

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

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

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

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

Contatti

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

La Master Class può essere saldata in un'**unica soluzione** o **rateizzata**: in questo caso ci si iscrive versando **100 € di acconto** e si riceve una email per le rate successive.

Post-corso

Tutoraggio, consulenza e coaching sempre gratuiti

Recupero lezioni Gratuito

Date e orari da concordare con il Dott. Lugaresi

In **omaggio** Seminario professionalizzante "Come promuovere la propria Professione" (del valore € 50)

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 diagnostiche: 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

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

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. 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. Fa parte della Commissione Ambiente Salute dell'Ordine dei Medici di Viterbo.

Contatti e Informazioni

 www.nutrizionista.it/perfezionamento-in-dietetica-e-nutrizione-umana/
 segreteria@nutrizionista.it |  338.85.75.829