

IL RITMO DEGLI ORMONI

Formazione a Distanza con tutoraggio
50 crediti ECM

Data inizio 25/9/2026 – Data fine 24/9/2027

Durata: 45 ore (lezioni video e slides 33 ore, approfondimento 12 ore)

Responsabili scientifici: Dott.ssa Arianna Rossoni

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

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

La salute femminile è spesso vista attraverso la lente di diagnosi, protocolli nutrizionali specifici e obiettivi di peso. La pratica clinica, però, ci mostra una realtà diversa, meno semplicistica: le donne attraversano fasi diverse della vita, con bisogni che cambiano nel tempo non solo da un punto di vista metabolico e ormonale, ma anche in relazione al rapporto con il cibo e con la propria immagine corporea. Essere professioniste-nutri che affiancano le donne richiede capacità di integrare conoscenze scientifiche, ascolto e personalizzazione dell'intervento nutrizionale.

“Il ritmo degli ormoni” è un percorso ECM avanzato e completo dedicato a professionisti che desiderano approfondire la salute della donna nelle diverse fasi della vita e nelle condizioni cliniche che più frequentemente incontrano nella pratica professionale. Dall'amenorrea alla PMOS, dall'endometriosi alla fertilità, dalla gravidanza alla menopausa, fino alle problematiche uro-ginecologiche ricorrenti come cistite e candida, senza trascurare la pratica sportiva non agonistica e il supporto nutrizionale in oncologia: il corso offre una panoramica ampia, aggiornata e altamente fruibile, grazie a consigli pratici e suggerimenti di comunicazione.

L'obiettivo della formazione non si limita a comprendere il ruolo della nutrizione nelle diverse condizioni di salute, ma mira a permettere l'acquisizione di strumenti concreti per affiancare le pazienti attraverso un counseling nutrizionale attivo, empatico e centrato sulla persona.

La vera novità del percorso risiede proprio nel suo approccio. In un panorama formativo che continua a interpretare gran parte della salute femminile attraverso la lente del peso corporeo, “Il ritmo degli ormoni” propone una prospettiva differente: un intero corso costruito secondo un modello non pesocentrico, che aiuti le professioniste a riconoscere quali interventi siano realmente supportati dalle evidenze e quali strumenti possano essere utilizzati oltre, o quando necessario in sostituzione, della semplice ricerca della perdita di peso.

Un percorso pensato per sviluppare uno sguardo più ampio sulla salute della donna, rafforzare il ragionamento clinico e costruire interventi nutrizionali sostenibili, rispettosi e fondati sulle migliori evidenze disponibili.

PROGRAMMA

1. Il ritmo degli ormoni

Dott.ssa Arianna Rossoni - Dietista

2. Amenorrea: una dieta, nessuna dieta?

Dott.ssa Arianna Rossoni - Dietista

Dott.ssa Liana Cassone - Psicologa psicoterapeuta

3. PMOS: dalla fisiopatologia alla nutrizione personalizzata

Dott.ssa Roberta Latifi - Biologa nutrizionista

4. Iperandrogenismo femminile: lo sguardo della medicina funzionale

Dr.ssa Federica Cavallini - Dermatologa

5. Endometriosi: il razionale della dietoterapia

Dott.ssa Camilla Rota - Biologa nutrizionista

Dott.ssa Sara Sguotti - Biologa nutrizionista

6. Menopausa: una nuova fase

Dott.ssa Arianna Rossoni - Dietista

7. Fertilità e alimentazione

Dott.ssa Simona Gatti - Biologa nutrizionista

8. Gravidanza e allattamento

Dott.ssa Elisa de Filippi - Biologa nutrizionista

9. Microbiota e donna

Dott.ssa Chiara Priante - Biologa nutrizionista

10. Cistite e candida

Dott.ssa Chiara Priante - Biologa nutrizionista

11. Oncologia femminile: prevenzione, terapia e sostenibilità

Dott.ssa Chiara Priante - Biologa nutrizionista

12. Alimentazione e sport al femminile: orientare l'intervento nutrizionale in modo semplice

Dott.ssa Camilla Rota - Biologa nutrizionista

Dott.ssa Sara Sguotti - Biologa nutrizionista

13. Un approccio sensato al dimagrimento e alla sostenibilità del cambiamento

Dott.ssa Arianna Rossoni - Dietista

14. Fitoterapia a supporto del femminile

Dott.ssa Nicole Puglisi - Erborista

COGNOME	NOME	PROFESSIONE	DISCIPLINA	ENTE DI APPARTENENZA LIBERA PROFESSIONE	DESCRIZIONE ATTIVITA' PROFESSIONALE/FORMATIVA
CASSONE	LIANA	PSICOLOGIA	PSICOTERAPIA	LIBERO PROFESSIONISTA	STUDIO PRIVATO; Docente nell'ambito del progetto "Equilibrio Donna"
CAVALLINI	FEDERICA	MEDICO CHIRURGO	DERMATOLOGIA	LIBERO PROFESSIONISTA	STUDIO PRIVATO
DE FILIPPI	ELISA	BIOLOGO	NUTRIZIONE	LIBERO PROFESSIONISTA	STUDIO PRIVATO; DOCENTE PRESSO MINI ACADEMY – SCUOLA DI NUTRIZIONE PEDIATRICA
GATTI	SIMONA	BIOLOGO	EMBRIOLOGIA UMANA APPLICATA	LIBERO PROFESSIONISTA	SENIOR CLINICAL EMBRYOLOGIST
LATIFI	ROBERTA	BIOLOGO	NUTRIZIONE	LIBERO PROFESSIONISTA	STUDIO PRIVATO
PRIANTE	CHIARA	BIOLOGO	NUTRIZIONE	LIBERO PROFESSIONISTA	STUDIO PRIVATO; ASSOCIAZIONE LINFA
PUGLISI	NICOLE	ERBORISTA		LIBERO PROFESSIONISTA	ERBORISTA E MINDFULNESS TRAINER
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
SGUOTTI	SARA	BIOLOGO	NUTRIZIONE	LIBERO PROFESSIONISTA	STUDIO PRIVATO

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;

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).