

INFORMAZIONI PERSONALI



Bastolla Laura

 vicolo Adria 13, 20835 Muggiò (MB) (Italia)

 +39 320 718 0939

 laura.bastolla@gmail.com

Data di nascita 02/01/1985 | Nazionalità Italiana

OCCUPAZIONE DESIDERATA

Medico esperto in Nutrizione

ESPERIENZA
PROFESSIONALE

Apr. 18–alla data attuale

Nutrizionista

Palestra FitActive, Biassono (Italia)

Consulenza nutrizionale con

-visita medica con anamnesi medica e nutrizionale

-rilevazione misure antropometriche: peso e percentuali di massa grassa e ritenzione idrica con bilancia impedenziometrica, altezza, circonferenze

-preparazione di piani alimentari personalizzati per le diverse fasce d'età, sia in pazienti sani che in pazienti con problematiche metaboliche (DM, ipertensione, dislipidemie, tiroiditi ed ipotiroidismo)

-preparazione di piani alimentari per sportivi

Dic. 17–Mar. 18

Docente in materia di Nutrizione

Accademia Italiana Fitness, Milano (Italia)

Lezioni di formazione rivolte a Personal Trainer e Professionisti della Nutrizione sui temi della Nutrizione in ambito sportivo

Gen. 16–alla data attuale

Dietologo e specialista della nutrizione

Libera Professione, Muggiò (Italia)

Consulenza nutrizionale con

-visita medica con anamnesi medica e nutrizionale

-rilevazione misure antropometriche: peso e percentuali di massa grassa e ritenzione idrica con bilancia impedenziometrica, altezza, circonferenze

-preparazione di piani alimentari personalizzati per le diverse fasce d'età, sia in pazienti sani che in pazienti con problematiche metaboliche (DM, ipertensione, dislipidemie, tiroiditi ed ipotiroidismo)

-preparazione di piani alimentari per sportivi

Gen. 16–alla data attuale

Medico

MeD - Medicina e Diagnostica s.r.l.
via Petrarca 13, 20123 Milano (Italia)
www.med-milano.it

-visite mediche con rilascio di certificato per la pratica di attività ludico-motoria e sportiva non agonistica presso le palestre dei circuiti Virgin, 20Hours e YouFit di Milano e provincia e presso la palestra Steel Body di Agrate Brianza

Attività o settore Medicina preventiva

- Set. 11–Set. 15** **Consulente Nutrizionale**
Naturhouse, BE FIT s.r.l.s
via Balconi 19, 20063 Cernusco Sul Naviglio (MI)
Valutazione di clienti con problemi di sovrappeso e lieve obesità:
-misurazione di peso e altezza per il calcolo del BMI
-valutazione della bioimpedenziometria (con bilancia bioimpedenziometrica)
-attività di consulenza in materia di educazione alimentare con utilizzo di consigli dietetico-nutrizionali per una sana alimentazione e per il raggiungimento del peso benessere
-attività di consulenza per l'utilizzo di integratori su base erboristica finalizzati al raggiungimento del peso benessere
Attività o settore Nutrizione e Dietetica
- Feb. 11–Set. 11** **Medico della medicina tradizionale**
Medici di medicina generale, Muggiò (MB)
Sostituzione di Medici di Medicina Generale:
-Visite e gestione dei pazienti che hanno accesso all'ambulatorio di Medicina Generale
-Prescrizione di terapie farmacologiche in corso di patologie acute e croniche nei pazienti che accedono agli ambulatori di Medicina Generale
-Prescrizione di consigli e norme dietetico-comportamentali in pazienti affetti da diabete mellito tipo2, ipercolesterolemia/dislipidemie, ipertensione arteriosa o solo sovrappeso, volte al miglioramento e al coadiuvamento delle terapie già in atto o alla prevenzione di eventuali progressioni di malattia
Attività o settore Medicina Generale
- Set. 09–Ott. 10** **Tirocinante affiancata a Medico specialista in Nutrizione Clinica e a Dietista**
Ambulatorio PAB presso Ospedale San Gerardo, Monza (MB)
Valutazione ambulatoriale di pazienti in età evolutiva con problematiche legate a sovrappeso e obesità attraverso:
-plicometria
-misurazione di peso e altezza e calcolo BMI
-valutazione del rischio cardiovascolare (anamnesi familiare + valutazione PA ambulatoriale e delle 24 ore con metodo Holter)
-misurazione circonferenze vita, fianchi e braccio con valutazione del rapporto vita/altezza (predittore del BMI in età evolutiva)
-valutazione della costituzione corporea attraverso l'indice scelico e la misurazione della circonferenza del polso
-esami ematochimici (glicemia basale, insulinemia basale, colesterolemia totale, colesterolemia HDL e LDL, trigliceridemia, TSH, fT3, fT4)
Prescrizione di terapie alimentari volte a correggere il sovrappeso/obesità preesistenti.
Prescrizione di norme dietetiche volte a correggere uno stato ipertensivo.
Prescrizione di norme dietetiche volte a correggere eventuali dislipidemie.
Prescrizione di norme dietetiche per un'alimentazione sana ed equilibrata.
Valutazione a lungo termine dei pazienti con visite di controllo a cadenza fissa per controllare l'andamento della terapia dietetica impostata e infine il controllo del peso raggiunto.
Attività o settore Medicina, Nutrizione e Dietetica

