

## **DIETA E NUTRACEUTICA FISIOLÓGICA: L'EVOLUZIONE STRATEGICA DEL NUTRIZIONISTA**

Centro Congressi Cavour, via Cavour 50/A - ROMA

16 maggio 2026

7 crediti ECM

Professioni accreditate: Medico Chirurgo (tutte le discipline), Biologo, Dietista

Responsabile scientifico: Prof. Luigi Barrea

Obiettivo formativo: SICUREZZA E IGIENE ALIMENTARI, NUTRIZIONE E/O PATOLOGIE CORRELATE

### **PROGRAMMA**

Negli ultimi decenni, l'attenzione crescente verso approcci preventivi e complementari alla medicina tradizionale ha condotto a un progressivo riconoscimento della nutraceutica come strumento strategico negli approcci nutrizionali, in grado di supportare e potenziare i percorsi terapeutici tradizionali in numerose condizioni fisiologiche e patologiche accertate. Questo ambito, collocato all'intersezione tra nutrizione e farmacologia, costituisce un elemento chiave nella pratica del nutrizionista, la cui competenza è oggi essenziale per guidare l'individuo verso interventi alimentari e integrativi personalizzati, evidence-based e orientati al miglioramento dello stato di salute.

Nel contesto del benessere femminile, la nutraceutica rappresenta un alleato fondamentale nella modulazione delle problematiche più comuni nelle diverse fasi della vita della donna, dall'età fertile alla menopausa. Fitocomposti e micronutrienti selezionati, come isoflavoni della soia, resveratrolo, agnocasto e magnesio bisglicinato, hanno dimostrato proprietà fisiologicamente attive nel regolare il ciclo mestruale, attenuare i disturbi del climaterio e favorire l'equilibrio ormonale. Tali composti, integrati in strategie dietetiche personalizzate, possono contribuire al miglioramento di sindrome premestruale, dismenorrea e sindrome dell'ovaio policistico (PCOS), supportando la donna in un percorso terapeutico completo e scientificamente fondato.

L'equilibrio gastrointestinale rappresenta un altro ambito in cui l'integrazione nutraceutica assume un ruolo rilevante, grazie alla sua influenza sul microbiota intestinale, sulla funzione immunitaria e sullo stato infiammatorio sistemico. Malattie croniche come la diverticolosi traggono beneficio da approcci nutrizionali personalizzati e integrati, che combinano adeguati apporti di fibre solubili, probiotici selezionati, polifenoli e composti ad attività antinfiammatoria. Tali approcci, hanno dimostrato di ridurre la frequenza delle recidive, l'infiammazione subclinica e i sintomi gastrointestinali, evidenziando il ruolo strategico del nutrizionista nella

personalizzazione del piano alimentare e nella selezione di supplementi mirati, in sinergia con le terapie farmacologiche.

Di particolare interesse è l'evoluzione dei probiotici di bioregolazione, formulazioni avanzate con azione specifica sul sistema immunitario, sulla barriera intestinale e sui meccanismi neuroendocrini e infiammatori. L'uso integrato di questi probiotici nei protocolli dietetici permette di estendere i benefici oltre la salute intestinale, intervenendo su disfunzioni metaboliche, patologie autoimmuni e stress ossidativo, rappresentando un esempio concreto di come la nutraceutica possa essere incorporata in strategia con approcci nutrizionali personalizzati.

Nel campo dello sport, la nutraceutica supporta il miglioramento delle performance, la prevenzione degli infortuni e il recupero post-esercizio. L'integrazione mirata di nutrienti e composti bioattivi quali aminoacidi ramificati, creatina, beta-alanina, omega-3, coenzima Q10 e antiossidanti naturali, se inserita in un percorso dietetico-nutrizionale personalizzato, ottimizza la resistenza, riduce la fatica, favorisce la sintesi proteica muscolare e controlla l'infiammazione sistemica, consentendo un approccio integrato che unisce nutrizione, performance e benessere generale.

