

D.R. n°114 del 26/02/2025

UNIVERSITA' TELEMATICA SAN RAFFAELE ROMA

in collaborazione con Campus Principe di Napoli

presenta la I edizione del

CORSO DI PERFEZIONAMENTO E AGGIORNAMENTO

PROFESSIONALE

(ex art. 6 comma 2 lettera eL 341/90)

in

**Nutrizione Sportiva Personalizzata: Intolleranze alimentari, Diete Vegetali e
Performance**

Titolo	Nutrizione Sportiva Personalizzata: Intolleranze alimentari, Diete Vegetali e Performance
Direzione Scientifica del Corso	Prof.ssa Alessandra Feraco Prof. Andrea Armani Dott.ssa Elisabetta Camajani Dott.ssa Giulia Fabiola Fiorentini
Obiettivi	Il corso ha l'obiettivo di fornire competenze specifiche sulla gestione nutrizionale dell'atleta con intolleranze alimentari. Saranno approfonditi altresì gli aspetti legati all'alimentazione dello sportivo che segue diete vegetali (vegetariana/vegana).
Articolazione e Metodologia del Corso	La partecipazione al Corso consente di acquisire 6 CFU - Crediti Formativi Universitari I CFU si maturano con il superamento di esame finale tramite test a scelta multipla sugli argomenti trattati. Al termine del Corso, a quanti abbiano osservato tutte le condizioni richieste e superato con esito positivo la prova finale, sarà rilasciato dall'Ateneo un Diploma di Corso di Perfezionamento e Aggiornamento Professionale di "Nutrizione Sportiva Personalizzata: Intolleranze alimentari, Diete Vegetali e Performance". Il Corso è composto da 3 Moduli Residenziali della durata complessiva di 18 ore.

Modulo 1 Le Intolleranze Alimentari nello Sport (1 CFU)

- Introduzione alle intolleranze alimentari (lattosio, glutine) e impatto sulla performance sportiva.
- Pianificazione di una dieta personalizzata per atleti con intolleranze: scelta degli alimenti, combinazioni alimentari.

Modulo 2: Nutrizione Sportiva Vegana e Vegetariana e Psicologia della Nutrizione Sportiva (1 CFU)

- I principi fondamentali della dieta vegana e vegetariana.
- Approfondimento sui macronutrienti (proteine, carboidrati, grassi) e micronutrienti (vitamine, minerali) essenziali per gli atleti nell'ambito delle diete vegetali.
- Aspetti psicologici legati alla nutrizione sportiva: gestione del Peso e Prevenzione dei Disordini Alimentari negli Atleti.

Modulo 3: Casi Studio e attività pratica (1 CFU)

- Presentazione di casi studio di atleti con intolleranze alimentari.
- La costruzione di un piano alimentare personalizzato per atleti vegani e vegetariani.
- Attività pratica: ricette vegetariane e vegane con i prodotti del territorio adatte allo sportivo con o senza intolleranze.

Programma didattico	<i>DISCIPLINE</i>	<i>SSD</i>	<i>CFU</i>
	Mod 1. Le Intolleranze Alimentari nello Sport	MEDS-08/C	1
Mod.2 Nutrizione Sportiva Vegana e Vegetariana Psicologia della Nutrizione Sportiva	MEDS-08/C PSIC-03/B	1	
Mod.3 Casi studio e attività pratica	MEDS-08/C	1	
PROVA FINALE TRAMITE TEST A SCELTE MULTIPLE SUGLI ARGOMENTI TRATTATI		3	
TOTALE CFU		6	

Docenti	<ul style="list-style-type: none"> • Prof.ssa Alessandra Feraco – Professore Associato in Scienza dell'Alimentazione e delle Tecniche Dietetiche Applicate, Università San Raffaele Roma. • Prof. Andrea Armani – Professore Associato in Scienza dell'Alimentazione e delle Tecniche Dietetiche Applicate, Università San Raffaele Roma. • Dott.ssa Elisabetta Camajani - Ricercatore Universitario (RTT) in Scienza dell'Alimentazione e delle Tecniche Dietetiche Applicate, Università San Raffaele Roma. • Dott.ssa Giulia Fabiola Fiorentini – Psicologa, Psicoterapeuta, PhD, Università san Raffaele Roma
----------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Destinatari e Requisiti di	Per l'iscrizione al Corso è richiesto, come requisito minimo, il possesso della laurea (triennale, magistrale oppure specialistica ex DM 210/2004 oppure ante
-----------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------



