



Master Class intensiva di perfezionamento

Edizione marzo 2026

1°) Principi e fondamenti per elaborare diete e piani alimentari.

2°) La gestione dietetica delle patologie.

Elaborazione e gestione di diete, piani alimentari personalizzati, diete per patologie, controllo dello stato nutrizionale e composizione corporea.

2 moduli, 2 fine settimana on line, 4 giorni in totale, più di 32 ore di lezioni, dimostrazioni, schemi, esercitazioni, studio di casi reali ed interpretazione dei risultati.

Il percorso didattico è **intensivo** e sempre **orientato ai risultati** per poter trasmettere **esperienza e how-know**, in modo da essere preparati per affrontare le nuove realtà professionali.

Pagina web: <https://www.nutrizionista.it/perfezionamento-in-dietetica-e-nutrizione-umana/>

Segreteria: segreteria@nutrizionista.it Per consulenza e delucidazioni: Dott. Lugaresi 338.85.75.829

Costo della Master Class senza sconto: 640 €. Non c'è da calcolare l'IVA.

Cerchiamo di mantenere i costi accessibili per tutti.

➤ **Nuova promozione: 318 € 52,5% di sconto fino all'8 marzo** (comprese ritenute fiscali e marca da bollo). Dal **9 marzo**: 374 € 44% di sconto.

➤ Per i **nostri ex-corsisti: 298 € (55,5% di sconto) fino all'8 marzo compreso!** (comprese ritenute fiscali e marca da bollo). Dal **9 marzo**: 374 € 44% di sconto.

Modalità d'iscrizione: la Master Class può essere saldata in un'unica soluzione o rateizzata secondo le proprie possibilità:

- per **rateizzare o 318 €** o **298 €: 70 € di acconto** e si riceve una email con lo scadenziario per le rate successive: o **2 rate** oppure **3 rate**; **specificare** nella email d'iscrizione il tipo di rateizzazione si sceglie.

Prima ci si iscrive, più dilazionata è la rateizzazione.

➤ In **omaggio** con l'iscrizione alla Master Class il seminario [Come promuovere la propria Professione](#) (da seguire in una delle edizioni programmate).

ATTENZIONE: iscriversi o prenotarsi in tempo perché il numero massimo di partecipanti è di 15 per permettere a tutti di seguire e svolgere le esercitazioni.

Tutoraggio, consulenza e coaching telematico post corso. Per consulenze e coaching di lavoro (elaborazione diete, verifica, controllo diete in patologie, lezioni private, ecc.): accordarsi con Dott. Lugaresi. Il costo dipenderà dall'entità della consulenza e del lavoro da svolgere. **Il tutoraggio post corso è sempre gratuito.**

Per venire incontro alle richieste, nel caso di impossibilità di seguire alcune lezioni, si possono recuperare gratuitamente contattando il Dott. Lugaresi, con cui concordare giorno e orario per le ore di recupero.

1° Modulo on line: Webinar Diete e piani alimentari 13 – 14 marzo 2026

2° Modulo on line: Gestione ed elaborazione di diete in patologie 20 – 21 marzo 2026

Ci si può **iscrivere** anche ad **un solo modulo**, secondo i propri interessi e finalità, in quanto **i moduli possono essere seguiti anche indipendentemente l'uno dall'altro.**

DESTINATARI: possono iscriversi tutte 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.

OBIETTIVI: fornire conoscenze e approfondimenti a chi interviene già o interverrà, direttamente o indirettamente, nell'ambito dell'alimentazione e nutrizione umana e che desidera, quindi, approfondire concetti e metodologie della nutrizione e dietologia.

- Nel **1° modulo** si apprende, **esercitandosi su casi reali**, la teoria, metodi, tecniche e concetti per elaborare una dieta - ipocalorica, normocalorica e ipercalorica, secondo i casi, come personalizzarla secondo le esigenze del paziente, e s'impara come gestire dieteticamente il paziente, anche con fisiopatologia accertata; come elaborare un piano dietetico per bambini, adulti, oppure in condizione fisiologiche speciali, come gravidanza, allattamento o climaterio, oppure per uno sportivo.

- Nel **2° modulo** si approfondiscono **i protocolli, le metodologie e i concetti** per l'elaborazione di diete in patologie diagnostiche e la gestione dietetica del paziente con fisiopatologia accertata, e per la corretta gestione nutrizionale dei disturbi alimentari. In questo modulo, l'obiettivo didattico è poter elaborare un regime alimentare adeguato e mirato, con lo scopo di prevenire e/o aiutare il paziente nel percorso terapeutico di specifiche patologie.

Sarà data ai partecipanti **la demo completamente funzionante di un software professionale** con cui si potrà eseguire le esercitazioni e che permetterà l'elaborazione di diete di piani alimentari personalizzati, adatti per età, sesso, condizioni fisiologiche, attività fisica, patologie e farmaci assunti del paziente. Le dimostrazioni e le esercitazioni saranno fatte su **casi reali** (vedi programma dettagliato).