Infine, le vitamine e i composti vitaminici rappresentano un pilastro nella prevenzione e gestione di numerose condizioni cliniche. La loro azione antiossidante, immunomodulante e coenzimatica – in particolare per vitamine del gruppo B, vitamina D, vitamina C e vitamina E – è ampiamente documentata. La correzione di stati carenziali subclinici attraverso approcci nutrizionali personalizzati, migliora marcatori di rischio cardiovascolare, funzionalità neurocognitiva, densità ossea e performance immunitaria. Il nutrizionista gioca un ruolo determinante nella valutazione dello stato vitaminico, nella scelta delle forme più biodisponibili e nella personalizzazione dei dosaggi, considerando fattori individuali quali età, stato infiammatorio, polimorfismi genetici e comorbidità.

In sintesi, la nutraceutica integrata agli approcci nutrizionali si configura oggi come uno strumento scientificamente fondato e clinicamente efficace nella prevenzione, gestione e trattamento di numerose condizioni fisiologiche e patologiche accertate. Il nutrizionista, grazie a una solida preparazione in biochimica nutrizionale e fisiologia e fisiopatologia, diventa la figura centrale nell'elaborazione di percorsi dietetici integrati, personalizzati e sostenibili, in linea con i paradigmi più avanzati della medicina preventiva e di precisione.

Il congresso "Dieta e Nutraceutica Fisiologica: L'evoluzione strategica del Nutrizionista" nasce con l'obiettivo di ispirare e rafforzare il ruolo del nutrizionista come figura chiave nell'integrazione della nutraceutica nei percorsi nutrizionali personalizzati. L'evento unisce rigore evidence-based e innovazione clinica, promuovendo una visione moderna della professione, capace di tradurre le più recenti scoperte in strategie integrate, efficaci e sostenibili. Il congresso favorisce il dialogo tra nutrizione, dietetica, nutraceutica e ricerca scientifica, con

particolare attenzione al benessere femminile, alla salute intestinale e alla nutrizione sportiva, per ridefinire un modello professionale allineato alla medicina preventiva e di precisione.