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

- Mag. 18–Mag. 18** **Strutturare diete in pratica (casi ambulatoriali)**
SIFA formazione
■ Approccio dietetico nelle malattie metaboliche:

- Iperlipidemie
- Iperensione
- Insulina resistenza – intolleranza al glucosio – accenni al Diabete tipo2
- Obesità
- Patologie Epato-Biliari:
 - Steatosi Epatica
 - Litiasi della colecisti e delle vie biliari
- Approccio dietetico in Gastroenterologia e patologie Epato-biliari e Patologie dello stomaco:
 - Gastrite
 - Ernia natale
 - Malattia da RGE
 - Esofagite da Reflusso
- Patologie dell'intestino:
 - Stipsi
 - Diarrea
 - Accenni alla Sindrome del Colon Irritabile
- Reazioni avverse agli alimenti non IgE mediate:
 - Pseudo allergie
 - Cross-reazioni
- **ROLE-PLAYING POMERIANO:**
 - Esercitazione pratica, simulazione in aula di casi clinici ambulatoriali

3 Mar. 18–3 Mar. 18

V congresso Internazionale SIFA: Dietologia, attività fisica e prevenzione delle patologie croniche

SIFA formazione, Milano (Italia)

- Stili di vita, nutraceutici ed infertilità
- 09:45 Il counting dei carboidrati: come strumento preventivo nel controllo glico-metabolico nei pazienti con diabete mellito di tipo 1
- Infiammazione e dolore cronico nello sport
- Ophiocordyceps sinensis e i suoi effetti di controllo epigenetico dell'infiammazione
- Le alterazioni biochimiche cliniche indotte da squilibri alimentari
- Variabilità cardiaca in un check up antiaging
- La Cellulite è solo un problema estetico?
- 12:00 La comunicazione professionalmente nel 2020 ad uso dei professionisti della salute
- Amazing Curcuma: Multitargeting Spice (lezioni dalle oro-flogosi)
- Comunicazione, Marketing e Deontologia
- Alimentazione e stile di vita nelle malattie neurodegenerative: il ruolo della neuroinfiammazione
- How to eat and exercise according to your biological clock: working with your body, not against it
- Alimentazione, movimento e integrazione nell'ipotiroidismo: l'asse leptina-ipotalamo-ipofisi nel ripristino della funzionalità tiroidea
- Modulazione dell'infiammazione con nuove strategie:lezioni dalle oroflogosi
- Incremento di forza ed elasticità con lo sviluppo delle catene cinetiche muscolari
- Restrizione calorica, longevity e qualità della vita, analisi di modelli cicizzati
- Valutazione dello stato Nutrizionale e di idratazione in ambito fitness. Focus sulle patologie croniche
- Lectio Magistralis: Il processo di invecchiamento cellulare nell'attività sportiva
- Tavola rotonda: Nuove ricerche e nuove frontiere in campo nutrizionale e chinesiologico

17 Nov. 17–19 Nov. 17

Diploma Nazionale di Nutrizione Nello Sport di 2° Livello

Accademia Italiana Fitness, Milano (Italia)

