



Giornata di Studio monotematico SARCOPENIA E OBESITÀ

Nutrizione, prevenzione e gestione

Seminario di aggiornamento e formazione professionale

Giovedì 26 marzo 2026 – 15:00 – 19:30 – Diretta Zoom

- Webinar avanzato e innovativo, di **perfezionamento professionale**: pratico, per acquisire nuova professionalità, nuove competenze a fine corso senza perdite di tempo.
- Per dare alla propria professione un valore aggiunto più completo ed efficace.
- Un ottimo **investimento professionale** oppure, perché no?, riceverlo come bellissimo **regalo**.
- Ampliare le **proprie competenze** e **acquisire nuovi strumenti** è uno degli **investimenti più concreti** che si possano fare per la propria crescita professionale e personale.
- Evento formativo indirizzato sia per chi è all'inizio del percorso sia per chi desidera perfezionare e consolidare le proprie competenze.
- 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.
- Possibilità di recuperare in diretta le ore di lezioni "perse".
- Costo del webinar senza sconti: 100 €.
- **PROMOZIONE: 55 € (47% di sconto)** (sono comprese le ritenute fiscali) **fino al 15 marzo**. Dal 16 marzo: 100 €. Non c'è da calcolare l'IVA.
- Possibilità di rateizzare l'importo in due rate.
- **Per iscriversi**: inviare **scheda** e **copia bonifico** della **quota di iscrizione**.
- **Attenzione**: si consiglia vivamente di **iscriversi o prenotarsi in tempo**: **numero massimo di partecipanti 25** 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.
- **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 laureandi** in queste discipline. Il webinar rivolto anche a chi non è ancora iscritto ad un Albo nelle suddette discipline, che può seguire il webinar, specificandolo nella scheda di iscrizione la sua professione e/o il titolo di studio conseguito.
- **Altri professionisti**, come Psicologi, Psicoterapeuti, ecc, sono pregati di contattare il Dott. Lugaresi.
- **Tutoraggio, consulenza e coaching telematico gratuito post corso**.
- Per consulenze e coaching di lavoro (elaborazione diete, verifica, gestione e 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.

OBIETTIVI: Il Seminario si focalizzerà sulla **gestione, sulla dieta** e sulla **compliance del paziente**. L'obesità è una patologia caratterizzata da un accumulo patologico di grasso corporeo con conseguenze anche importanti per lo stato di salute e la qualità di vita. È uno dei maggiori problemi di salute pubblica a livello mondiale e incide in maniera decisa sulla durata della vita. L'eccesso ponderale da un eccessivo accumulo di grasso corporeo è dovuto in genere a un'alimentazione scorretta e a una vita sedentaria.

La **sarcopenia** è una condizione clinica caratterizzata dalla perdita progressiva di massa muscolare, forza e funzionalità, associata all'invecchiamento. Rappresenta un problema di salute pubblica crescente, soprattutto in paesi con una popolazione anziana in aumento, come l'Italia. Secondo studi recenti, colpisce circa il 10-20% degli over 65, con conseguenze significative su autonomia, qualità della vita e rischio di mortalità.

Giovedì 26 marzo 2026

15:00 – 17:00	Presentazione e introduzione al Corso. Biologia e biochimica del tessuto adiposo. Obesità, sovrappeso. L'obesità in pediatria, adolescenza, età adulta. Categorie a rischio. Alimentazione e nutrizione. Sarcopenia: classificazione, epidemiologia.eziopatogenesi della sarcopenia. Cambiamenti ormonali.	Lugaresi
17:00 – 17:15 Pausa		
17:15 – 19:00	Screening e valutazione nutrizionale nei pazienti obesi. Stima delle necessità nutrizionali. Equazioni per il calcolo del metabolismo basale nell'obesità. Monitoraggio dell'obesità e della sarcopenia.	Lugaresi
19:00 – 19:30	Sintesi finale dei lavori svolti.	Lugaresi

Materiale del Corso: bibliografia ragionata; tutte le slides delle lezioni, articoli vari e libri in pdf, attestato finale.

PER ISCRIVERSI: inviare **scheda e copia del bonifico effettuato**.

In caso di impossibilità a partecipare al Corso on line, con previo preavviso di **almeno 10 giorni lavorativi** (esclusi sabato e domenica), può essere chiesto il rimborso per l'edizione vigente. Una volta iniziato il Corso, oppure dopo emissione della 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. 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.

►► Il rilascio della **fattura** da parte nostra è obbligatorio, per cui compilare nella scheda i campi che vi servono. È obbligatorio il **codice fiscale** ed eventualmente la **partita IVA**, se si è liberi professionisti o un'azienda. Il codice destinatario non ci serve per il rilascio della fattura, comunque si può anche compilare quel campo (se si è nel regime forfettario oppure non si ha partita IVA, è sempre 0000000).

L'importo del Corso (o l'acconto) va versato con Bonifico Bancario a:

Edgardo Lugaresi - IBAN: **IT22H0200814502000400773214**, UNICREDIT, Fil. Viterbo, Via I. Garbini, 1 – 01100 Viterbo. Causale: **Nome partecipante + Webinar Sarcopenia e obesità – marzo 2026 - Non c'è da calcolare l'IVA.**

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**

c) Nell'impossibilità di scannerizzare la scheda, si possono copiare i dati richiesti e inviarli tutti per mail agli indirizzi suddetti.

Per qualsiasi delucidazione contattare il Dott. Lugaresi

Il corso potrebbe subire modifiche e/o variazioni. La data del corso potrebbero subire variazioni.

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

WhatsApp: 338.85.75.829 – **Facebook Messenger:** <https://m.me/edgardo.lugaresi>

Segreteria: 338.85.75.829 - email: **segreteria@nutrizionista.it**

DOCENTI

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

Dall'anno 2000 è 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.