

MILANO

2 - 3 APRILE 2020

Nutri*mi*

XIV FORUM DI NUTRIZIONE PRATICA

Centro Congressi Stelline

Programma scientifico preliminare





Giovedì 2 aprile 2020 – SESSIONE PLENARIA

9.15 - 9.30 Saluti istituzionali

ALIMENTAZIONE TRA PIACERE E SALUTE: COSA STA CAMBIANDO?

9.30 – 11.15

ASPETTI BIOLOGICI E SOCIO-CULTURALI DEL “PIACERE DI MANGIARE”

Da “epicureo” a “viscerale”: il valore del piacere a tavola e il ruolo della convivialità mediterranea

Coniugare nutrizione e piacere: un aiuto dalla tecnica della *sensory imagery*

Piacere “consapevole” o *junk food*? I risultati di un’indagine nazionale multi-target

Discussione

PAUSA

11.30 – 13.15

GUSTO, ALIMENTAZIONE E SALUTE

Preferenza e scelta alimentare: il ruolo della genetica dei gusti

Quale ruolo per le determinanti genetiche della preferenza alimentare nella personalizzazione dietetica?

Ricerca traslazionale: come applicare il *know-how* in genetica per modulare le scelte del consumatore?

Discussione

13.15 – 14.15 **PRANZO**



Giovedì 2 aprile 2020 – SESSIONE PLENARIA

NOVITÀ DA ISTITUZIONI E SOCIETÀ SCIENTIFICHE

14.15 – 16.00 **TASSAZIONE ALIMENTARE: UNA MISURA DI SALUTE?**

Tassazione alimentare: quali evidenze per la salute dopo un decennio di applicazione?

Sugar tax – *Faccia a faccia con i protagonisti*

Discussione

PAUSA

16.15 – 18.00 **NUOVE LINEE GUIDA PASSO DOPO PASSO**

Linee guida per una sana alimentazione: come cambia la corretta alimentazione degli italiani dopo 15 anni di ricerche, acquisizioni e dibattiti

Novità sul calcolo del metabolismo basale, 100 anni dopo Harris & Benedict

Ristorazione scolastica, ospedaliera e assistenziale: quali nuove linee di indirizzo nazionale?

Discussione



Giovedì 2 aprile 2020 – SESSIONE PARALLELA 1

COMUNICAZIONE E RELAZIONE CON IL PAZIENTE

9.30 – 11.15 **NUOVE TECNICHE DI COUNSELLING E COACHING**

Favorire la compliance stimolando l'empatia: nuovi modelli relazionali applicati alla dietetica

Gestire la relazione di aiuto con le tecniche di mindfulness

Dai software alle app ai social: gli strumenti tecnologici a supporto della relazione con il paziente

Discussione

PAUSA

11.30 – 13.15 **DALLA RICERCA ALLA DIVULGAZIONE, TRA SCIENZA E PSEUDO-SCIENZA**

Preservare al meglio le proprietà delle verdure: tips pratici e *science-based* per migliorare l'alimentazione dei pazienti.

La disinformazione nutrizionale corre sui social: stato dell'arte e prospettive future

Divulgare la nutrizione nell'era delle *fake news*

Discussione

13.15 – 14.15 **PRANZO**



Giovedì 2 aprile 2020 – SESSIONE PARALLELA 1

NUTRIZIONE PEDIATRICA

14.15 – 16.00

PARENT COACHING PER L'EDUCAZIONE ALIMENTARE DEL BAMBINO

Sessione in corso di definizione

16.15 – 18.00

COPRIRE LE ESIGENZE DI UN ORGANISMO IN CRESCITA

Sessione in corso di definizione



Giovedì 2 aprile 2020 – SESSIONE PARALLELA 2

ALIMENTAZIONE E SALUTE DELLA DONNA

9.30 – 11.15 DALL'ETÀ FERTILE ALLA MENOPAUSA

Variazioni del fabbisogno di iodio nella vita della donna: ruolo della dieta

Prevenire e trattare l'osteoporosi con un'alimentazione mirata

La dieta salva-cuore: come ridurre il rischio femminile con l'alimentazione

Discussione

PAUSA

11.30 – 13.15 LA DIETA NELLE PATOLOGIE FEMMINILI

Endometriosi e PCOS: come può aiutare l'alimentazione?

Alimentazione e tumori: evidenze sul ruolo della dieta

Patologie autoimmuni e alimentazione: cosa sappiamo oggi?

Discussione

13.15 – 14.15 PRANZO



Giovedì 2 aprile 2020 – SESSIONE PARALLELA 2

CIBO E PSICOLOGIA

14.15 – 16.00 **I NUOVI DISTURBI DEL COMPORTAMENTO ALIMENTARE**

Tra *food addiction*, timori e allarmismi su nutrienti critici

Dalla “passione” per la corretta alimentazione all’ortoressia: i rischi e i nuovi strumenti per la diagnosi

Identità di genere, *self-perception* e DCA

Discussione

PAUSA

16.15 – 18.00 **DIETA, EMOZIONI, ETICA**

Semiotica dell’alimentazione nel 2020: quali stimoli stanno condizionando le nostre abitudini e attitudini alimentari?

Dieta ed “etica”: dovremmo diventare tutti vegetariani per salvare il pianeta?