- Tessuto muscolare: istologia e fisiologia
- Metabolismo muscolare: attivazione funzionale e adattamento
- L'ipertrofia: strategie nutrizionali e integrazione mirata
- Mobilitazione e utilizzo dei carboidrati durante l'esercizio fisico moderato/intenso e prolungato
- Tessuto adiposo: istologia e fisiologia Il ruolo endocrino e di deposito energetico delle cellule adipose

- Il controllo della fame e la fisiologia della perdita di peso
- La mobilitazione e l'utilizzazione dei grassi durante l'esercizio fisico: low fat diet vs high fat diet nell'allenamento e negli sport di endurance
- Gestione dei macronutrienti prima durante e dopo l'allenamento
- La valutazione dello stato nutrizionale dello sportivo: antropometria e plicometria
- La BIA (bioimpedenziometria) come strumento di monitoraggio della composizione corporea
- L'acqua: idratazione e bilancio idrico dello sportivo
- Radicali liberi: come lo sport protegge dal danno ossidativo e quali alimenti non devono mancare nell'alimentazione dell'atleta
- Gli integratori alimentari: normativa, utilizzo e performance muscolari
- Diete applicate alle differenti discipline sportive

11 Mar. 17–12 Mar. 17

Diploma in Alimentazione e Integrazione Sportiva

Non Solo Fitness

-VISIONE D'INSIEME

Le sostanze contenute negli alimenti

Focus su non nutrienti e antinutrienti e loro importanza metabolica per lo sport e la salute

I macro e micronutrienti

I carboidrati e la salute

Le proteine: concetti chiave

I lipidi

Utilizzo degli acidi grassi: quando, come e perché

Il mondo della rete e la nutrizione

-NUTRIZIONE, SPORT E SALUTE

I carboidrati in sport di potenza ed endurance

Lo scarico glucidico e la tecnica della ricarica: effetti sulla prestazione e controindicazioni

Alimentazione pre-gara e post-gara in sport di endurance e potenza

Bilancio idrico

Le bevande per lo sport

La scienza e la nutrizione: leggende metropolitane e distorsione dei contesti

Distribuzione dei pasti nella giornata

-DIETE

Rassegna di diete e loro valenza negli sportivi

Metabolismo e spesa energetica

Quale dieta seguir? Istruzioni per l'uso

Studi scientifici e diete

La dieta iperproteica: rischi per la salute?

Perdi peso o dimagrisci?

-INTEGRATORI ALIMENTARI

Integrazione e supplementazione: istruzioni per l'uso

Valenza degli integratori: contestualizzare un loro utilizzo

Gli integratori ergogenici: rassegna scientifica

Le proteine in polvere: scelta dei prodotti e assunzione raccomandata

Multivitaminici e multiminerali

2 Dic. 16–4 Dic. 16

Diploma in Nutrizione nello Sport - I livello

Asd Accademia Italiana Fitness

- Funzioni generali dell'apparato digerente
- Anatomia funzionale dell'apparato digerente
- Digestione e assorbimento nutrienti (amido, lipidi, proteine)
- Anabolismo e catabolismo: cenni sulle vie metaboliche principali (Glicolisi, Gluconeogenesi, Glicogeno sintesi e Glicogeno lisi, Biosintesi degli acidi grassi, Beta-ossidazione, Ciclo dell'urea)
- Controllo endocrino del metabolismo (Ruolo dell'insulina, Ruolo del glucagone, Ruolo del Gh, Ruolo del cortisolo)
- L'alimentazione nella pratica sportiva (La piramide alimentare, La piramide dell'attività fisica, Fabbisogno energetico: metabolismo basale, TID, LAF)
- Componenti nutrizionali: le biomolecole (struttura, funzione, rilevanza nutrizionale dei Macronutrienti e dei Micronutrienti:
Proteine, Carboidrati, Lipidi, Vitamine)
- Diete moderne a confronto: dieta chetogenica, paleo dieta, dieta a zona

