - Aminoacidi e altri componenti azotati considerati nutrienti essenziali

2. **MODULO 2: BIOCHIMICA NUTRIZIONALE - CFU 7**

   Cenni di anatomia e fisiologia dell'apparato digerente con nozioni di anatomia comparata - Metabolismo e sua regolazione - Integrazione metabolica - Segnali intercellulari ed intracellulari - Regolazione dell'espressione genica - Destino metabolico dei carboidrati - Destino metabolico dei lipidi - Aminoacidi, nucleotidi ed altri composti azotati.

3. **MODULO 3: I CIBI DELL'ALIMENTAZIONE VEGETARIANA - CFU 7**

   I cibi vegetali: cereali, legumi, verdura, frutta e frutta secca - Latte, uova e derivati, miele - Cibi da agricoltura tradizionale e biologica - Metodi di conservazione, preparazione e cottura dei cibi.

   APPENDICE:CEREALI, FRUTTA, GRASSI, LATTE-DERIVATI-UOVA, LEGUMI, MISCELLANEA. VERDURA

4. **MODULO 4: PRESENZA E BIODISPONIBILITÀ DEI NUTRIENTI NEI CIBI VEGETALI - CFU 3**

   Proteine vegetali - Carboidrati - Grassi vegetali (con enfasi sugli omega-3) - Vitamine (con enfasi alla vitamina B12) - Minerali (con enfasi su ferro, calcio, zinco, iodio) - Fitocomposti

5. **MODULO 5: NECESSITÀ NUTRIZIONALI DELL'ORGANISMO UMANO - CFU 3**

   Concetto di nutrizione - La cellula - Nutrienti - Produzione di energia da parte dell'organismo - Valore energetico dei nutrienti e obiettivi nutrizionali - Guide alimentari onnivore - Guide alimentari vegetariane.

   APPENDICE:SPESA ENERGETICA

6. **MODULO 6: TABELLE DI COMPOSIZIONE DEGLI ALIMENTI. ELABORAZIONE DI DIETE VEGETARIANE - CFU 4**

   Gruppi di alimenti - La ripartizione dei pasti nella giornata - Tavole di composizione degli alimenti - Elaborazione delle diete vegetariane.

   APPENDICE:CALCOLO DIETE VEGETARIANE, CALCOLO DIETE VEGETARIANE TCA, DATABASE ALIMENTI, DATABASE PER CALCOLO DIETE VEGETARIANE, DATABASE PER CALCOLO DIETE VEGETARIANE TCA, RIPARTIZIONE PASTI

7. **MODULO 7: NUTRIZIONE VEGETARIANA IN CONDIZIONI FISIOLOGICHE - CFU 6**

   Nutrizione vegetariana e gravidanza - Nutrizione vegetariana e allattamento - Nutrizione vegetariana nella prima e seconda infanzia - Nutrizione vegetariana nell'adolescenza (con cenni a disturbi del comportamento alimentare) - Nutrizione vegetariana nell'invecchiamento (con enfasi sulla menopausa e fitoestrogeni)

   APPENDICE:CALCOLO DIETE VEGETARIANE TCA BIMBI 1-3, CALCOLO DIETE VEGETARIANE TCA BIMBI 3-6, CALCOLO DIETE VEGETARIANE TCA BIMBI 6-10, CALCOLO DIETE VEGETARIANE TCA BIMBI 11-18, DATABASE PER CALCOLO DIETE VEGETARIANE BIMBI, DATABASE PER CALCOLO DIETE VEGETARIANE TCA BIMBI, MENÙ ADOLESCENTI

8. **MODULO 8: NUTRIZIONE VEGETARIANA IN SITUAZIONI PATOLOGICHE DI GRANDE PREVALENZA - CFU 6**

   Evidenze epidemiologiche - Malattie cardiovascolari - Obesità e sovrappeso - Diabete Mellito - Ipertensione arteriosa - Osteoporosi - Cancro - Malattie neurodegenerative -

Stipsi - Celiachia e altre malattie del sistema immunitario - Anemie - Interazioni farmaco/cibi vegetali.