### **LETTURE MAGISTRALI**

Moderatori: Luigi Barrea – Rosa Lenoci

09.15 – 09.45

Relatore: Laura Di Renzo, Roma

**La Nutraceutica nella Pratica Nutrizionale: Evidenze, Strategie e Prospettive**

09.45 – 10.15

Relatore: Marco Marchetti, Roma

**Dieta Mediterranea e Diete Chetogeniche: Verso Nuovi Orizzonti della Nutrizione Personalizzata**

### **SESSIONE 1: BENESSERE DONNA**

Moderatori: Sonia Croci – Maria Cristina Dore

Lettura Magistrale

10.15 – 10.45

Relatore: Luigi Barrea, Napoli

**Dalla PCOS alla Menopausa, attraverso il Lipedema. Fisiopatologia e aspetti endocrino-metabolici**

10.45 – 11.15

Relatore: Giuseppe Annunziata, Napoli

**Nutrizione Personalizzata e Nutraceutica nella Gestione della Menopausa**

11.15 – 11.30 Coffee break

11.30 – 11.50

Relatore: Ida Ferrara, Napoli

**Età fertile: esosomi di origine vegetale nel controllo dell'ipofertilità**

11.50 – 12.00 Discussione Interattiva

Luigi Barrea, Giuseppe Annunziata, Ida Ferrara

### **SESSIONE 2: GASTROINTESTINALE**

Moderatori: Roberto Casaccia– Elisabetta Camajani

Lettura Magistrale

12.00 – 12.30

Relatore: Giuseppe Calamita, Bari

**Nutraceutici, eubiosi intestinale e omeostasi metabolica: stato attuale e sviluppi futuri**

12.30 – 13.00

Relatore: Eleonora Lombardi Mistura, Bergamo

**Microbiota, probiotici e bio-regolazione**



**AKESIOS**  
FORMAZIONE & CONGRESSI GROUP

13.00 – 13.30

Relatore: Umberto Cornelli, Milano

**Microplastiche nel cibo: dalla piramide alimentare all'integrazione per eliminarle**

13.30 – 13.40 Discussione Interattiva

Giuseppe Calamita, Eleonora Lombardi Mistura, Umberto Cornelli

13.40 – 14.30 Pausa Pranzo

14.30 – 15.00

Relatore: Marcella Pesce, Napoli

**Patologia Diverticolare: Sinergia tra Nutrizione e Nutraceutica**

15.00 – 15.30

Relatore: Piero Portincasa, Bari

**MASLD: Strategie Nutrizionali e Nutraceutiche Avanzate**

15.30 – 16.00

Relatore: Sabrina Basciani, Roma

**Prebiotici, Probiotici, Simbiotici e Post-biotici: Ruolo e Integrazione nei Percorsi Nutrizionali**

16.00 – 16.10 Discussione Interattiva

Marcella Pesce, Piero Portincasa, Sabrina Basciani

### **SESSIONE 3: AMINOACIDI: OLTRE LO SPORT**

Moderatori: Nicola Calandrella – Annamaria Nardone

16.10 – 16.40

Relatore: Luigi Coppola, Benevento

**Amminoacidi essenziali: proprietà ipoglicemizzanti e applicazioni cliniche**

16.40 – 17.10

Relatore: Daniele Peluso, Roma

**Amminoacidi essenziali a salvaguardia del tessuto osteomuscolare negli sport di endurance**

17.10 – 17.40

Relatore: Luigi Valerio Ciccolella, Bari

**Amminoacidi, Infiammazione e Performance Sportiva: Nuove evidenze e applicazioni cliniche**

17.40 – 17.50 Discussione Interattiva

Luigi Coppola, Daniele Peluso, Luigi Valerio Ciccolella

17.50 – 18.00 Chiusura dei lavori

Rosa Lenoci, Presidente ABNI



**Akesios Group S.r.l.**  
Via Cremonese, 172 - 43126 Parma  
Tel. 0521.647705 - Fax 0521.1622061  
C.F. e P. IVA 04132180268 - Cap Soc. 10.000€ i.v.  
www.akesios.it - e-mail: info@akesios.it  
**Iscrizione all'Albo Nazionale Provider ECM N° 403**



COGNOME	NOME	PROFESSIONE	DISCIPLINA	ENTE DI APPARTENENZA LIBERA PROFESSIONE	DESCRIZIONE ATTIVITA' PROFESSIONALE/FORMATIVA
ANNUNZIATA	GIUSEPPE	BIOLOGO	NUTRIZIONE	LIBERO PROFESSIONISTA	Consulente Biologo Nutrizionista presso Università Telematica Pegaso
BARREA	LUIGI	BIOLOGO	NUTRIZIONE	LIBERO PROFESSIONISTA	PROFESSORE UNIVERSITARIO DI II FASCIA (PROFESSORE ASSOCIATO) Università Telematica Pegaso
BASCIANI	SABRINA	BIOLOGO	NUTRIZIONE	LIBERO PROFESSIONISTA	Università di Roma "Sapienza" e studi polispecialistici: Responsabile della gestione nutrizionale dei pazienti
CALAMITA	GIUSEPPE	BIOLOGO	FISIOLOGIA	UNIVERSITA' DI BARI	Professore Ordinario di Fisiologia (SSD BIO/09)
CALANDRELLA	NICOLA	BIOLOGO	NUTRIZIONE	LIBERO PROFESSIONISTA	STUDIO PRIVATO; Responsabile del Reparto di Microscopia e di Ematologia presso il POLIAMBULATORIO LUISA, Roma
CAMAJANI	ELISABETTA	BIOLOGO	NUTRIZIONE; ENDOCRINOLOGIA	LIBERO PROFESSIONISTA	Ricercatrice in Tenure Track (RTT) presso il Dipartimento di Promozione delle Scienze Umane e della Qualità della Vita, Università San Raffaele Roma
CASACCIA	ROBERTO	BIOLOGO	Scienze dell'Alimentazione - Nutrizione applicata	LIBERO PROFESSIONISTA	Docente a contratto nel Corso di perfezionamento in "Nutrizione umana" (ex "Biologia della Nutrizione") presso l'Università degli Studi "A. Moro" di Bari
CICCOLELLA	LUIGI VALERIO	BIOLOGO	NUTRIZIONE	LIBERO PROFESSIONISTA	STUDIO PRIVATO; Consigliere Ordine dei Biologi Puglia e Basilicata

