

CORSO FAD ASINCRONA LA SETTIMANA DELLA SALUTE

Data inizio: 15/10/2024

Data fine: 15/10/2025

Razionale scientifico

Facendo riferimento alla Decade ONU di azione sulla nutrizione, il cui obiettivo consiste nel porre fine alla fame e alla malnutrizione in tutte le sue forme e di ridurre il peso delle malattie croniche non trasmissibili (MCNT), ed all'area di prevenzione prevista dal Piano di lotta contro il cancro, gli interventi informativi proposti hanno l'obiettivo di sensibilizzare sui temi della prevenzione e di favorire l'adozione di comportamenti che permettano di migliorare lo stile di vita.

Il 40% dei casi di malattia di cancro può essere prevenuta attraverso strategie sostenibili di prevenzione quali riduzione del tabacco, riduzione del consumo nocivo dell'alcool e migliorando le conoscenze su diete salutari e attività fisica.

Con approccio multidisciplinare il corso affronterà diversi aspetti e tematiche attuali legati agli screening oncologici, al tabacco come fattore di rischio non solo per il tumore al polmone, ai benefici fisici, psicologici e sociali di uno stile di vita attivo e su come l'esercizio fisico contribuisca a preservare la salute ossea e prevenire l'osteoporosi. Fondamentale nella prevenzione il ruolo della dieta, si parlerà pertanto di "Dieta Mediterranea" come modello di alimentazione sana e sostenibile e si forniranno corrette informazioni nella marea di disinformazione sulla nutrizione e sui cosiddetti superfoods. Per una maggiore comprensione degli aspetti della nostra vita che possono facilitare o ostacolare la condizione di benessere psicofisico, si parlerà del complesso equilibrio tra stile di vita e comportamenti compensativi.

Obiettivi formativi

Alla fine del percorso formativo i discenti saranno in grado di:

- Riconoscere i fattori di rischio oncologici modificabili
- Conoscere gli screening oncologici per la prevenzione secondaria
- Comprendere l'importanza di un sano stile di vita come prevenzione primaria per le malattie croniche non trasmissibili
- Acquisire le basi di una dieta sana ed equilibrata secondo il modello della Dieta Mediterranea
- Riconoscere i benefici dell'attività fisica sullo stato di salute

Destinatari

Tutte le professioni

Numero totale di partecipanti

300

Durata

7 ore

Strumenti per la verifica dell'apprendimento

Questionario a risposta multipla online

Responsabile scientifico

RANDISI Lisa, Dietista, Responsabile Funz. Dietistica e Nutrizione

Programma didattico

Modulo 1

PREVENZIONE E SCREENING ONCOLOGICI

Sofia Cutaia, Medico, Servizio di Oncologia Medica, ISMETT

Modulo 2

DIETA MEDITERRANEA

Lisa Randisi, Dietista, ISMETT

Modulo 3

ATTIVITÀ MOTORIA E PREVENZIONE ONCOLOGICA

Christian Priano, Fisioterapista motorio, ISMETT

Modulo 4

FUMO E MORTALITÀ GLOBALE

Sergio Rizzo, Oncologo, ISMETT

Modulo 5

IL COMPLESSO EQUILIBRIO TRA STILE DI VITA E COMPORTAMENTI COMPENSATIVI: TABAGISMO E ALTRE ABITUDINI DISFUNZIONALI

Rosario Girgenti e Marinella Buttafarro, Servizio di Psicologia Clinica, ISMETT

Modulo 6

ALIMENTI E INFIAMMAZIONE

Laura Napoli, Nutrizionista, ISMETT

Modulo 7

OSTEOPOROSI E ATTIVITÀ FISICA

Ignazio Geraci, Fisioterapista motorio, ISMETT