Feb. 16–alla data attuale

Master di 1° livello in Scienze dell'Alimentazione e Dietetica Applicata

Unitelma Sapienza
viale Regina 295, 00161 Roma (Italia)
www.unitelmasapienza.it

- Alimentazione e nutrizione umana
- Stato di nutrizione
- Alimentazione in condizioni fisiologiche
- Alimentazione in condizioni fisiologiche particolari (gravidanza, allattamento, divezzamento, età pediatrica ed evolutiva)
- Adattamenti nutrizionali nell'anziano malnutrito
- Igiene degli alimenti e della nutrizione
- Ristorazione delle collettività
- Alimentazione e sport
- Nutrizione clinica e dietoterapia: obesità e sindrome metabolica
- Chirurgia bariatrica
- Nutrizione clinica e dietoterapia: diabete
- Nutrizione clinica e dietoterapia: malattie renali
- Nutrizione clinica e dietoterapia: allergie e intolleranze alimentari
- Nutrizione clinica e dietoterapia: dislipidemie e ipertensione arteriosa
- Nutrizione clinica e dietoterapia: malattie infiammatorie intestinali e malattie del fegato e del pancreas
- Nutrizione clinica e dietoterapia: disturbi del comportamento alimentare
- Nutrizione clinica e dietoterapia: tumori
- Nutrizione e odonto-stomatologia
- Sicurezza e sostenibilità alimentare: stato dell'arte e tematiche in divenire
- Etica della comunicazione e navigazione internet per i nutrizionisti

Nov. 10–Feb. 11

Abilitazione all'esercizio della professione di Medico Chirurgo

Università degli Studi di Milano-Bicocca e OMCeO MB, Monza (MB)

- Capacità di formulare un'ipotesi diagnostica e il relativo iter diagnostico-terapeutico a partire dall'anamnesi e dall'esame obiettivo del paziente.
- Capacità di prendere decisioni immediate relative alla terapia e alla gestione del paziente acuto.
- Gestione del paziente presso l'ambulatorio di Medicina Generale.

Ott. 04–Ott. 10 **Laurea specialistica in Medicina e Chirurgia (conseguita il 15 ottobre 2010).**

Università degli Studi di Milano-Bicocca, Monza (MB)

Conoscenze approfondite delle materie riguardanti il corpo umano dal punto di vista fisiologico e patologico:

- materie propedeutiche (fisica medica, chimica e propedeutica biochimica)
- anatomia e istologia umana
- fisiologia umana

- microbiologia e virologia
- biologia e genetica
- chimica biologica e biologia molecolare
- storia della medicina e della sanità
- patologia generale e immunologia umana
- statistica ed epidemiologia medica
- semeiotica e sistematica 1, 2 e 3
- farmacologia
- diagnostica per immagini e radioterapia
- anatomia patologica
- sanità pubblica, igiene e medicina del lavoro
- malattie del sistema nervoso
- psichiatria e psicologia
- specialità medico-chirurgiche
- clinica dermatologica
- clinica ortopedica
- ostetricia e ginecologia
- pediatria
- medicina legale
- urgenze ed emergenze medico-chirurgiche
- clinica medica
- clinica chirurgica

- inglese scientifico

Set. 99–Giu. 04 **Diploma di maturità scientifica (conseguito nel giugno 2004)**

IIS Liceo Scientifico “G. Peano”, Cinisello Balsamo (MI)

Conoscenza della lingua e letteratura italiana e latina e delle materie umanistiche (filosofia e storia).

Conoscenza della lingua e letteratura inglese.

Conoscenza delle materie scientifiche: matematica, fisica, chimica, scienze biologiche umane e animali, geologia, astronomia, scienze della terra.

Conoscenza del disegno tecnico e della storia dell'arte.

COMPETENZE PERSONALI

Lingua madre italiano

Altre lingue

COMPRESIONE	PARLATO	PRODUZIONE SCRITTA

	Ascolto	Letture	Interazione	Produzione orale	
inglese	B2	B2	B2	B2	B2

Livelli: A1 e A2: Utente base - B1 e B2: Utente autonomo - C1 e C2: Utente avanzato
 Quadro Comune Europeo di Riferimento delle Lingue

Competenze comunicative Capacità di lavorare in gruppo maturata in molteplici situazioni in cui era indispensabile la collaborazione tra figure diverse.
 Buona capacità di relazione con il cliente/paziente maturate nel corso dei diversi tirocini professionalizzanti svolti durante il corso di Laurea in Medicina e Chirurgia e soprattutto negli anni di lavoro a contatto diretto con clienti/pazienti.

