

WEBINAR AVANZATO E INTENSIVO

EPIGENETICA e NUTRIZIONE

*Come l'alimentazione modula l'espressione genica:
dai meccanismi molecolari alla pratica professionale*

Venerdì 18 settembre 2026 | 15:00 – 19:30 • Diretta Zoom

INFORMAZIONI GENERALI

Modalità	Diretta Zoom — lezioni in tempo reale, senza registrazioni
 Data	Venerdì 18 settembre 2026 15:00 – 19:30
 Partecipanti	Massimo 20 partecipanti , per una didattica più efficace e una maggiore interazione con il docente — prenotazione anticipata consigliata
Destinatari	Medico, Biologo, Dietista — e studenti/dottorandi/specializzandi/laureandi nelle stesse discipline
 Quota ordinaria	€ 120,00
Promozione	€ 62,40 (50% di sconto) — Ritenute fiscali incluse, l'IVA non va calcolata
In omaggio	Il Seminario professionalizzante “Come promuovere la propria Professione” (valore di € 50)
 Materiali	Slides delle lezioni, articoli scientifici, attestato finale
Contatti	Dott. Lugaresi — Tel. o WhatsApp: 338.85.75.829 — segreteria@nutrizionista.it

OBIETTIVI DEL WEBINAR

Al termine del webinar i partecipanti saranno in grado di:

- ✓ **Comprendere i meccanismi epigenetici fondamentali:** descrivere metilazione del DNA, modifiche istoniche e RNA non codificanti come substrati dell'interazione genoma-ambiente.
- ✓ **Collegare nutrienti e segnali epigenetici**
- ✓ **DOHaD (Developmental Origins of Health and Disease) e programmazione perinatale**
- ✓ **Riconoscere i pattern epigenetici nell'obesità e nel diabete tipo 2**
- ✓ **Selezionare strategie nutrizionali epigenomicamente fondate:** costruire un approccio dietetico mirato integrando donatori di metile, polifenoli (resveratrolo, EGCG, curcumina, sulforafano), omega-3 e interventi sullo stile di vita con basi epigenetiche solide.
- ✓ **Epigenetica e tumori:** Meccanismi Molecolari, Biomarcatori Diagnostici. Il genoma epigenetico del tumore
- ✓ **Mutazioni nei Geni Epigenetici:** Frequenza per Tipo di Tumore
- ✓ **Valutare criticamente l'evidenza scientifica**

PROGRAMMA — VENERDÌ 18 settembre 2026

Orario	Contenuto	Docente
15:00 – 16:30	PARTE I — Fondamenti e meccanismi molecolari • Che cos'è l'epigenetica: definizione, storia (Waddington 1942) e perché conta in clinica • I tre pilastri: metilazione del DNA, codice istonico, RNA non codificanti • Finestre critiche di plasticità epigenetica: dalla gametogenesi all'età adulta • Dai modelli animali all'uomo: ape (pappa reale e DNMT3), topo agouti, <i>C. elegans</i> e <i>Drosophila</i> • DOHaD e programmazione perinatale: ipotesi di Barker, carestia olandese (Heijmans 2008), imprinting placentare •	Lugaresi
16:30 – 16:45	<i>Pausa</i>	
16:45 – 19:00	PARTE II — Epigenetica applicata: patologie e nutrienti • Obesità ed epigenoma adiposo: PPAR γ , ADIPOQ, LEP, FTO — programmazione e reversibilità • Diabete tipo 2 e memoria metabolica, glucotossicità epigenetica, progressione MAFLD→MASH→cirrosi • Nutrienti epigenetici I: il ciclo dei monocarboni — folati, B12, colina, betaina, zinco, vitamina C e SAM • Nutrienti epigenetici II: resveratrolo (SIRT1), EGCG, curcumina, sulforafano, quercetina, acido butirrico, vitamina D • Omega-3 (DHA/EPA) • Restrizione calorica, digiuno intermittente e sirtuine	Lugaresi

