

INNOVARE IL MODO DI FARE EDUCAZIONE ALIMENTARE

Formazione a Distanza

20 crediti ECM

Data inizio 23/2/2026 – Data fine 22/2/2027

Durata: 20 ore (14 ore lettura + 6 ore approfondimento)

Materiale didattico: documentazione scientifica in pdf

Professioni accreditate: Tutte le professioni sanitarie

Responsabile scientifico e Docente: Dr.ssa Cinzia Dalla Gassa

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

Il corso propone un modello innovativo di educazione alimentare che supera l'approccio diet-focused per integrare il lavoro sul vissuto corporeo, sui comportamenti automatici e sul contesto quotidiano del paziente.

Il focus è lo sviluppo di competenze cliniche che permettono al professionista di guidare processi di cambiamento sostenibili, centrati sull'autoregolazione e non sulla prescrizione.

Il corso fornisce strumenti teorici e operativi per comprendere come si formano le abitudini alimentari e come ristrutturarle in modo efficace, riducendo il carico di forza di volontà e aumentando la stabilità del cambiamento nel tempo.

Particolare attenzione è dedicata al ruolo del corpo come fonte primaria di informazione, all'allenamento della capacità di ascolto dei segnali interni e alla progettazione di azioni semplici, ripetibili e coerenti con la vita reale del paziente.

PROGRAMMA

- aggiornare il tuo modello di lavoro con le competenze che caratterizzano IEA
- gestire con più autorevolezza la tua comunicazione durante il colloquio col paziente
- impostare un'anamnesi completa degli elementi che caratterizzano il vissuto sensoriale e la struttura delle abitudini alimentari disfunzionali del paziente
- condurre il colloquio con le domande più efficaci per ottenere più fiducia, maggiore collaborazione e migliore compliance
- definire in modo efficace gli obiettivi e guidare con più sicurezza l'indagine delle leve motivazionali del cliente
- predisporre le linee guida d'intervento nel rispetto dei principi che governano il cambiamento di abitudini
- completare l'intervento nutrizionale con le strategie per facilitare la compliance e l'apprendimento di nuove abitudini
- analizzare e ristrutturare l'architettura delle abitudini alimentari disfunzionali
- guidare il paziente a migliorare il suo approccio al cibo guidandolo con indicazioni personalizzate e fondate sul recupero della consapevolezza di fame, sazietà e piacere dei sensi a tavola

COGNOME	NOME	PROFESSIONE	DISCIPLINA	ENTE DI APPARTENENZA LIBERA PROFESSIONE	DESCRIZIONE ATTIVITA' PROFESSIONALE/FORMATIVA
DALLA GASSA	CINZIA	DIETISTA		LIBERO PROFESSIONISTA	STUDIO PRIVATO; Formazione e Docenza; autore di pubblicazioni scientifiche

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;

CURRICULUM VITAE



INFORMAZIONI PERSONALI

Nome **Cinzia Dalla Gassa**

Telefono

E-mail

Web

Nazionalità

Data di nascita

ESPERIENZA LAVORATIVA

- da gennaio 2008 in corso
- Nome e indirizzo del datore di lavoro
- Tipo di azienda o settore
 - Tipo di impiego
 - Principali mansioni e responsabilità

- 2021
- Tipo di azienda o settore
 - Tipo di impiego
 - Principali mansioni e responsabilità

- 2021
- Tipo di azienda o settore
 - Tipo di impiego
 - Principali mansioni e responsabilità

- da gennaio 2016
- Tipo di azienda o settore
 - Tipo di impiego
 - Principali mansioni e

*Curriculum vitae di
Cinzia Dalla Gassa*

DIETISTA LIBERO PROFESSIONISTA – ISCRITTA ORDINE DIETISTI TRSM

Studi medici privati

Libera Professione

Valutazione dello stato nutrizionale, anamnesi alimentare, elaborazione piani dietetici, educazione alimentare, insegnamento di strategie mirate al miglioramento del proprio comportamento alimentare

FONDATRICE E AMMINISTRATRICE DI CDG SRL

Titolare e Amministratrice

Attività di progettazione della formazione, docenza, amministrazione, consulenza per società e professionisti

FONDATRICE DI INTUITIVE EATING ACADEMY®

Brand di CDG srl

Attività di progettazione, sviluppo. Formazione in aula e training personalizzati