Competenze organizzative e gestionali Capacità di lavorare in situazioni di stress, legate soprattutto al rapporto con il pubblico e all'attività lavorativa; capacità di prendere decisioni immediate a fronte di determinate problematiche.

Competenze professionali Competenze tecniche acquisite durante il periodo di tirocinio presso l'ambulatorio PAB dell'Ospedale San Gerardo di Monza, durante il periodo lavorativo presso Naturhouse e nel percorso formativo del Master in Scienze dell'Alimentazione e Dietetica Applicata:
 -Misurazione circonferenze (vita, fianchi, braccio)
 -plicometria
 -misurazione e valutazione dell'indice scelico (rapporto altezza vertico-ischiatica/altezza totale) e della circonferenza del polso per stabilire la costituzione corporea dell'individuo
 -utilizzo di bilance elettroniche con valutazione della percentuale di massa grassa e della percentuale di acqua corporea totale
 -misurazione e valutazione del BMI nell'adulto e nel soggetto in età evolutiva
 -preparazione di diete personalizzate con o senza l'ausilio di software.

Competenze acquisite durante il periodo di formazione e abilitazione alla professione di Medico Chirurgo, durante il periodo lavorativo presso gli ambulatori di medicina generale e durante il periodo lavorativo presso le palestre (ad oggi ancora in atto):
 -Capacità di gestire i pazienti che hanno accesso all'ambulatorio di medicina generale
 -Prescrizione di terapie farmacologiche per le principali patologie acute e croniche dei pazienti che accedono all'ambulatorio di Medicina generale
 -Valutazione del paziente per la certificazione dello stato di buona salute per l'ammissione alla pratica di attività ludico-motoria o sportiva non agonistica presso palestre

Competenze digitali

AUTOVALUTAZIONE				
Elaborazione delle informazioni	Comunicazione	Creazione di Contenuti	Sicurezza	Risoluzione di problemi
Utente autonomo	Utente avanzato	Utente avanzato	Utente base	Utente base

Competenze digitali - Scheda per l'autovalutazione

Conoscenze degli applicativi Microsoft e del pacchetto Office. Buona capacità di navigare in Internet. Buona conoscenza di software per la preparazione di diete personalizzate.

Altre competenze **Addetto al BLS-D**

Promosso da Brianza per il cuore, Monza (MB)
 -L'importanza del soccorso: la catena della sopravvivenza
 -Manovre di RCP

- Il DAE (defibrillatore semi-automatico)
- Sequenza BLS/A adulto
- Manovre di disostruzione nell'adulto
- Sequenza BLS/A pediatrica (accennata)

- Manovre di disostruzione nel bambino e nel lattante (accennate)
- Parte pratica: manovre di rianimazione su manichino

Interessi: musica, viaggi, sport, ballo, lettura.

Dall'età di 10 anni fino a 20 anni ho frequentato corsi presso la scuola di musica di Muggiò dove ho imparato a suonare il pianoforte e la chitarra e dove ho seguito dei corsi di canto solista con lezioni private.

Dall'età di 22 anni ho iniziato a frequentare dei corsi di ballo per danze caraibiche (per 5 anni) e successivamente per le danze orientali (tutt'ora frequentato). Da qualche anno mi sono appassionata al fitness e frequento regolarmente la palestra almeno 4 volte a settimana.

Patente di guida B

ULTERIORI INFORMAZIONI

Conferenze **Attestato di partecipazione a NutriMi 2017 "Connettersi, conoscere, curare"**

- Sicurezza globale e nutrizione
- Infiammazione e salute globale
- Il modello alimentare vegano: scelta salutista, etica o nuovo business?
- Dieta mediterranea nei primi 1000 giorni e oltre
- Nutrizione e prevenzione (fibra, frutta secca e disidratata, pesce azzurro)
- Nutrition education

Conferenze **Attestato di partecipazione a "NutriMI 2016: 10° Forum di Nutrizione Pratica"**

SPRIM Italia s.r.l.

