

WEBINAR AVANZATO E INTENSIVO

Diete e Piani Alimentari*Impostazione, Elaborazione e Gestione*

Livello Avanzato • 1 fine settimana • 2 giorni • oltre 16 ore di lezioni e dimostrazioni pratiche

16 – 17 OTTOBRE 2026 | Diretta Zoom**INFORMAZIONI GENERALI**

Modalità	Diretta Zoom — lezioni in tempo reale, senza registrazioni
Durata	2 giorni (16 – 17 ottobre 2026) — oltre 16 ore complessive
Partecipanti	massimo 12 per garantire interazione e qualità, e svolgere le esercitazioni.
Destinatari	Medico, Biologo, Dietista — e studenti/dottorandi/specializzandi/laureati nelle stesse discipline
Costo standard	€ 360,00 (IVA non applicabile)
Promozione	€ 189,00 — sconto del 50% (rateizzabile, incluse ritenute fiscali e marca da bollo)
Pagamento	Il Corso può essere saldato in un'unica soluzione o rateizzato: in questo caso ci si iscrive versando 63 € di acconto e si riceve una email con lo scadenzario per le rate successive.
In omaggio	Il Seminario professionalizzante “Come promuovere la propria Professione” (valore € 50)
Post-corso	Tutoraggio, consulenza e coaching gratuiti post corso
Recupero lezioni	Gratuito — concordare giorno e orario con il Dott. Lugaresi
Contatti	Dott. Lugaresi — Tel./WhatsApp: 338.85.75.829 — segreteria@nutrizionista.it

OBIETTIVI DEL WEBINAR

Al termine del webinar i partecipanti saranno in grado di:

- ✓ Impostare ed elaborare diete e piani alimentari con il supporto di software professionali.
- ✓ Individuare i fabbisogni nutrizionali per le diverse fasce d'età
- ✓ Redigere piani alimentari personalizzati per adulti, bambini e adolescenti
- ✓ Impostare regimi dietetici in condizioni fisiologiche speciali: gravidanza, allattamento, climaterio
- ✓ Costruire piani alimentari specifici per lo sportivo
- ✓ Educare il paziente a corrette abitudini alimentari nel lungo periodo
- ✓ Applicare le indicazioni dei LARN e le direttive del Ministero della Salute
- ✓ Valutare i bambini tramite le curve di crescita e adattare la dieta di conseguenza

PROGRAMMA — VENERDÌ 16 OTTOBRE 2026

Orario	Contenuto	Docente
09:30 – 11:00	Benvenuto. Lo schema dietetico: principi guida e requisiti per l'elaborazione. Impostazione e gestione di diete ipocaloriche, normocaloriche e ipercaloriche.	Lugaresi
11:00 – 11:15	<i>Pausa</i>	
11:15 – 13:30	Dimostrazione pratica: utilizzo del software per l'elaborazione, l'impostazione ed elaborazione di uno schema normocalorico e ipocalorico.	Lugaresi
13:30 – 15:00	<i>Pausa pranzo</i>	
15:00 – 16:30	Studio di casi (1 ^a parte): impostazione del piano dietetico e del fabbisogno calorico, uso dei parametri antropometrici. Curve di crescita per bambini; impostazione per adulti, sportivi e condizioni speciali: gravidanza, allattamento, menopausa.	Lugaresi
16:30 – 16:45	<i>Pausa</i>	

16:45 – 19:00	Studio di casi (2ª parte): approfondimento e completamento dei casi avviati. Discussione e analisi critica dei piani elaborati.	<i>Lugaresi</i>
---------------	--	-----------------

PROGRAMMA — SABATO 17 OTTOBRE 2026

Orario	Contenuto	Docente
09:30 – 11:30	Esercitazione pratica guidata : impostazione ed elaborazione di diete ipo-, normo- e ipercaloriche con software professionale.	<i>Lugaresi</i>
11:30 – 11:45	<i>Pausa</i>	
11:45 – 13:30	Esercitazione pratica e studio di casi (1ª parte): elaborazione di piani alimentari per adulti, bambini, adolescenti, sportivi e condizioni fisiologiche speciali.	<i>Lugaresi</i>
13:30 – 15:00	<i>Pausa pranzo</i>	
15:00 – 16:30	Esercitazione pratica e studio di casi (2ª parte): approfondimento su gestione dei disturbi alimentari e situazioni cliniche complesse.	<i>Lugaresi</i>
16:30 – 16:45	<i>Pausa</i>	
16:45 – 18:30	Esercitazione pratica e studio di casi (3ª parte): completamento e revisione critica dei piani alimentari elaborati durante il corso.	<i>Lugaresi</i>
18:30 – 19:00	Domande e risposta. Sintesi finale dei lavori svolti. Indicazioni per il follow-up post-corso.	<i>Lugaresi</i>

MATERIALE DIDATTICO INCLUSO

- Bibliografia ragionata e sitografia di riferimento
- Demo e licenza temporanea del software professionale per l'elaborazione di diete
- Slide complete di tutte le lezioni e dimostrazioni
- Articoli scientifici e testi in formato PDF
- Accesso gratuito al tutoraggio e coaching post-corso con il Dott. Lugaresi

COME ISCRIVERSI

Per prenotare il posto è sufficiente inviare solo la scheda d'iscrizione; il pagamento potrà essere confermato in seguito.

Il Corso può essere saldato in un'unica soluzione o rateizzato: in questo caso ci si iscrive versando **63 € di acconto** e si riceve una email con lo scadenziario per le rate successive.

Per iscriversi definitivamente:

- Compilare la scheda d'iscrizione (stampatello o digitale)
- Effettuare il bonifico bancario intestato a: Edgardo Lugaresi
- IBAN: **IT22H0200814502000400773214** — UNICREDIT, Fil. Viterbo, Via I. Garbini 1 — 01100 Viterbo
- **Causale**: [Nome partecipante] + Webinar Diete e Piani Alimentari Ottobre 2026
- Inviare scheda e ricevuta a: segreteria@nutrizionista.it oppure elugaresi@nutrizionista.it

Nota fatturazione: Il rilascio della fattura elettronica è obbligatorio. Indicare codice fiscale, eventuale P.IVA, PEC ed eventuale codice destinatario. Per regime forfettario o senza P.IVA il codice destinatario è sempre 0000000. In caso di pagamento unico verrà applicata una marca da bollo di € 2,00.

Il webinar verrà attivato al raggiungimento del numero minimo di iscritti. Date e contenuti potrebbero subire variazioni.

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.

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.

 **Pagina web:** <https://www.nutrizionista.it/diete-e-piani-alimentari/>

 **Bibliografia consigliata:** <https://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.