ammissione	<p>DM 509/1999, vecchio ordinamento) in Medicina e Chirurgia, Psicologia, Biologia, Fisioterapia, Dietistica, Scienze della Nutrizione Umana, Scienze motorie e delle Attività Sportive conseguito in Italia, in un Paese dell'Unione Europea o all'estero se ritenuto equipollente ad uno dei precedenti.</p> <p>L'iscrizione, tuttavia, resta subordinata alla valutazione della idoneità del titolo da parte degli organi accademici ai soli fini della stessa. Per coloro che sono in possesso di titoli conseguiti all'estero, l'Università potrà procedere al loro riconoscimento ai soli fini dell'iscrizione al Corso. I suddetti requisiti devono essere posseduti alla data di scadenza del termine utile per la presentazione delle domande di iscrizione al Corso. Per difetto dei requisiti prescritti, l'Ufficio Formazione post-laurea potrà disporre, in qualsiasi momento e con provvedimento motivato, l'esclusione dal Corso.</p>
Attività e adempimenti	<p>Gli insegnamenti nel loro complesso prevedono:</p> <ul style="list-style-type: none">- lezioni in presenza;- discussioni sulle lezioni;- presentazioni di casi clinici inerenti agli argomenti trattati nelle sessioni;- workshop. <p>Ai fini dell'ottenimento dei CFU ai partecipanti vengono richiesti i seguenti adempimenti:</p> <ul style="list-style-type: none">- studio individuale del materiale didattico fornito;- partecipazione alle attività didattiche;- superamento dell'esame finale tramite test a scelte multiple che si svolgerà in presenza della Commissione.
Modalità di Iscrizione	<p>Per iscriversi al Corso è necessario compilare e inviare entro 6 giugno 2025 ore 18:00 l'apposita scheda di iscrizione alla Segreteria Organizzativa del Campus Principe di Napoli scrivendo alla seguente mail: formazione@campusprincipedinapoli.it</p> <p>I cittadini non comunitari residenti all'estero potranno presentare la domanda tramite le Rappresentanze diplomatiche italiane competenti per territorio che, a loro volta, provvederanno ad inviarla all'Università Telematica San Raffaele Roma, allegando il titolo di studio straniero corredato di traduzione ufficiale in lingua italiana, legalizzazione e dichiarazione di valore.</p> <p>Oltre alla suddetta documentazione, i cittadini non comunitari residenti all'estero, dovranno presentare all'Università Telematica San Raffaele Roma il permesso di soggiorno rilasciato dalla Questura in unica soluzione per il periodo di almeno un anno; i cittadini non comunitari residenti in Italia dovranno presentare il permesso di soggiorno rilasciato per uno dei motivi indicati all'articolo 39, quinto comma, del D. Lvo n. 286 del 25.7.1998 (ossia per lavoro autonomo, lavoro subordinato, motivi familiari, asilo politico, asilo umanitario o motivi religiosi).</p> <p>Non saranno ammesse iscrizioni con riserva per documentazione incompleta o</p>

	errata trascrizione dei dati sul modulo di domanda. Il mancato pagamento della quota di iscrizione nei termini prestabiliti comporta il mancato accesso al corso.
Iscrizione	La quota di iscrizione è di € 600,00 (seicento/00) da versare contestualmente all'iscrizione ed è comprensiva di alloggio in mezza pensione. * La quota di iscrizione è di € 300,00 (trecento/00) in caso di partecipazione senza pernottamento.
Scadenze	Il termine ultimo per la raccolta delle iscrizioni è 8 settimane prima dell'inizio del Corso . Inizio Corso: 12 Settembre 2025 - Fine 14 Settembre 2025.
Numero partecipanti	Il Corso è a numero chiuso, per un massimo di 50 partecipanti e non verrà attivato per un numero di partecipanti che non consenta la sostenibilità economica del progetto.
Sede del Corso	Campus Principe di Napoli - Via Salvatore di Giacomo, Agerola

Roma, 26/02/2025


Il Rettore