FONDATRICE E AMMINISTRATRICE DI BEWELL SRL

BeWell è una società che si occupa di formazione e consulenza specialistica per i professionisti della nutrizione

Titolare e Amministratrice

Attività di progettazione della formazione, docenza, amministrazione, consulenza

responsabilità

- **da ottobre 2012**

- Nome e indirizzo del datore di lavoro

- Tipo di azienda o settore

- Tipo di impiego

- Principali mansioni e responsabilità

- marzo 2011 – in corso

- Nome e indirizzo del datore di lavoro

- Tipo di azienda o settore

- Tipo di impiego

- Principali mansioni e responsabilità

- Anno scolastico 2009 - 2013

- Nome e indirizzo del datore di lavoro

- Tipo di azienda o settore

- Tipo di impiego

- Principali mansioni e responsabilità

- Anno scolastico 2010 - 2012

- Nome e indirizzo del datore di lavoro

- Tipo di azienda o settore

- Tipo di impiego

- Principali mansioni e responsabilità

per società

DIRETTRICE DIDATTICA DEL MASTER IN COACHING NUTRIZIONALE®

Il Master in Coaching Nutrizionale® è il primo corso in Italia specifico per dietisti e nutrizionisti che integra alle specifiche competenze tecnico scientifiche del professionista della nutrizione, strumenti e metodologie del coaching e di altre discipline utili a migliorare l'efficacia d'intervento.

FORMATRICE CORSI ECM

Associazione Sport è Salute - Padova

Format Sas Trentino Alto Adige

Selene Web – Torino

Formazione in ambito sanitario ECM

Libera Professione

Progettazione dei corsi e docenze

FORMATRICE

Progettazione e docenze nei corsi aperti al pubblico e dedicati al tema dell'approccio mentale al cambiamento dello stile di vita, al coaching sanitario, al coaching nutrizionale®, all'educazione alimentare

Attività in collaborazione con Associazioni e aziende

Associazioni

Libera Professione

Progettazione delle attività e conduzione degli incontri

Progetto di educazione alimentare scuole superiori

Licei e Scuole Secondarie Superiori

Libera professione

Conduzione degli incontri in aula e formazione degli insegnanti

Incontri nell'ambito del progetto "Gustascolta le emozioni del cibo"

Associazione Amici di Paola Marcadella

Scuole elementari

Libera Professione

Progettazione delle attività e conduzione degli incontri

INTERVENTI A CONVEGNI

2021

La comunicazione con il paziente nel colloquio nutrizionale – corso TRSM Roma
Innovare il modo di fare educazione alimentare: L'Intuitive Eating Approach®

2022

La comunicazione professionista-paziente: come far leva sulle domande per inquadrare correttamente il problema?

Motivazione e compliance a dieta e supplementazione

Udine Endometriosi convegno - Specificità di genere nell'anamnesi alimentare

Scuola Microbioma Torino - Il ruolo del nutrizionista nella ristrutturazione delle abitudini alimentari

Simposio Medicina e nutrizione funzionale – ROMA – Le barriere al cambiamento

2023

Corso di perfezionamento in nutrizione e nutraceutica - Comunicazione: L'importanza della relazione Professionista – paziente

Congresso Spazio nutrizione: piano nutrizionale personalizzato e ristrutturazione delle abitudini alimentari: quali differenze?

La prescrizione dei nutraceutici di nuova generazione: trasmetterne il valore – ROMA

Simposio Medicina e nutrizione funzionale – ROMA - Ristrutturare le abitudini alimentari: quando il nutrizionista ha bisogno di nuove competenze.

2024

UDINE – Convegno Dolore pelvico cronico: dall'endometriosi al percorso integrato - la competenza umana come elemento chiave per l'ottimizzazione della compliance

Congresso Spazio nutrizione: Dalla scienza della ristrutturazione delle abitudini la rivoluzione della progettazione d'intervento

Comunicare in modo efficace il referto BIA – Akern

PUBBLICAZIONI

2023

Intuitive Eating Approach: il modello d'intervento per la ristrutturazione delle abitudini alimentari

2021

Professionista nutrizione: dalla presa in carico del paziente all'analisi dei risultati

2019

L'arte di cambiare abitudini a tavola, Tecniche Nuove

2016

Il primo P.A.S.S.O. Manuale di coaching nutrizionale. Maggioli Editore (coautore Carlo Pettinelli)