- Identità alimentare in evoluzione: la nuova Dieta Mediterranea
- Nuove evidenze su tumori e alimentazione: dal consenso scientifico alle minority opinion
- Omeostasi del glucosio e gestione del diabete: il punto sulle evidenze più recenti
- Counseling nutrizionale mirato nell'era degli allarmismi mediatici sull'alimentazione
- A caccia di proteine: quali soluzioni nella dieta del futuro?
- Comprendere i prodotti alimentari oggi: aspetti regolatori e di sicurezza
- La dieta per...: nutrienti, alimenti e approcci mirati per esigenze specifiche
- Alimentazione e stili di vita moderni

Corsi **Evento ECM: Dinamiche psicologiche nelle famiglie del paziente anziano (autosufficiente e non)**

OMCeO MB in collaborazione con Dr Pietro Enzo Vigorelli, Monza (MB)

- Disagi nelle famiglie di anziani
- I disturbi psicologici e comportamentali dell'anziano, in particolare con Alzheimer
- La ricerca di soluzioni con l'approccio capacitante

Corsi **Evento ECM: "Steatosi epatica: una malattia sistemica"**

Ars Educandi, Milano (MB)

-Steatosi: definizione, cause ed eziologie

-Diagnostica per immagini: il ruolo dell'elastosonografia, aspetti ecografici del fegato steatosico, valutazione mediante CAP della steatosi epatica, aspetti TC e RM

-Ruolo della biochimica nelle epatopatie

-Stili di vita per un fegato sano

-Esercizio fisico, nutrizione e intestino nel trattamento e nella prevenzione della steatosi epatica

Corsi **Evento ECM: "Qualità degli alimenti: tra antiche colture e nuove prospettive nutrizionali"**
OMCeO MB, Monza (MB)

-Celiachia, ipersensibilità al glutine e intolleranza ai FOODMAPs

-Coltivare salute: i frumenti di antica costituzione

-I cereali nell'alimentazione: quali sono, loro evoluzione, proprietà e composizione

-Grani antichi / grani moderni: quale correlazione con le patologie gastroenterologiche?

-Prospettive future per un trattamento nutrizionale delle malattie metaboliche

-Gonfiore addominale cronico: intolleranza ad alimenti e squilibrio del microbiota

-Come leggere le etichette degli alimenti per difendere la salute; nuove norme europee e strategie pratiche

Corsi **Evento ECM: "Ipertensione arteriosa"**

OMCeO MB in collaborazione con Prof. Guido Grassi, Monza (MB)

-Quando, quanto e come trattare il paziente iperteso

-Come gestire il paziente diabetico iperteso

-Sovrappeso e obesità nel mondo, in Italia e in Brianza. Un problema crescente

-Controllo sul territorio di ipertensione, dislipidemie e diabete

-La prevenzione primaria e secondaria dell'ictus

Conferenze **Attestato di partecipazione a "NutriMi 2011: 5° Forum Internazionale di Nutrizione Pratica"**
SPRIM Italia s.r.l

-Expo 2015 e strategie istituzionali per migliorare l'alimentazione della popolazione.

-Nutrizione e sistema gastrointestinale.

-Obesità e relative complicanze.

-Gestione del peso per il miglioramento della salute.

-Ingredienti alimentari: analisi delle nuove sfide vs immunità.

-Epigenetica e nutrigenomica

-Sicurezza alimentare e salute: allergie e intolleranze alimentari.

-I nuovi ruoli della vitamina D.

-Nutrizione e prevenzione.

-Probiotici: recenti progressi e nuove prospettive.

-"Endobolism": disordini metabolici e gestione degli stili di vita.

-Il diabete tra prevenzione, trattamento e complicanze.

-Il ruolo dell'alimentazione nel trattamento della steatosi epatica.

-Il quadro normativo alimentare: update.

-Alimenti funzionali e riformulazione dei prodotti esistenti: come ridurre i principali fattori di rischio

modificabili.

-Alimentazione ed eco sostenibilità.

-Nutrizione infantile: quando alimentazione è prevenzione.

-Ruolo del Medico di Medicina Generale nel contrastare l'epidemia del Terzo Millennio: l'obesità.

-Nutrizione animale: controlli di filiera, qualità dei mangimi e relative ripercussioni sulla salute umana.

Conferenze

Attestato di partecipazione a "Milano Pediatria: congresso nazionale della società italiana di Nutrizione Pediatrica (SINUPE) e della società italiana per l'educazione alla salute (SPES)"

Società per l'educazione alla salute (SPES). Società italiana di nutrizione pediatrica (SINUPE). Società italiana di pediatria (sezione lombarda). European academy of nutritional sciences (EANS). Società italiana per lo studio delle malattie metaboliche ereditarie e screening neonatali (SIMMESN). Società italiana malattie genetiche pediatriche e disabilità congenite (SIMGePeD).