APPENDICE:CALCOLO DIETE VEGETARIANE DIABETE, CALCOLO DIETE VEGETARIANE DIABETE TCA, CALCOLO DIETE VEGETARIANE IPOCALORICHE, CALCOLO DIETE VEGETARIANE IPOCALORICHE TCA, CALCOLO DIETE VEGETARIANE LF TCA, CALCOLO DIETE VEGETARIANE LF, CALCOLO DIETE VEGETARIANE TCA MP

9. **MODULO 9: ASPETTI PARTICOLARI DELL'ALIMENTAZIONE VEGETARIANA - CFU 3**

   Alimentazione scolastica - Alimentazione vegetariana in ospedale (inclusa la terapia enterale) - Nutrizione vegetariana e attività fisica.

   APPENDICE:MENÙ ASILO ESTIVO, MENÙ ASILO INVERNALE

10. **MODULO 10: ALTRI ASPETTI DELL'ALIMENTAZIONE VEGETARIANA - CFU 4**

    Evoluzione umana e alimentazione - Vegetarismo e impatto ambientale - Storia del vegetarismo - Motivazioni etiche della scelta vegetariana - Tutela giuridica della scelta vegetariana.

Materiale

Tutti gli alunni immatricolati riceveranno uno username ed una password per accedere al Campus Virtuale senza alcun costo aggiuntivo.

L'intero percorso didattico sarà svolto totalmente on-line tramite collegamento alla piattaforma, dalla quale sarà inoltre possibile scaricare il materiale per l'apprendimento, per un comodo studio anche off-line.

Metodo di valutazione

Vi sono due momenti chiave nella valutazione del Master.

Il primo segue la filosofia dell'insegnamento a distanza ed utilizza un metodo di valutazione continua. L'alunno dimostrerà la conoscenza acquisita di volta in volta in ogni materia mediante una valutazione a distanza, da effettuarsi tramite il Campus Virtuale.

Il secondo momento si ha alla fine dell'Anno Accademico quando lo studente dovrà superare l'esame presenziale classico per ogni materia con i docenti del Master, superato il quale, acquisirà i relativi crediti formativi. La Tesi di Master potrà essere discussa solo dopo aver acquisito tutti i crediti previsti dal piano di studi del Master.

Il Campus Virtuale

Il Master conta con il supporto pedagogico basato sull'uso delle nuove tecnologie: il Campus Virtuale. Con questo strumento innovatore per la docenza e l'apprendimento, lo studente potrà realizzare e completare gli studi intrapresi con il materiale ricevuto al proprio domicilio, collegandosi, quando lo ritiene necessario, al portale Internet dei corsi.

Opzionale e Gratuito

L'accesso al Campus Virtuale non rappresenta alcun costo addizionale per lo studente (salvo i costi propri della connessione telefonica, via ISDN o ADSL di ogni utente) ed è pertanto sia completamente gratuito che opzionale. Il Campus Virtuale deve essere usato solo per limitate attività (per es. prove *in itinere* e di autovalutazione) ma è consigliato un uso frequente ed attivo di questo strumento le cui potenzialità sono molteplici.

Perché studiare con il Campus Virtuale?

Il Campus Virtuale permette:

- La condivisione di opinioni, esperienze e conoscenze in modo asincrono con altri alunni
- La ricerca rapida dei contenuti
- L'accesso alla banca dati delle domande, e risposte, più frequenti (FAQ)
- La partecipazione ai Forum di notizie e novità nelle differenti aree della Sperimentazione Clinica e della Bioetica
- La correzione delle prove in itinere tipo test in modo immediato e con giustificazione del motivo per cui la risposta indicata dallo studente è corretta o incorretta.
- Di accedere alle domande di autovalutazione con soluzioni e commenti
- Di accedere ai links di pagine web suggerite per lo studio; l'elenco dei links è completato da brevi note sul contenuto delle pagine a cui viene suggerito l'accesso.
- Di usare un glossario terminologico.
- Di conoscere gli eventi scientifici, riguardanti direttamente o indirettamente l'ambito di Bioetica e Sperimentazione che avranno luogo in tutto il mondo.
- Visualizzare tutta la documentazione con una struttura visuale ottimale per lo studente
- L'aggiornamento della documentazione di immediata disponibilità per lo studente.