2014

Dimagrire con la mente. Tutti sanno cosa fare, pochi sanno come. Galassia Arte editrice

2012

“Mente e corpo: la chiave del benessere”, capitolo “Il cambiamento di stili di vita: quali strategie?”, Autore SIMP sezione Veneziana, Editore Supernova

Istruzione e formazione

• 2007 – In corso

• Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione

• Principali materie / abilità

*Curriculum vitae di
Cinzia Dalla Gassa*

Corsi di Aggiornamento nell'ambito del piano di formazione ECM
Istituti di formazione e Provider ECM

Disturbi del comportamento Alimentare – Counselling Nutrizionale – PNEI

professionali oggetto dello studio	(Psiconeuroendocrinoimmunologia) – aggiornamenti e approfondimenti in tema di dietetica e nutrizione
• Qualifica conseguita	Copertura del fabbisogno di crediti ECM previsti per ciascun triennio
• Livello nella classificazione nazionale (se pertinente)	
• 2024	Masterclass in Behavioural Insights & Nudging - Copenhagen
• 2018-2019	Zurcher Ressourcen Modell – Zurigo / Berlino
• 2016	Individuelle Veränderungsprozesse beratend begleiten – ISOGM Institut für systemorientiertes Gesundheitsmanagement - Lübeck
• 2018-2019	Prozess Orientierte Embodiment Fokussierte Psychologie
• Istituto di formazione • Principali materie • Qualifica conseguita	Dott. Böhne Fortbildung – HAMBURG
• 2015	Level I – II – III
• Scuola di coaching – Zen coaching • Ipnosi clinica e sperimentale – CIICS Torino	
• Istituto di istruzione	
• Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio • Qualifica conseguita • Principali materie	Comprensione della comunicazione e dei dinamismi ipnotici, teoria e pratica utile a gestire la comunicazione ipnotica con il paziente, applicazioni dell'ipnosi clinica
• 2013	Esperto in comunicazione ipnotica
• Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione • Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio • Qualifica conseguita	Ipnosi medica rapida (metodo RAP del Dottor Regaldo)
• Livello nella classificazione nazionale (se pertinente)	Dott. Giuseppe Regaldo
• 2013	Ipnosi
• Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione • Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio • Qualifica conseguita	Livello base e livello avanzato
• Livello nella classificazione nazionale (se pertinente)	Master Practitioner in PNL
• 2010	Extraordinary Srl
• Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	Programmazione neurolinguistica
• 2° Livello di Specializzazione Internazionale	
• Practitioner in PNL • NLP Italy	

- Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio
- Qualifica conseguita
- Livello nella classificazione nazionale (se pertinente)

• 2009

- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
- Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio
- Qualifica conseguita

• 2004 - 2007

- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
- Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio
- Qualifica conseguita
- Livello nella classificazione nazionale (se pertinente)

• 2004

- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
- Principali materie / abilità professionali

CAPACITÀ E COMPETENZE PERSONALI

MADRELINGUA

ALTRE LINGUE

- INGLESE
- TEDESCO

CAPACITÀ E COMPETENZE RELAZIONALI

CAPACITÀ E COMPETENZE ORGANIZZATIVE

Programmazione Neurolinguistica

Practitioner

1° Livello di Specializzazione Internazionale

Corso di Perfezionamento in diagnosi e terapia dei disturbi del comportamento alimentare

Università di Padova

Disturbi del comportamento Alimentare: diagnosi e terapia

Laurea in Dietistica

Università di Padova

Università di Padova

Corso di Perfezionamento in diagnosi e terapia dei disturbi del comportamento alimentare
Dietista

Università di Padova

Disturbi del comportamento Alimentare: diagnosi e terapia

Diploma di Ragioniera corrispondente in lingue estere

Istituto Einaudi indirizzo Erica – Bassano del Grappa

Economia, lingue estere (inglese, tedesco, francese)

ITALIANO

buona capacità di lettura, scrittura ed espressione orale

buona capacità di lettura, scrittura ed espressione orale

Gestione delle relazioni terapeutiche con i pazienti e i familiari – pratica clinica e studio di specifiche tecniche di counseling e pnl

Gestione dei colloqui terapeutici con i bambini e i ragazzi

Pianificazione di interventi formativi, gestione autonoma di tutte le attività connesse all'organizzazione di una conferenza o corso (contatti con amministrazioni pubbliche, divulgazione, ...)