

Corso ECM FAD

NUTRIZIONE E SALUTE ORMONALE FEMMINILE: STRATEGIE CLINICHE DALL'ETÀ FERTILE ALLA MENOPAUSA

Razionale del corso

Le scelte alimentari rappresentano uno strumento fondamentale di prevenzione e supporto terapeutico lungo tutto l'arco della vita femminile. Le profonde variazioni ormonali che caratterizzano l'età fertile, la gravidanza, l'allattamento e la menopausa determinano cambiamenti metabolici, fisiologici e psico-emotivi che richiedono un approccio nutrizionale mirato e personalizzato. Condizioni cliniche quali sindrome dell'ovaio policistico (PCOS), endometriosi, infertilità, diabete gestazionale, disturbi cardiovascolari e osteoporosi sono strettamente influenzate dallo stile di vita e, in particolare, dall'alimentazione. Una corretta educazione nutrizionale, basata su evidenze scientifiche aggiornate, può contribuire significativamente al miglioramento della qualità di vita, alla prevenzione delle complicanze e al supporto delle terapie mediche.

Il corso si propone di fornire ai professionisti sanitari strumenti teorici e pratici per integrare strategie nutrizionali efficaci nella gestione delle principali fasi e condizioni fisiopatologiche della donna, promuovendo un approccio multidisciplinare e centrato sulla persona.

Durata del corso

Dal 9/03/2026 al 08/03/2027

Provider Accreditante: Imagine Srl a socio unico (accreditamento standard ID ECM 6)

Quota di iscrizione: euro 40,00 + IVA

URL CORSO: <https://www.ecm33.it>

SEDE PIATTAFORMA: Elmec Informatica Spa Via Pret 1, Brunello (VA)

Ore formative: 8

Crediti ECM: 8

Professione: Medico Chirurgo; Farmacista; Biologo; Ostetrica/o; Infermiere; Dietista; Assistente sanitario;

Disciplina: Tutte le discipline;

Numero di partecipanti: 500

Obiettivo formativo N°18. Contenuti tecnico-professionali (conoscenze e competenze) specifici di ciascuna professione, di ciascuna specializzazione e di ciascuna attività ultraspecialistica, ivi incluse le malattie rare la medicina di genere.

Responsabile scientifico

Rachele Aspesi

Farmacista territoriale specializzata in educazione alimentare funzionale e Presidente Ordine dei Farmacisti di Varese

Docente

Rachele Aspesi

Farmacista territoriale specializzata in educazione alimentare funzionale e Presidente Ordine dei Farmacisti di Varese

Programma Scientifico:

MODULO 1: EDUCAZIONE ALIMENTARE PER DONNE IN ETÀ FERTILE

- Alimentazione e ormoni: il ruolo chiave del cibo per il benessere durante l'età fertile
- Patologie e alimentazione: ovaio policistico, endometriosi, infertilità, forme oncologiche femminili di natura ormonale

MODULO 2: GRAVIDANZA E ALLATTAMENTO: COME CI SI DEVE NUTRIRE DUE VOLTE MEGLIO!

- Alimentazione durante la gravidanza
- Prevenire e curare i disturbi da gravidanza con l'alimentazione corretta: nausea, stitichezza, fragilità capillare, candidosi e cistite, diabete gestazionale, eclampsia
- Alimentazione durante l'allattamento

MODULO 3: STRATEGIE ALIMENTARI DURANTE LA MENOPAUSA

- Alimentazione e stile di vita in menopausa
- Prevenire e curare i disturbi tipici da menopausa con l'alimentazione corretta: disturbi cardiovascolari, vampate, secchezza, osteoporosi

RESPONSABILE SCIENTIFICO E DOCENTE

COGNOME	NOME	LAUREA	SPECIALIZZAZIONE	QUALIFICA	SEDE LAVORATIVA
Aspesi	Rachele	Farmacia	Educazione alimentare funzionale	Farmacista territoriale e Presidente Ordine farmacisti Varese	Varese

Il CV completo e firmato è disponibile in archivio