



Webinar avanzato e intensivo

Diete e piani alimentari: impostazione, elaborazione e gestione

Livello avanzato - 1 fine settimana, 2 giorni, più di 16 ore di lezioni e dimostrazioni pratiche

10 – 11 ottobre 2025 - Diretta Zoom

- **DESTINATARI:** possono iscriversi le **professioni** che per la legge italiana possono elaborare diete e piani alimentari: **Medico** (tutte le discipline), **Biologo**, **Dietista**, e **studenti, dottorandi, specializzandi e laureati** in queste discipline. Il webinar rivolto anche a studenti, dottorandi, specializzandi e laureati nelle suddette discipline.
- I nostri corsi e webinar sono sempre **in diretta**, senza registrazioni e senza lezioni "invecchiate", sono sempre aggiornati e in linea con le nuove acquisizioni.
- **Costo totale del Webinar senza sconto: 320 €.**
- **➔PROMOZIONE ESTIVA: 155 € (rateizzabile) 54% di sconto fino al 30 settembre** (comprese ritenute fiscali e marca da bollo). Non c'è da calcolare l'IVA.
- Per iscriversi inviare la scheda e copia del bonifico effettuato.
- **Modalità d'iscrizione:** il webinar può essere saldato in un'**unica soluzione** o **rateizzato**; in quest'ultimo caso scrivere a segreteria@nutrizionista.it per avere un prospetto di rateizzazione.
- **Tutoraggio, consulenza e coaching gratuito post corso.**
- Si consiglia **vivamente di iscriversi o prenotarsi in tempo: numero massimo di partecipanti 12** per permettere a tutti di seguire lezioni, dimostrazioni e interagire col docente.
- Per **prenotare il posto** è sufficiente inviare solo la scheda d'iscrizione; si potrà confermare dopo la propria partecipazione, rispondendo alla email che si riceverà da parte della segreteria.
- In **omaggio** con l'iscrizione il seminario professionalizzante (dal costo di 50 €) **Come promuovere la propria Professione; da seguire in una delle edizioni programmate; per partecipare scrivere a segreteria@nutrizionista.it**
- Per **consulenze e coaching di lavoro** (elaborazione diete, verifica, elaborazione e controllo diete in patologie, lezioni e approfondimenti privati, ecc.): accordarsi con Dott. Lugaresi. Il costo dipenderà dall'entità della consulenza, dal tempo impiegato e del lavoro da svolgere. Il tutoraggio post corso è sempre gratuito.
- Pagina web: <https://www.nutrizionista.it/diete-e-piani-alimentari/>
- Bibliografia consigliata: <https://www.nutrizionista.it/libri/>
- Il portale, per conoscere tutti i nostri corsi e le promozioni: <https://www.nutrizionista.it/corsi-e-webinar/>
- Per delucidazioni: Dott. Lugaresi, **338.85.75.829, anche su WhatsApp.**

La frequenza del corso, e l'eventuale attestato rilasciato, **non abilita alla professione di Nutrizionista o Dietista** e non comporta la possibilità di elaborare/prescrivere diete o piani alimentari, qualora non lo preveda, secondo le normative vigenti, **il titolo di studio** conseguito dal Corsista.

OBIETTIVI: Nel webinar si approfondisce la **teoria**, le **metodologie**, le **tecniche** e i **concetti** per: per l'elaborazione di una dieta adeguata secondo le indicazioni dei LARN – Livelli di Assunzione Raccomandata di Nutrienti – e secondo le direttive del Ministero della Salute; l'elaborazione di una dieta o piano alimentare personalizzato, per la gestione dietetica del paziente con fisiopatologia accertata, per l'elaborazione di un piano dietetico: per bambini, adulti, nelle condizioni fisiologiche speciali, come gravidanza o climaterio, oppure per uno sportivo, o per la corretta gestione dei disturbi alimentari, ecc. Sarà messo a disposizione dei partecipanti un **software professionale** per l'elaborazione di diete, con lo scopo d'imparare a usare strumenti come questo per poter sviluppare un **piano alimentare personalizzato e adatto per età, sesso, condizioni fisiologiche, farmaci assunti e attività sportiva del paziente**. Le dimostrazioni e le esercitazioni saranno fatte su **casi reali**.

