

MASTER CLASS INTENSIVA DI PERFEZIONAMENTO

Principi e fondamenti per elaborare diete e piani alimentari. La gestione dietetica delle patologie. Con esercitazioni pratiche

Edizione Ottobre 2026 · Online

UN PERCORSO PRATICO E PROFESSIONALIZZANTE PER ACQUISIRE NUOVE COMPETENZE OPERATIVE, DIVERSIFICARE LA PROPRIA OFFERTA E AMPLIARE LA CLIENTELA

La Master Class di perfezionamento è un percorso didattico **intensivo**, orientato ai risultati, progettato per trasmettere competenze operative e know-how professionale nell'ambito dell'elaborazione di diete e piani alimentari. Il corso si articola in **2 moduli online** per un totale di **4 giornate e oltre 32 ore di lezioni, dimostrazioni, esercitazioni su casi reali e studio di risultati**.

 **Modulo 1** - Principi e fondamenti per elaborare diete e piani alimentari
16 – 17 ottobre 2026

 **Modulo 2** - La gestione dietetica delle patologie
30 – 31 ottobre 2026

Contatti

Dott. Lugaresi: 338.85.75.829 (anche WhatsApp) ·
elugaresi@nutrizionista.it · segreteria@nutrizionista.it

 **Costo della Master Class senza sconto: 720 €**
339 € (promo 55% sconto fino al 31 agosto)

 **Partecipanti - Massimo 12 iscritti**
Per garantire **interazione** e **qualità**, e permettere a tutti di svolgere le esercitazioni.

La Master Class può essere saldata in un'**unica soluzione** o **rateizzata** secondo le proprie disponibilità: in questo caso ci si iscrive versando **65 € di acconto** e si riceve una email con lo scadenzario per le rate successive: da 3 a massimo 6 rate.

Destinatari

Possono iscriversi tutti i professionisti abilitati per legge all'elaborazione di diete e piani alimentari:

- ✓ Medici (tutte le discipline)
- ✓ Biologi Nutrizionisti
- ✓ Dietisti
- ✓ Studenti, dottorandi e specializzandi nelle discipline sopra indicate

Obiettivi Formativi

Il corso fornisce conoscenze, approfondimenti e metodologie operative a chi opera e interviene direttamente nell'ambito della nutrizione umana e delle problematiche inerenti l'alimentazione.

Modulo 1 – Diete e piani alimentari

Teoria, metodi e tecniche per elaborare diete ipocaloriche, normocaloriche e ipercaloriche. Personalizzazione del piano dietetico per bambini, adulti, sportivi e condizioni fisiologiche speciali (gravidanza, allattamento, climaterio).

Modulo 2 – Gestione dietetica delle patologie

Protocolli e metodologie per l'elaborazione di diete in patologie diagnosticate: diabete, dislipidemie, epatopatie, patologie gastrointestinali, ipertensione, insufficienza renale, malnutrizione, DCA, allergie e intolleranze.

Software professionale incluso

Ogni partecipante riceve la demo completamente funzionante di un software professionale per l'elaborazione di diete e piani alimentari personalizzati, con parametri per età, sesso, condizioni fisiologiche, attività fisica, patologie e farmaci.

MODULO 1° - Diete e Piani Alimentari

Impostazione, Elaborazione e Gestione · 16 – 17 ottobre 2026

Venerdì 16 Ottobre 2026

Orario	Contenuto	Docente
09:30 – 11:00	Benvenuto e registrazione. Lo schema dietetico: principi guida e requisiti. Impostazione della visita e conduzione dei colloqui. 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. Uso del software professionale: impostazione ed elaborazione di uno schema normocalorico e ipocalorico.	Lugaresi
13:30 – 15:00	Pausa pranzo	
15:00 – 16:30	Studio di casi – 1ª parte: impostazione di un piano dietetico; valutazione del fabbisogno calorico; parametri e misure per l'elaborazione. Impostazione per bambini (curve di crescita), adulti, sportivi e condizioni fisiologiche speciali: gravidanza, allattamento, menopausa.	Lugaresi
16:30 – 16:45	Pausa	
16:45 – 19:00	Studio di casi – 2ª parte: impostazione e valutazione avanzata dei piani dietetici. Approfondimenti su adulti, sportivi e condizioni fisiologiche speciali.	Lugaresi

Sabato 17 Ottobre 2026

Orario	Contenuto	Docente
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 – 1ª parte: piani alimentari per adulti, bambini, adolescenti, sportivi e condizioni fisiologiche speciali (gravidanza, allattamento, menopausa).	Lugaresi
13:30 – 15:00	Pausa pranzo	
15:00 – 17:00	Esercitazione pratica – 2ª parte: elaborazione avanzata e personalizzazione dei piani alimentari.	Lugaresi
17:00 – 17:15	Pausa	
17:15 – 18:30	Esercitazione pratica – 3ª parte: consolidamento degli schemi elaborati; casi complessi e varianti.	Lugaresi
18:30 – 19:00	Domande, sintesi finale e conclusione dei lavori.	Lugaresi