1° modulo: Diete e piani alimentari: impostazione, elaborazione e gestione 13 – 14 marzo 2026

Venerdì 13 marzo 2026

09:30 – 11:00	Benvenuto e registrazione dei partecipanti. Lo schema dietetico : principi guida, requisiti per elaborare una dieta; l' impostazione della visita . La conduzione del colloquio . Il piano alimentare personalizzato .	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 14 marzo 2026

09:30 – 11:30	Esercitazione pratica guidata : impostazione ed elaborazione di diete ipo, normo e ipercaloriche.	Lugaresi
11:30 – 11:45 Pausa		
11:45 – 13:30	Esercitazione pratica : impostazione ed elaborazione di piani alimentari per adulti, bambini, adolescenti, sportivi, in condizioni fisiologiche speciali: gravidanza, allattamento, menopausa. 1ª parte	Lugaresi
13:30 – 15:00 Pausa pranzo		
15:00 – 17:00	Esercitazione pratica : impostazione ed elaborazione di piani alimentari per adulti, bambini, adolescenti, sportivi, in condizioni fisiologiche speciali: : gravidanza, allattamento, menopausa. 2ª parte	Lugaresi
17:00 – 17:15 Pausa		
16:45 – 18:30	Esercitazione pratica : impostazione ed elaborazione di piani alimentari per adulti, bambini, adolescenti, sportivi, in condizioni fisiologiche speciali: gravidanza, allattamento, menopausa. 3ª parte	Lugaresi
18:30 – 19:00	Domande. Sintesi finale dei lavori svolti	Lugaresi

2° modulo: Gestione ed elaborazione di diete in patologie 20 – 21 marzo 2026

Venerdì 20 marzo 2026

09:30 – 11:00	Benvenuto e registrazione dei partecipanti. Le malattie del metabolismo. Dimostrazione pratica : uso dei supporti elettronici per l'elaborazione di diete; dimostrazione con software: impostazione ed elaborazione di uno schema dietetico in condizioni fisiopatologiche.	Lugaresi
11:00 – 11:15 Pausa		
11:15 – 13:30	Schede e studio di casi : definizione, classificazione, fisiopatologia, impostazione del piano dietetico nel diabete mellito; nelle dislipidemie. Esercitazione guidata con software 1ª parte	Lugaresi
13:30 – 15:00 Pausa pranzo		
15:00 – 16:30	Approfondimento : Fattori psicologici di resistenza all'adesione del piano alimentare	Palombo
16,30 – 16,45 Pausa		
16:45 – 19:00	Schede e studio di casi : definizione, classificazione, fisiopatologia. Impostazione del piano dietetico nelle patologie gastrointestinali. Esercitazione guidata con software	Lugaresi

Sabato 21 marzo 2026

09:30 – 11:00	Schede e studio di casi: definizione, classificazione, fisiopatologia, impostazione del piano dietetico nel diabete mellito; nelle dislipidemie; nelle epatopatie. Esercitazione guidata con software 2ª parte	Lugaresi
11:00 – 11:15 Pausa		
11:15 – 13:00	Schede e studio di casi: definizione, classificazione, impostazione del piano dietetico nell'ipertensione, nell'insufficienza renale, nella malnutrizione; nei disturbi del comportamento alimentare. Esercitazione guidata con software 1ª parte	Lugaresi
13:30 – 15:00 Pausa pranzo		
15:00 – 17:00	Schede e studio di casi: definizione, classificazione, impostazione del piano dietetico nell'ipertensione, nell'insufficienza renale, nella malnutrizione; nei disturbi del comportamento alimentare. Esercitazione guidata con software 2ª parte	Lugaresi
17:00 – 17:15 Pausa		
17:15 – 18:30	Schede e studio di casi: definizione, classificazione, fisiopatologia, impostazione del piano dietetico nelle allergie e intolleranze alimentari. Esercitazione guidata con software	Lugaresi
18:30 – 19:00	Domande. Sintesi finale dei lavori svolti	Lugaresi

Materiale del Corso: attestato; bibliografia ragionata; tutte le slides delle lezioni tenute nei moduli, articoli vari.

►► Il rilascio della fattura elettronica è obbligatorio, per cui serve per cui compilare nella scheda tutti campi: [codice fiscale](#) ed eventualmente [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. Viene applicata una marca da bollo di 2 euro perché la fattura ha un corrispettivo totale superiore ai 77,47 euro.

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.

L'importo del Webinar (**o l'acconto**) (non c'è da calcolare l'IVA) va versato con **Bonifico Bancario** a:

Edgardo Lugaresi - IBAN: IT22H0200814502000400773214, UNICREDIT, Fil. Viterbo, Via I. Garbini, 1 – 01100 Viterbo. Causale: Nome partecipante + Master Class di perfezionamento – Ed. marzo 2026

Per il buon fine dell'iscrizione la ricevuta del versamento e la scheda d'iscrizione (ultima pagina del programma, **scritta col computer o a stampatello, per favore!**) devono essere:

a) **scannerizzate o fotografate**, ed **inviate per mail** a: elugaresi@nutrizionista.it o segreteria@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 corso verrà attivato al raggiungimento del numero minimo di partecipanti. Il corso potrebbe subire modifiche e/o variazioni. Le date del corso potrebbero subire variazioni.

Responsabile scientifico: Dott. Edgardo Lugaresi 338.85.75.829 elugaresi@nutrizionista.it

Segreteria: segreteria@nutrizionista.it

DOCENTI

EDGARDO C. LUGARESI - - 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.

ENZA PALOMBO – Psicologa, C.T.U. presso il Tribunale di Viterbo. Svolge attività testologica, psicodiagnostica, consulenza e sostegno psicologico. Docente in corsi e seminari per le attività di formazione e aggiornamento in campo psicologico per i docenti delle scuole di ogni ordine e grado e per figure professionali attinenti alle discipline psicosociali. Docente in corsi di aggiornamento e formazione sulla comunicazione organizzati dal CEU in collaborazione con il Dipartimento di Sociologia e Scienza della Politica dell'Università di Salerno.