COPPOLA	LUIGI	MEDICO CHIRURGO	ONCOLOGIA; OMEOPATIA; OMOTOSSICOLOGIA	AO RUMMO - BENEVENTO	Dirigente Medico Responsabile della Struttura Semplice Dipartimentale di Nutrizione, Dietetica e Medicine Complementari
CORNELLI	UMBERTO	MEDICO CHIRURGO	FARMACOLOGIA CLINICA	LIBERO PROFESSIONISTA	Pianificazione strategica, stress ossidativo, sovrappeso, farmacologia clinica, microplastiche, tossicologia alimentare, epidemiologia
CROCI	SONIA	BIOLOGO	Psicobiologia della Nutrizione e del Comportamento Alimentare	LIBERO PROFESSIONISTA	STUDIO PRIVATO; Collaborazione con l'Università Politecnica delle Marche Ancona; Presidente del consiglio direttivo dell'Associazione scientifico culturale Biologi NutriFood
DI RENZO	LAURA	FARMACISTA; BIOLOGO	SCIENZA DELLA NUTRIZIONE UMANA; SCIENZA DELL'ALIMENTAZIONE	Università degli studi di Roma "Tor Vergata"	Professore Ordinario, I Fascia, Settore Scientifico Disciplinare MEDS-08/C - Scienza dell'alimentazione e delle tecniche dietetiche applicate, Gruppo concorsuale 06/MEDS-08
DORE	MARIA CRISTINA	BIOLOGO	NUTRIZIONE	LIBERO PROFESSIONISTA	STUDIO PRIVATO; Consigliera CIG Enpab
FERRARA	IDA	MEDICO CHIRURGO	GINECOLOGIA E OSTETRICIA	LIBERO PROFESSIONISTA	STUDIO PRIVATO; Presidente di AIMF Health; Docente di Medicina Funzionale Regolatoria
LENOCI	ROSA	BIOLOGO	NUTRIZIONE	LIBERO PROFESSIONISTA	STUDIO PRIVATO; PRESIDENTE ABNI; CONSIGLIERE CIG ENPAB; DOCENTE IN CORSI DI FORMAZIONE
LOMBARDI MISTURA	ELEONORA	MEDICO CHIRURGO	PEDIATRIA; OMEOPATIA; OMOTOSSICOLOGIA	LIBERO PROFESSIONISTA	PEDIATRA DI FAMIGLIA ASL BERGAMO; DOCENTE A CORSI DI FORMAZIONE

MARCHETTI	MARCO	BIOLOGO	NUTRIZIONE	LIBERO PROFESSIONISTA	Professore a contratto Master Università di Roma Tor Vergata; AUTORE DI PUBBLICAZIONI SCIENTIFICHE
NARDONE	ANNAMARIA	BIOLOGO	NUTRIZIONE	LIBERO PROFESSIONISTA	STUDIO PRIVATO
PELUSO	DANIELE	BIOLOGO	BIOINFORMATICA	LIBERO PROFESSIONISTA	Tecnico di Bioinformatica-Biostatistica presso l'Università "Tor Vergata" di Roma, Dipartimento di Biologia; Docente a contratto per AAS "Laboratorio di Biostatistica con R", Università di Roma "Tor Vergata".
PESCE	MARCELLA	MEDICO CHIRURGO	GASTROENTEROLOGIA; EPATOLOGIA	LIBERO PROFESSIONISTA	Ricercatore di gastroenterologia (MEDS-10/A), Università degli Studi di Napoli Federico II
PORTINCASA	PIERO	MEDICO CHIRURGO	MEDICINA INTERNA	LIBERO PROFESSIONISTA	Professore Ordinario Medicina Interna (MED/09), Università "Aldo Moro" di Bari; Direttore Clinica Medica "A. Murri"