Il Campus diventa, pertanto, un punto di riferimento da qualunque parte del mondo permettendo lo spostamento dello studente che potrà collegarsi in qualunque momento, situazione o località e da qualunque terminale, così come la possibilità di comunicazione con alunni e programmi degli altri Paesi.

Perché a distanza

La nostra esperienza pedagogica ci evidenzia come sia ogni giorno più difficile trovare orari che siano flessibili e che si adattino alla dinamica del lavoro degli alunni. La mancanza di tempo e la difficoltà di organizzare attività diverse contemporaneamente obbliga molte persone a posporre la propria formazione. Anche la distanza fisica dal luogo dove s'impartiscono i corsi è un problema non trascurabile che limita o impedisce l'accesso di molte persone alla formazione.

Vantaggi dell'insegnamento a distanza

- Permette di eliminare i problemi di incompatibilità di orario
- Scompaiono gli inconvenienti dovuti agli spostamenti dal luogo di residenza/lavoro al luogo dove si svolgono le attività didattiche
- Ogni alunno può adattare e/o modificare il proprio ritmo di studio secondo i propri interessi/impegni professionali.
- Ogni momento dell'intera giornata è utilizzabile ai fini dell'apprendimento.
- Le conoscenze acquisite si possono applicare immediatamente all'ambito professionale.

La nostra Formazione

- Facilita la partecipazione dell'alunno a Forum di dibattito, nazionali e internazionali, relazionati con la Bioetica e con le problematiche relative alle Sperimentazioni Cliniche.
- Fornisce la possibilità di realizzare lavori in collaborazione con alunni di altri Paesi.
- Dispone di un proprio Campus Virtuale.
- Lo studente riceve al proprio domicilio postale tutta la documentazione in formato CD necessaria per lo studio, indipendentemente dalla posteriore utilizzazione o meno del Campus Virtuale. L'uso di quest'ultimo è comunque consigliata perché facilita

l'interconnessione tra alunni e con i docenti eliminando gli inconvenienti della formazione a distanza tradizionale.

- L'architettura dei corsi è stata curata nei dettagli per essere applicata ad un insegnamento non presenziale, partendo da un disegno di visibilità immediata, con uno stile di redazione chiaro e concreto, frequenti quadri esplicativi e sottolineando i punti più importanti di ogni tematica.
- La documentazione segue un ordine logico di studio, in modo che tutti i contenuti sono coordinati tra loro ed i concetti vengono introdotti con gradualità.
- Il tutoraggio personalizzato permette di chiarire i dubbi che possano sorgere in qualunque tappa dello studio.

Tutoraggio personalizzato

Ad ogni alunno è assegnato un docente-tutore che si preoccupa di seguirlo pedagogicamente ed al quale lo studente si può rivolgere per risolvere i dubbi che possano sorgere durante lo svolgimento del Master.

Il contatto con il docente-tutor si può realizzare per telefono, via fax, e-mail, Campus Virtuale o posta ordinaria.

Servizio di formazione continua

Il Servizio di Formazione Continua offre a tutti gli ex-studenti della Unidemontaigne l'opportunità di rimanere aggiornati sulle ultime novità delle differenti discipline appartenenti alle nostre aree di conoscenza.

Costo del Master: € 2.500,00

Per ulteriori informazioni e per richiedere il modulo di iscrizione si prega di scrivere una mail a: Unidemontaigne@gmail.com oppure telefonare ore ufficio al: **373.7814238** oppure al **338.9140687**