	PARTE III – Epigenetica e tumori: Meccanismi Molecolari, Biomarcatori Diagnostici • Il genoma epigenetico del tumore • Mutazioni nei Geni Epigenetici: Frequenza per Tipo di Tumore • miRNA nei tumori • Difetti epigenetici costituzionali e predisposizione oncologica	
19:00 – 19:30	Domande e risposte • Sintesi finale e punti chiave • Indicazioni per il followup post-corso	<i>Lugaresi</i>

MATERIALE DIDATTICO INCLUSO

- ▶ Bibliografia ragionata e sitografia di riferimento
- ▶ Slide complete di tutte le lezioni
- ▶ Tutoraggio e coaching post-corso con il Dott. Lugaresi

COME ISCRIVERSI

- ▶ Compilare la scheda di iscrizione — **in stampatello o al computer**
- ▶ Effettuare il bonifico bancario (vedere sotto)
- ▶ **Inviare** scheda + ricevuta bonifico scannerizzati per email (o copiare i dati della scheda nella email se impossibilitati a scannerizzare)

Quota ordinaria	€ 120,00
Promozione	€ 62,40 (50% di sconto) — Ritenute fiscali incluse, l'IVA non va calcolata

COORDINATE BANCARIE

Bonifico intestato a	Edgardo Lugaresi
IBAN	IT22H0200814502000400773214
Banca	UniCredit — Filiale di Viterbo, Via I. Garbini 1 — 01100 Viterbo
Causale	Nome partecipante + "Epigenetica e Nutrizione – Ed. settembre 2026"
Nota	L'importo non è soggetto a IVA.

CONTATTI

 Iscrizioni	elugaresi@nutrizionista.it segreteria@nutrizionista.it
 Telefono	338.85.75.829 (anche WhatsApp)
 Pagina web	https://www.nutrizionista.it/epigenetica-e-nutrizione/
 Tutti i corsi	www.nutrizionista.it/corsi-e-webinar/
 Bibliografia	www.nutrizionista.it/libri/

IL DOCENTE

Dott. Edgardo C. Lugaresi

Biologo Nutrizionista | Docente e Formatore | Consulente HACCP e Sicurezza Alimentare

- ▶ Organizzatore, Referente e Direttore di Corsi ECM di formazione professionale dal 2000.
- ▶ Ex Segretario Generale del BHC – Brain Health Centre.
- ▶ Ex Segretario Scientifico del C.E.U. – Centro Studi per l'Evoluzione Umana.
- ▶ Docente all'Università degli Studi della Tuscia (Facoltà di Agraria, Tecnologie Alimentari).
- ▶ Docente al Corso di perfezionamento su Tutela e Promozione dei Diritti Umani, Università di Roma Tor Vergata.
- ▶ Docente di Fisiologia, Neurofisiologia e Genetica Medica presso la Scuola di Specializzazione in Psicoterapia del C.E.U.
- ▶ Già docente presso il Diploma Universitario di Tecnico Sanitario di Radiologia Medica, Università La Sapienza di Roma.
- ▶ Responsabile scientifico dei corsi di aggiornamento e formazione per le professioni sanitarie.

 **Pagina web:** <https://www.nutrizionista.it/epigenetica-e-nutrizione/>

 **Bibliografia consigliata:** <http://www.nutrizionista.it/libri/>

 **Tutti i corsi e le promozioni:** <https://www.nutrizionista.it/corsi-e-webinar/>

POLITICA DI CANCELLAZIONE E RIMBORSO

- ▶ Rimborso completo: richiesta con almeno 15 giorni lavorativi di preavviso (esclusi sabato e domenica).
- ▶ Nessun rimborso: dal 14° giorno prima dell'inizio, dopo l'avvio del corso o dopo l'emissione della fattura.
- ▶ In alternativa al rimborso, a discrezione del Direttore dei Corsi: possibilità di partecipare all'edizione successiva.
- ▶ I rimborsi approvati vengono erogati entro 10 giorni lavorativi.

Avvertenza legale: La frequenza del corso e l'eventuale attestato rilasciato non abilitano alla professione di Nutrizionista o Dietista e non comportano la possibilità di elaborare o prescrivere diete o piani alimentari, qualora non lo preveda, secondo le normative vigenti, il titolo di studio conseguito dal corsista.