

**BETA IMPRESE S.R.L.: “Alimentazione e invecchiamento mentale”
 4 ore IN ELEARNING**

TITOLO	Alimentazione e invecchiamento mentale
SOGGETTO PROPONENTE	Beta Imprese S.r.l., con sede legale e operativa in Via Risorgimento, 36 – 48022 Lugo (RA) – tel.: 0545 900600 – fax: 0545 900600 – C.F. P.IVA 02574830390 – Referente Coordinamento Ordini Professionali – Martina Dall’Olio: dallolio@betaimprese.com
DOCENTE CORSO	Dott. Gianluca Sozzi
RESPONSABILE SCIENTIFICO DELL’EVENTO	Dott. Gianluca Sozzi
DESTINATARI DELL’ATTIVITA’ FORMATIVA	Medici, biologi, dietisti
OBIETTIVI FORMATIVI	Sicurezza e igiene alimentare, nutrizione e/o patologie correlate (23)
AREA FORMATIVA	Tutte le aree formative
PROGRAMMA – (ARTICOLAZIONE IN MODULI E ORE CORRISPONDENTI)	Modulo 1: Introduzione (1 ora) <ul style="list-style-type: none"> • Il cervello e l'invecchiamento: le basi neurobiologiche • Il declino cognitivo: definizione, cause e fattori di rischio • L'importanza dell'alimentazione per la salute mentale Modulo 2: Nutrienti e funzioni cognitive (1 ora) <ul style="list-style-type: none"> • Il ruolo dei macronutrienti (carboidrati, proteine e grassi) • Micronutrienti e salute del cervello: vitamine, minerali e antiossidanti • L'acqua e l'idratazione Modulo 3: Alimentazione e prevenzione del declino cognitivo (1 ora) <ul style="list-style-type: none"> • La dieta mediterranea e la salute del cervello • Altri modelli alimentari per la salute mentale • Cibi specifici per la memoria e la concentrazione Modulo 4: Alimentazione e invecchiamento sano (1 ora) <ul style="list-style-type: none"> • Strategie per mantenere una mente attiva e in salute • L'importanza dell'attività fisica e del sonno Interventi nutrizionali per le persone con declino cognitivo
MATERIALE DIDATTICO	Predisposto direttamente dal Docente, materiale in supporto informatizzato, slides e riferimenti normativi che saranno disponibili e scaricabili direttamente da parte del corsista.



PROVE DI VERIFICA	E' previsto un test finale obbligatorio on line.
QUESTIONARIO DI GRADIMENTO	Al completamento del corso (100% delle lezioni) è previsto il questionario di gradimento Obbligatorio on line
ATTESTAZIONE DI PARTECIPAZIONE	Al completamento del corso (100% delle lezioni) verrà rilasciato attestato di frequenza (Beta Imprese S.r.l.)