

CARBOIDRATI E DONNA. DALLA CARBOFOBIA ALL'INSULINO-RESISTENZA

Formazione a Distanza

10 Crediti ECM

Data inizio 27/4/2026 – Data fine 20/12/2026

Durata: 10 ore (Documentazione scientifica e slides 7 ore, approfondimento 3 ore)

Responsabile scientifica: Dott.ssa Arianna Rossoni

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

Professioni accreditate: Medico Chirurgo (tutte le discipline), Biologo, Dietista, Ostetrica, Farmacista, Psicologo, Infermiere

Il rapporto tra donne e carboidrati è da tempo attraversato da narrazioni semplificanti, paure dietetiche e approcci prescrittivi che rischiano di oscurare la complessità fisiologica e clinica del tema.

L'evento nasce con l'obiettivo di offrire una lettura integrata, aggiornata e critica del ruolo dei carboidrati nella salute femminile, attraversando ciclo mestruale, performance sportiva, fertilità, metabolismo e dimensione psicologica del comportamento alimentare.

Attraverso contributi multidisciplinari, l'incontro propone strumenti teorici e clinici per orientare l'intervento nutrizionale oltre gli approcci rigidi, promuovendo un pensiero flessibile, contestualizzato e realmente centrato sulla persona.

PROGRAMMA

Donne e carboidrati: la dolce liaison

Dott.ssa Arianna Rossoni

Equilibrio carboidrati e grassi e cyclesyncing: armonizzare la nutrizione alle fasi del ciclo

Dott.ssa Camilla Rota

Il monitoraggio glicemico continuo nelle donne non diabetiche: possibilità, rischi e nuove prospettive

Dott.ssa Chiara Priante

Atlete, performance e uso sensato dei carboidrati

Dott.ssa Myriam Patalano

Insulino-resistenza nella donna: le ricadute sulla fertilità

Dr.ssa Chiara Sabbadin

Condizioni cliniche di insulino-resistenza: restrizione glucidica e pensiero laterale

Dott.ssa Arianna Rossoni

Il "craving" di zuccheri: un approccio sensato

Dott.ssa Liana Cassone

Dall'effetto eubiotico alla modulazione metabolica: l'impiego della berberina nei dismetabolismi e nella PCOS

Dott. Alexander Bertuccioli

Omega-3 e infiammazione nell'equilibrio glicemico: applicazioni nella nutrizione funzionale della donna

Dott.ssa Sara Rucci

COGNOME	NOME	PROFESSIONE	DISCIPLINA	ENTE DI APPARTENENZA LIBERA PROFESSIONE	DESCRIZIONE ATTIVITA' PROFESSIONALE/FORMATIVA
BERTUCCIOLI	ALEXANDER	MEDICO CHIRURGO; BIOLOGO	NUTRIZIONE	LIBERO PROFESSIONISTA	ATTIVITA' AMBULATORIALE – DOMICILIARE – EVENTI SPORTIVI / MANIFESTAZIONI NUTRIZIONE SPORIVA, NUTRIZIONE CLINICA, FITOTERAPIA CLINICA, NUTRACEUTICA, ANTROPOMETRIA
CASSONE	LIANA	PSICOLOGIA	PSICOTERAPIA	LIBERO PROFESSIONISTA	STUDIO PRIVATO; Docente nell'ambito del progetto "Equilibrio Donna"
PATALANO	MYRIAM	BIOLOGO	NUTRIZIONE	LIBERO PROFESSIONISTA	STUDIO PRIVATO; RELATORE E AUTRICE DI PUBBLICAZIONI SCIENTIFICHE
PRIANTE	CHIARA	BIOLOGO	NUTRIZIONE	LIBERO PROFESSIONISTA	STUDIO PRIVATO; ASSOCIAZIONE LINFA
ROSSONI	ARIANNA	DIETISTA		LIBERO PROFESSIONISTA	STUDIO PRIVATO; DOCENTE E PROFESSIONISTA ESPERTA PER IL METODO APOLLO (APPROCCIO INTEGRATO PER LA CURA DELLA PSORIASI)
ROTA	CAMILLA	BIOLOGO	NUTRIZIONE	LIBERO PROFESSIONISTA	Educazione alimentare, indagini e assistenza nutrizionale oltre che di elaborazione di piani alimentari personalizzati
RUCCI	SARA	BIOLOGO	NUTRIZIONE	LIBERO PROFESSIONISTA	STUDIO PRIVATO, VALUTAZIONE DELLO STATO NUTRIZIONALE E DETERMINAZIONE DELLA DIETA OTTIMALE DI INDIVIDUI SANI O PATOLOGICI
SABBADIN	CHIARA	MEDICO CHIRURGO	ENDOCRINOLOGIA	Azienda Ospedale-Università Padova	Equipe medica Unità Operativa Complessa (UOC) di Endocrinologia

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 Accredитamento 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;

Arianna Rossoni, dietista, ha maturato esperienza attraverso tirocini formativi focalizzati sulla dietetica delle patologie renali e sulla nutrizione clinica presso l'ASL di Como, svolgendo attività ambulatoriale, educazione alimentare e occupandosi di alimentazione per la collettività. Dal 2011 ad oggi svolge attività di educazione alimentare tramite il suo sito web www.alimentazioneinequilibrio.it. Dal 2012 è libera professionista e collabora con medici e specialisti, oltre ad essere consulente dietetica presso il centro sportivo FIT-WELLNESS di Capriate S.G. (BG), dove interpreta dati di calorimetria ed impedenziometria. Ha inoltre collaborato con un ambulatorio ginecologico dal 2012 al 2017.

Possiede buone capacità comunicative (scritte e orali) e relazionali, sviluppate attraverso la gestione autonoma di ambulatori dietologici, interventi di educazione alimentare individuali e di gruppo, anamnesi alimentari e gestione della nutrizione artificiale a domicilio. Ha una buona interazione con i bambini e un'ottima predisposizione per l'educazione alimentare. Le sue capacità organizzative sono state acquisite durante gli studi universitari e i tirocini.

A livello tecnico, è competente nella valutazione antropometrica, nell'interpretazione di dati di calorimetria ed impedenziometria, e nell'utilizzo del pacchetto Office, internet, macOS X e le applicazioni iWork di Apple (Pages e Keynote).