-Nutrizione tra genetica e ambiente.

-Allergia alimentare: dal trattamento alla prevenzione.

-Ambiente e salute del bambino.

-Healthy diet and lifestyle.

-I farmaci dell'asma: prospettive.

-Alimentazione per la prevenzione: progetti in Italia e in Europa.

-Obesità: dalla ricerca alla pratica.

-I nuovi vaccini – le nuove strategie.

-Nutrienti funzionali.

-Divezzamento: una tappa per la salute.

-Children as future decision makers.

-Sicurezza a favore del bambino.

-Malattie metaboliche: il futuro per la PKU.

-Nutrizione nel bambino sano e nel bambino malato: ruolo della dieta.

-Obesità: dall'educazione nutrizionale all'attività fisica.

Corsi

Accreditamento CFU per la frequenza al corso integrato "Diabete Mellito: dalla fisiopatologia alla terapia"

Università degli Studi di Milano-Bicocca, Monza (MB)

-Conoscenza degli aspetti fisiopatologici delle diverse tipologie di diabete mellito.

-Terapia dietetica e farmacologica delle diverse tipologie di diabete mellito.

-Valutazione continua della terapia dietetica e farmacologica con controlli a cadenza fissa.

Conferenze

Attestato di partecipazione a "NutriMi 2010: congresso internazionale di Nutrizione Pratica"

SPRIM Italia s.r.l

-Dieta mediterranea ed equilibrio nutrizionale: nuove evidenze e riscoperte.

-Alimentazione nei primi due anni: la teoria del programming.

-La donna: alimentazione, stili di vita e impatto sulla salute.

-Obesità: cause e complicazioni.

-Terapie alimentari e non alimentari per la gestione del peso.

-Ricambi, idratazione e fisiologia.

-Gastronutrizione.

- Nutrizione e impatto sull'organismo.
- Stili di vita e salute: connubio tra alimentazione e attività fisica.
- Attualità in tema di alimentazione.

Corsi **Accreditamento CFU per la frequenza al corso integrato "La promozione dell'alimentazione al seno"**

Università degli studi di Milano-Bicocca., Monza (MB)

- Importanza dell'allattamento al seno.

- Allattamento al seno come prevenzione del rischio di obesità e dell'obesity rebound.
- Tecniche di allattamento al seno.

Corsi **Accreditamento CFU per la frequenza al corso integrato "Rischio Cardiovascolare"**

Università degli studi di Milano-Bicocca., Monza (MB)

- Valutazione del rischio cardiovascolare attraverso anamnesi, esame obiettivo (misurazione PA, esame obiettivo cardiologico), ECG, ecocardiografia, ecografia TSA, esami ematochimici (glicemia basale, insulinemia basale, quadro lipidemico, profilo epatico, profilo renale, profilo tiroideo).
- Prescrizione di terapie non farmacologiche mirate a controllare i fattori di rischio cardiovascolare modificabili (glicemia e dislipidemie, ipertensione):
 - norme dietetiche ipolipidemiche e iposodiche
 - alimentazione equilibrata
 - attività fisica aerobica regolare
 - modificazione degli stili di vita (astensione dal fumo, norme dietetiche, astensione dall'alcool, abbattimento della sedentarietà, vita meno frenetica).
- Prescrizione di terapie farmacologiche per ipertensione, dislipidemie, cardiopatie.

Corsi **Accreditamento CFU per la frequenza al corso integrato "Aspetti nutrizionali nell'insufficienza renale"**

Università degli studi di Milano-Bicocca., Monza (MB)

- Valutazione nutrizionale del paziente con malattia renale in evoluzione verso l'insufficienza renale o con insufficienza renale franca.
- Impostazione di terapia alimentare in suddetti pazienti.
- Valutazione a lungo termine dell'efficacia della terapia alimentare.

Trattamento dei dati personali

Autorizzo il trattamento dei miei dati personali ai sensi del Decreto Legislativo 30 giugno 2003, n. 196 "Codice in materia di protezione dei dati personali.