

**CORSO ECM DI AGGIORNAMENTO, APERTO ANCHE AL PUBBLICO GENERALE**

**ALIMENTAZIONE VEGETARIANA: ELEMENTI DI DIETETICA E STATI  
FISIOLOGICI PARTICOLARI. MADRI E FIGLI VEGETARIANI**

Torino, 5 e 6 novembre 2011

Sala Conferenze Museo Regionale di Scienze Naturali - Via Giolitti 36

Società Scientifica di Nutrizione Vegetariana - SSNV, Associazione non-profit costituita da professionisti, studiosi e ricercatori in diversi settori, organizza un corso di due intere giornate, che prevede, nella prima giornata sessioni dedicate ai differenti aspetti generali dell'alimentazione vegetariana, mentre si focalizza sulla nutrizione in gravidanza, infanzia e adolescenza nella seconda giornata; si prefigge di fornire al professionista informazioni teoriche e pratiche da utilizzare nell'attività quotidiana.

Il corso è aperto a tutte le professioni sanitarie che hanno diritto ai crediti ECM - e assegna 18 crediti a tutti - e al pubblico generale senza crediti.

Il numero di vegetariani e vegani in Italia è in continuo aumento: attualmente, in Italia sono circa 7 milioni le persone la cui alimentazione è prevalentemente o totalmente basata su alimenti vegetali e dati Eurispes prevedono che nel 2050 la cifra arrivi a 50 milioni. E' dunque importante per i professionisti della nutrizione rimanere aggiornati sul tema.

L'iniziativa costituisce un'occasione di confronto tra i maggiori esperti nazionali in questo campo emergente della nutrizione, nonché di aggiornamento approfondito su questo tipo di alimentazione, confermatasi non solo adeguata ma potenzialmente in grado di influenzare favorevolmente lo stile di vita e la salute.

In particolare, la seconda giornata, dedicata all'alimentazione a base vegetale in gravidanza e in età pediatrica, è fondamentale per dare ai pediatri di famiglia importanti strumenti per la prevenzione: molte delle malattie che una volta comparivano in età adulta sorgono oggi in età pediatrica, e un'alimentazione equilibrata, a base vegetale, è in grado di giocare un ruolo chiave per consentire al bambino di crescere bene al riparo dalle principali malattie.

Proprio questo è lo scopo del corso formativo organizzato da SSNV: fornire ai professionisti degli strumenti per meglio pianificare l'alimentazione in età pediatrica, venendo a conoscenza di tutti i vantaggi di una alimentazione a base vegetale.

La prima giornata fornisce invece approfondimenti sui vari aspetti di nutrizione e dietetica vegetariana, con sessioni quali: "I cibi fondamentali: cereali, legumi, verdura, frutta, frutta secca e loro derivati", "I macronutrienti: presenza e biodisponibilità nei cibi vegetali", "I micronutrienti: presenza e biodisponibilità nei cibi vegetali", "I fitocomposti", "Focus su ferro, calcio, vitamina B12, vitamina D, zinco, iodio, acidi grassi omega-3", "Linee Guida per l'alimentazione vegetariana", e molto altro.

Il programma si trova alla pagina: <http://www.scienzavegetariana.it/corsi-ecm/index.html>.

Alla stessa pagina si trovano anche le informazioni su come effettuare l'iscrizione.

Si ringraziano la Regione Piemonte e il Museo di Regionale di Scienze Naturali per la concessione della sala.

**Contatti:**

[segreteria-ecm@scienzavegetariana.it](mailto:segreteria-ecm@scienzavegetariana.it)

tel. 333 6705842; 333 6705842

Fax 02 700442512

<http://www.scienzavegetariana.it>