

Programma

Il corso si propone di fare chiarezza sui modelli di alimentazione più diffusi e fornire nuove conoscenze e solide basi su cui fondare gli stessi modelli. La finalità è quella di mettere il professionista in grado di impostare e ottimizzare un corretto programma alimentare personalizzato.

- Micro e macronutrienti
- Chilocalorie e metabolismo: l'approssimazione quotidiana
- Nutrizione clinica
- Stress ossidativo
- Infiammazione cronica
- Allergie, ipersensibilità, intolleranze
- Alterazione della capacità tampone dell'organismo
- Analisi della composizione corporea
- Cortisolo, insulina, glucagone, gh
- Indice glicemico e carico glicemico
- Perdita selettiva di massa grassa
- Sindrome metabolica
- Matrice extra-cellulare
- Approfondimenti sul ph tissutale extra-cellulare
- Cibi acidificanti e alcalinizzanti
- Pral (carico acido renale)
- Costruzione di un corretto programma alimentare

DATE: 24/25 Aprile
22/23 Maggio
12/13 Giugno
03/04 Luglio

ORARIO: Sabato (ore 9,00 – 13,00 e 14.00 – 18.00), Domenica (ore 9,00 – 13,00)

DOCENTE: Dott.ssa Rossella IANTORNO, medico, farmacista, esperta in omeopatia, M.T.C. e nutrizione clinica

SEDE: Associazione Naturaliter, via Lucio Sestio, 16b - 00174 Roma (Metro A: Lucio Sestio)

PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA - Sarà rilasciato un **ATTESTATO DI FREQUENZA** valido ai fini dell'Aggiornamento Professionale

Per ulteriori informazioni contattare la Segreteria Organizzativa (+ 39) 06.760.608.29 - 328.36.126.80

e-mail: segreteria@naturaliter.org