Il Corso permette di approfondire la teoria, le metodologie, le tecniche e i concetti per:

- elaborare diete e piani alimentari con l'ausilio di supporti informatici;
- l'elaborazione di una dieta o piano alimentare personalizzato per adulti,

- elaborazione di diete in condizioni fisiopatologiche accertate,
- elaborazione di diete o piani alimentari per bambini e adolescenti,
- elaborazione di una dieta in condizioni fisiologiche speciali, come gravidanza, allattamento o climaterio,
- elaborazione di un piano alimentare ad hoc per uno sportivo,
- individuazione delle necessità nutrizionali per bambini, adolescenti ed adulti;
- educare a corrette abitudini alimentari.

Venerdì 10 ottobre 2025

09,30 – 11,00	Benvenuto e registrazione dei partecipanti. Lo schema dietetico : principi guida, requisiti per elaborare una dieta. La conduzione , l' impostazione e l' elaborazione di un piano alimentare personalizzato . Come impostare e gestire le diete: ipocaloriche, normocaloriche e ipercaloriche.	Lugaresi
11,00 – 11,15 Pausa		
11,15 – 13,30	Dimostrazione pratica : uso dei supporti elettronici per l'elaborazione di diete; dimostrazione con software: impostazione ed elaborazione di uno schema normocalorico e ipocalorico.	Lugaresi
13,30 – 15,00 Pausa pranzo		
15,00 – 16,30	Studio di casi : impostazione del piano dietetico, valutazione del fabbisogno calorico, parametri e misure per l'elaborazione; impostazione e valutazione dei bambini tramite le curve di crescita; impostazione per adulti, sportivi e in condizioni fisiologiche speciali: gravidanza, allattamento, menopausa. 1ª Parte	Lugaresi
16,30 – 16,45 Pausa		
16,45 – 19,00	Studio di casi : impostazione del piano dietetico, valutazione del fabbisogno calorico, parametri e misure per l'elaborazione; impostazione e valutazione dei bambini tramite le curve di crescita; impostazione per adulti, sportivi e in condizioni fisiologiche speciali: gravidanza, allattamento, menopausa. 2ª parte	Lugaresi

Sabato 11 ottobre 2025

09,30 – 11,30	Esercitazione pratica e Studio di casi : impostazione ed elaborazione di piani alimentari per adulti, bambini, adolescenti, sportivi, in condizioni fisiologiche speciali: gravidanza, allattamento, menopausa. 1ª parte	Lugaresi
11,30 – 11,45 Pausa		
11,45 – 13,30	Esercitazione pratica e Studio di casi : impostazione ed elaborazione di piani alimentari per adulti, bambini, adolescenti, sportivi, in condizioni fisiologiche speciali: gravidanza, allattamento, menopausa. 2ª parte	Lugaresi
13,30 – 15,00 Pausa pranzo		
15,00 – 16,30	Esercitazione pratica e Studio di casi : impostazione ed elaborazione di piani alimentari in condizioni patologiche accertate e con prescrizioni di farmaci. 1ª parte	Lugaresi
16,30 – 16,45 Pausa		
16,45 – 18,30	Esercitazione pratica e Studio di casi : impostazione ed elaborazione di piani alimentari in condizioni patologiche accertate e con prescrizioni di farmaci. 2ª parte	Lugaresi
18,30 – 19,00	Domande. Sintesi finale dei lavori svolti	Lugaresi

Materiale del Corso: bibliografia ragionata; demo del software; tutte le slides delle lezioni tenute nei moduli, articoli vari e libri in pdf.

