



PER LA TUA **FORMAZIONE**
LA SCELTA MIGLIORE



Inizio corso **01/01/2026**

Fine corso **31/12/2026**

Durata corso **2h**

Crediti **3.0 ECM**

Collana **Medicina**

Modello Didattico **Ebook**

Tutoraggio **Si**

Age.na.s **466847**



IN COLLABORAZIONE CON

CONSULCESI

PRODUCER



Nutrire il futuro: l'alimentazione nei primi 1000 giorni del bambino (ed.2026)

DESCRIZIONE DEL CORSO

I primi 1000 giorni di vita, ovvero il periodo che intercorre tra il concepimento e il secondo anno di un bambino, costituiscono una finestra temporale importante per sostenere lo sviluppo e la crescita. Questo periodo ha un forte impatto a breve e a lungo termine sulla salute e sul benessere dei bambini ed è fondamentale anche per la salute delle donne in gravidanza. Nel corso del tempo, la ricerca scientifica ha gradualmente messo in evidenza come la salute e il benessere del bambino e della donna non siano frutto del solo patrimonio genetico ereditato dai genitori, ma anche di comportamenti adottati nel periodo tra il concepimento e i due anni di vita del nascituro. Recentemente, si è sviluppato un grande interesse per l'epigenetica, una disciplina che studia il modo in cui l'ambiente può influenzare l'espressione genica, determinando cambiamenti che possono essere trasmessi ai figli. Quindi, non solo i fattori genetici, ma anche quelli ambientali e nutrizionali, durante questi primi 1000 giorni, possono avere effetti positivi sulla crescita del bambino, sullo sviluppo del cervello, sul tratto digestivo, sul metabolismo e sul sistema immunitario. Per questo motivo, una dieta ben bilanciata con nutrienti essenziali e di qualità ottimale, durante la prima infanzia e durante la gestazione, gioca un ruolo cruciale nella programmazione della futura salute del bambino.

FINALITA' DEL CORSO

Al termine del corso i partecipanti saranno in grado di riconoscere le abitudini dannose nella fase preconcezionale (con riferimento a entrambi i genitori), in gravidanza e in seguito alla nascita del bambino. Verranno trattati gli aspetti su cui gli studi e le società scientifiche si soffermano con particolare attenzione, tra cui quello della corretta alimentazione dei genitori, dei neonati e dei bambini. Si ribadirà il concetto che l'alimentazione esercita un'influenza sull'espressione dei geni e può





PER LA TUA FORMAZIONE LA SCELTA MIGLIORE

contribuire a diminuire o, al contrario, a favorire i fattori di rischio verso diverse malattie, come quelle cardiovascolari e metaboliche.

CARATTERISTICHE DEL CORSO

Il corso è fruibile in formato e-book. Per l'ottenimento dei crediti, è necessario il superamento di un test di verifica finale on-line. I formati e-book previsti sono "ePub" e "pdf".

OBIETTIVO FORMATIVO

Area: OBIETTIVI FORMATIVI TECNICO-PROFESSIONALI

23 - Sicurezza e igiene alimentari, nutrizione e/o patologie correlate

RESPONSABILI SCIENTIFICI

La dottoressa Marika Picardi svolge attività libero professionale in qualità di Biologa Nutrizionista elaborando piani alimentari personalizzati per pazienti adulti e pediatrici sulla base delle loro condizioni fisio-patologiche e stili di vita e seguendo il paziente nel percorso terapeutico al fine di stabilire un rapporto empatico che possa motivarlo, sostenerlo e educarlo alla corretta alimentazione. Si dedica all'attività di ricerca clinico-sperimentale presso l'Unità Operativa di Ematologia del Policlinico Gemelli per lo sviluppo farmaceutico di terapie in campo onco-ematologico. Ha svolto attività di ricerca medico-scientifica occupandosi di trascrittomica del trauma cranico, analisi delle modificazioni metaboliche in pazienti affetti da Sclerosi Multipla e del profilo metabolico di liquidi amniotici per lo screening delle malattie fetali attraverso metodica HPLC, con esperienza lavorativa in laboratori di ricerca universitari e centri diagnostici privati.