Il provider dichiara ai sensi dell'art. 76 del DPR n.445/2000:

- di aver fornito all'interessato l'informativa sul trattamento dei dati personali (art. 13 del Regolamento europeo 2016/679; artt. 68, 70, 76, 96 Accordo Stato-Regioni 2017 "La formazione continua nel settore salute"- Rep. Atti 14/CSR del 2.2.2017 - Par. 4.6, lett. j) Manuale Nazionale di Accreditamento per l'Erogazione di Eventi ECM);
- di aver informato l'interessato che il programma dell'evento ECM, di cui le suddette informazioni contribuiscono a formarne il contenuto minimo, verrà inserito nel catalogo degli eventi E.C.M. tenuto dall'ente accreditante;

Il Prof. Dott. Luigi Barrea, è un eminente accademico e ricercatore italiano, attualmente **Professore Ordinario** presso l'Università Telematica Pegaso. La sua carriera è caratterizzata da un profondo impegno nel campo dell'endocrinologia, della nutrizione clinica e delle scienze dietetiche applicate.

### **Formazione Accademica**

Il Prof. Barrea ha conseguito i suoi titoli presso l'Università degli Studi di Napoli "Federico II":

- **Laurea Magistrale in Scienza della Nutrizione Umana** (2010) con la votazione di 110/110.
- **Dottorato di Ricerca in Scienze dell'Alimentazione e Nutrizione** (2014) con lode.
- **Specializzazione in Scienza dell'Alimentazione** (2021) con il massimo dei voti (50/50 e lode) e menzione alla carriera.

### **Carriera Professionale e Incarichi**

Dopo aver ricoperto il ruolo di Professore Associato tra il 2021 e il 2025, è stato promosso al grado di **Professore Ordinario** (I Fascia) nel novembre 2025. Presso l'Università Pegaso ricopre ruoli di grande responsabilità, tra cui:

- **Presidente della Commissione Paritetica Docenti/Studenti (CPDS)** della Facoltà di Scienze Umane, della Formazione e dello Sport.
- **Direttore e Responsabile Scientifico** del Master di II livello sull'utilizzo delle diete chetogeniche nella pratica clinica.
- Presidente di diversi percorsi abilitanti per la formazione dei docenti.

In ambito clinico, ha collaborato per anni come nutrizionista con l'Azienda Ospedaliera Universitaria "Federico II", operando in centri d'eccellenza per la cura dell'obesità (C.I.B.O.), dei tumori neuroendocrini (ENETS) e in ambito andrologico e dermatologico.

### **Attività di Ricerca e Pubblicazioni**

Il Prof. Barrea è un ricercatore estremamente prolifico con oltre **250 pubblicazioni scientifiche** su riviste internazionali. La sua ricerca si concentra su:

- L'impatto della **Dieta Mediterranea** e delle diete chetogeniche sulle patologie metaboliche ed endocrine.
- Lo studio della **composizione corporea** (angolo di fase) come biomarcatore di infiammazione.
- Le correlazioni tra nutrizione e malattie croniche come l'obesità, la psoriasi e i tumori neuroendocrini.

È inoltre **Direttore Scientifico** di gruppi di ricerca internazionali in Ecuador e Argentina, a testimonianza della sua rilevanza nel panorama scientifico globale. Nel corso della sua carriera

ha ricevuto numerosi premi e riconoscimenti per l'eccellenza dei suoi studi nel settore della nutrizione.