PER ISCRIVERSI: inviare scheda e copia del bonifico effettuato.

►► Il rilascio della fattura elettronica è obbligatorio, per cui serve per cui compilare nella scheda i campi che servono. È indispensabile: il codice fiscale ed eventualmente la partita IVA, se si è liberi professionisti o un'azienda, eventualmente il codice destinatario e la PEC. Se si è nel regime forfettario oppure non si ha partita IVA, il codice destinatario è sempre 0000000). Se il pagamento è effettuato in un'unica soluzione, verrà applicata una marca da bollo di 2 euro perché la fattura ha un corrispettivo totale superiore ai 77,47 euro.

Il pagamento va effettuato con **Bonifico Bancario** (non c'è da calcolare l'IVA) intestato a:

Edgardo Lugaresi - IBAN: IT22H0200814502000400773214, UNICREDIT, Fil. Viterbo, Via I. Garbini, 1 – 01100 Viterbo. Causale: **Nome partecipante + Webinar Diete e piani alimentari ottobre 2025**

Per il buon fine dell'iscrizione la ricevuta del versamento e la scheda d'iscrizione, **scritta col computer o a stampatello, per favore**, devono essere: a) **scannerizzate o fotografate**, ed **inviate per mail** a:

segreteria@nutrizionista.it oppure elugaresi@nutrizionista.it

b) Nell'impossibilità di scannerizzare la scheda, si possono copiare i dati richiesti e inviarli tutti per mail a uno degli indirizzi suddetti.

Il webinar verrà attivato al raggiungimento del numero minimo di partecipanti. Il webinar potrebbe subire modifiche e/o variazioni. Le date del corso potrebbero subire variazioni.

In caso di impossibilità a partecipare al Webinar, con previo preavviso di almeno **15 giorni lavorativi** (esclusi sabato e domenica), può essere chiesto il rimborso per l'edizione vigente. Dal **quattordicesimo giorno in poi**, oppure una volta iniziato il Corso o emessa fattura, non è più possibile richiedere alcun rimborso, ma, a discrezione del Direttore dei Corsi, si avrà solo la possibilità di frequentare il Corso nell'edizione successiva. L'eventuale rimborso verrà fatto entro 10 giorni lavorativi.

DOCENTI

EDGARDO C. LUGARES - Biologo Nutrizionista, Docente e formatore, Consulente HACCP, Consulente per la Sicurezza Alimentare e per la Ristorazione Collettiva.

Dall'anno 2000 Organizzatore, Referente, Responsabile e Direttore di Corsi E.C.M. di formazione e aggiornamento professionale. È stato Segretario Generale del BHC – Brain Health Centre. È stato Segretario Scientifico del C.E.U. - Centro Studi per l'Evoluzione Umana. È stato docente presso l'Università degli Studi della Tuscia, Facoltà di Agraria, al corso di laurea in Tecnologie Alimentari. Docente al Corso di perfezionamento multidisciplinare su Tutela e Promozione dei Diritti Umani organizzato con l'Università di Roma - Tor Vergata. È stato Docente presso la Scuola quadriennale di Specializzazione in Psicoterapia ad orientamento neuropsicofisiologico del C.E.U. - Dipartimento di Ricerche Psicologiche: di Fisiologia Umana, di Neurofisiologia Umana correlata alla Fisiologia Sistemica; di Genetica Medica. È stato anche docente presso il Diploma Universitario di Tecnico Sanitario di Radiologia Medica dell'Università "La Sapienza" di Roma - Sede distaccata A.S.L. di Viterbo, Ospedale Belcolle. È responsabile scientifico dei Corsi di aggiornamento e formazione professionale per le professioni sanitarie. Si occupa da anni di formazione, aggiornamento e avvio professionale nel campo della dietologia umana e della ristorazione collettiva, e della formazione e avvio professionale dei Consulenti per l'igiene degli alimenti e gestione del Sistema HACCP.