Carne “senza carne” - *Dibattito sulla carne del futuro e le implicazioni per la dieta e la salute*



Venerdì 3 aprile 2020 – SESSIONE PLENARIA

INFIAMMAZIONE, ALLERGIE, INTOLLERANZE

9.30 – 11.15 ALIMENTAZIONE E PATOLOGIE INFIAMMATORIE

Composti antinfiammatori della dieta: a che punto è la ricerca?

Assunzione di AGEs: quali effetti su peso corporeo, stato infiammatorio e invecchiamento?

Dieta e disturbi intestinali: il ruolo centrale del microbiota

Discussione

PAUSA

11.30 – 13.15 REAZIONI AVVERSE AGLI ALIMENTI: COME ORIENTARSI?

Individuare e gestire le intolleranze alimentari: il decalogo ADI

Celiachia e disturbi associati al glutine: approcci dietetici attuali e futuri

Intervento in corso di definizione

Discussione

13.15 – 14.15 PRANZO



Venerdì 3 aprile 2020 – SESSIONE PLENARIA

DIETOTERAPIA E NUTRIZIONE CLINICA

14.15 – 16.00

DIETA IPOCALORICA: DALLA CHETOGENICA ALLA MEDITERRANEA, QUALI APPROCCI PER QUALI ESIGENZE

Dalla Dieta mediterranea alla nutrizione personalizzata

Qual è la dieta migliore per la gestione del peso e la salute?

Intervento in corso di definizione

Discussione

PAUSA

16.15 – 18.00

DIABESITY: NUOVI ORIZZONTI

Frutta secca e miglioramento del profilo lipidico e metabolico: quali evidenze sulle mandorle?

Cereali integrali e salute cardio-metabolica: quali evidenze sugli effetti della segale?

Alimenti ultra-processati: il grado di trasformazione alimentare può condizionare lo stato metabolico e ponderale?

Discussione



Venerdì 3 aprile 2020 – SESSIONE PARALLELA 1

ALIMENTAZIONE E ATTIVITÀ FISICA (I)

9.30 – 11.15 IL BOOST NUTRIZIONALE PRIMA E DOPO LA PERFORMANCE

Periodizzazione degli apporti nutrizionali per ottimizzare la performance: come modulare la dieta dello sportivo?

Nuovi interventi nutrizionali a supporto del running

Dieta e modulazione della risposta infiammatoria da sport di endurance: quali evidenze?

Discussione

PAUSA

11.30 – 13.15 DIMAGRIRE CON LO SPORT

Quali sport per quali taglie? Ruolo dell'attività fisica mirata ai fini del dimagrimento

Esercizio fisico, microbiota e peso corporeo

Intervento in corso di definizione

Discussione

13.15 – 14.15 PRANZO



Venerdì 3 aprile 2020 – SESSIONE PARALLELA 1

ALIMENTAZIONE E ATTIVITÀ FISICA (II)

14.15 – 16.00 ATTIVITÀ, SEDENTARIETÀ E PESO CORPOREO

Dieta chetogenica e sport: un binomio possibile?

Esercizio fisico e prevenzione cardio-metabolica: la forza delle evidenze

Frutta secca e attività fisica: quale, quanta e quando? Rassegna dei benefit nutrizionali

Discussione

PAUSA

16.15 – 18.00 SUPPLEMENTAZIONE E INTEGRAZIONE PER LO SPORT

Sessione in corso di definizione



Venerdì 3 aprile 2020 – SESSIONE PARALLELA 2

NUTRIZIONE PRATICA AL SUPERMERCATO

9.30 – 11.15 ETICHETTATURA E NUOVI PARADIGMI DELLA SCELTA ALIMENTARE

I prodotti alimentari visti attraverso l'occhio critico dei "profili nutrizionali": risultati di un'analisi della Commissione europea

Energia, grassi, proteine e zuccheri: dalla teoria alla pratica, criticità e nuove acquisizioni

Qualità nutrizionale dei prodotti venduti in Italia: occhio all'etichetta!

Discussione

PAUSA

11.30 – 13.15 ADDITIVI, RESIDUI, EFFETTO COCKTAIL: MANGIAMO IN-SICUREZZA?

Oltre la valutazione nutrizionale: il grado di lavorazione industriale come parametro di valutazione della qualità alimentare

Bio o non Bio? Questo è il dilemma
Dibattito multidisciplinare

Discussione

13.15 – 14.15 PRANZO



Venerdì 3 aprile 2020 – SESSIONE PARALLELA 2

TREND EMERGENTI IN NUTRIZIONE

14.15 – 16.00 SUPPLEMENTAZIONE ALIMENTARE E NOVEL FOOD: LE ULTIME TENDENZE

Superfood: meglio degli integratori?

La nutrizione nell'Antropocene tra dieta, salute dell'uomo e del pianeta: quale ruolo per gli insetti edibili?

Nuovi attributi nutrizionali dalle tecniche di gene-editing

Discussione

PAUSA

16.15 – 18.00 NUOVE FRONTIERE DELLA NUTRIZIONE

Sonno e alimentazione: due facce della stessa medaglia

L'evoluzione della professione verso il 2030: nuovi protagonisti e nuove competenze?

Dibattito multidisciplinare

Discussione