MODULO 2° - Gestione ed Elaborazione di Diete in Patologie

30 – 31 Ottobre 2026

Venerdì 30 Ottobre 2026

Orario	Contenuto	Docente
09:30 – 11:00	Benvenuto e registrazione. Le malattie del metabolismo. Dimostrazione pratica 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 – 1ª parte: definizione, classificazione, fisiopatologia e piano dietetico nel diabete mellito e nelle dislipidemie. Esercitazione guidata con software.	Lugaresi
13:30 – 15:00	Pausa pranzo	
15:00 – 16:30	Approfondimento psicologico: Fattori di resistenza all'adesione al piano alimentare — strategie di motivazione e gestione del paziente.	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 31 Ottobre 2026

Orario	Contenuto	Docente
09:30 – 11:00	Schede e studio di casi – 2ª parte: diabete mellito, dislipidemie, epatopatie. Esercitazione guidata con software.	Lugaresi
11:00 – 11:15	Pausa	
11:15 – 13:00	Schede e studio di casi – 1ª parte: ipertensione, insufficienza renale, malnutrizione, disturbi del comportamento alimentare. Esercitazione guidata con software.	Lugaresi
13:00 – 15:00	Pausa pranzo	
15:00 – 17:00	Schede e studio di casi – 2ª parte: approfondimento su insufficienza renale, malnutrizione e disturbi alimentari. Esercitazione guidata con software.	Lugaresi
17:00 – 17:15	Pausa	
17:15 – 18:30	Schede e studio di casi: definizione, classificazione, fisiopatologia e piano dietetico nelle allergie e intolleranze alimentari. Esercitazione guidata con software.	Lugaresi
18:30 – 19:00	Domande, sintesi finale e conclusione dei lavori.	Lugaresi

Informazioni Pratiche

Modalità di Iscrizione e Costi

Costo pieno: 720 €

In promozione fino al 31 maggio 2026 **339 €** (55% di sconto) — ritenute incluse; non c'è da calcolare l'IVA

Saldo: La Master Class può essere saldata in [un'unica soluzione](#) o [rateizzata](#) secondo le proprie possibilità: 65 € di acconto e 3 o 4 rate, da specificare al momento dell'iscrizione

In omaggio: Il seminario "Come Promuovere la Propria Professione"

Tutoraggio post corso: [Il tutoraggio post corso è sempre gratuito](#)

Recupero lezioni: [Gratuito](#) per chi non può seguire alcune sessioni, previo accordo con il Dott. Lugaresi.

Per consulenze, lezioni personalizzate e coaching di lavoro Come 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.

Pagamento tramite Bonifico Bancario - Intestato a: Edgardo Lugaresi

IBAN: [IT22H0200814502000400773214](#) — UNICREDIT, Filiale Viterbo, Via I. Garbini, 1 — 01100 Viterbo

Causale: Nome partecipante + Master Class di perfezionamento — Ed. ottobre 2026

Inviare ricevuta e scheda d'iscrizione (compilata al computer o a stampatello) a:

elugaresi@nutrizionista.it o segreteria@nutrizionista.it

Materiale Didattico e Note

- ✓ Attestato di frequenza
- ✓ Tutte le slide delle lezioni dei due moduli
- ✓ Bibliografia ragionata e articoli di approfondimento

⚠ Nota legale: La frequenza della Master Class e l'eventuale attestato rilasciato non abilitano alla professione di Nutrizionista o Dietista e non conferiscono il diritto di elaborare/prescrivere diete, qualora non lo preveda il titolo di studio conseguito dal corsista secondo le normative vigenti.

I Docenti

Dott. Edgardo C. Lugaresi

Biologo Nutrizionista, Docente e Formatore, Consulente HACCP e per la Sicurezza Alimentare

Dal 2000 organizzatore e responsabile scientifico di corsi ECM di formazione e aggiornamento professionale. Ex Segretario Generale del BHC – Brain Health Centre e del C.E.U. – Centro Studi per l'Evoluzione Umana. Docente presso l'Università degli Studi della Tuscia (Facoltà di Agraria), l'Università di Roma Tor Vergata e l'Università La Sapienza di Roma. Da decenni si dedica alla formazione professionale in dietologia umana, ristorazione collettiva e igiene degli alimenti.

☎ 338.85.75.829 | ✉ elugaresi@nutrizionista.it

Dott.ssa Enza Palombo**Psicologa, C.T.U. presso il Tribunale di Viterbo**

Svolge attività testologica, psicodiagnostica, consulenza e sostegno psicologico. Docente in corsi e seminari di formazione e aggiornamento psicologico per docenti e figure professionali in ambito psicosociale. Docente in corsi di aggiornamento sulla comunicazione organizzati dal CEU in collaborazione con il Dipartimento di Sociologia e Scienza della Politica dell'Università di Salerno.

✉ enzapalombo.psy@gmail.com

Contatti e Informazioni

🌐 www.nutrizionista.it/perfezionamento-in-dietetica-e-nutrizione-umana/

✉ segreteria@nutrizionista.it | ☎ 338.85.75.829