



I corsi saranno tenuti dal personale della SC Dietetica e Nutrizione Clinica (Direttore Dott.ssa A. De Francesco) in collaborazione con l'Unità Interdipartimentale di Senologia Breast Unit (Responsabile Dott. C. De Sanctis) e la S.S. Medicina dello Sport TO1 (Responsabile Dott. G. Parodi)

### **RELATORI**

Dott.ssa E. Finocchiaro  
(specialista in Dietologia)

Dott.ssa M. Mistrangelo  
(specialista in Oncologia)

Dott.ssa P. Racca  
(specialista in Oncologia)

Dietista L. Brossa  
Dietista V. Caudera

Dietista T. Monge

Dott. G. Parodi  
(specialista in Medicina dello Sport)

**SEGRETERIA  
ORGANIZZATIVA  
INFERMIERE  
BREAST UNIT**

TEL. 011/6335758

Portare al primo incontro  
N.1 impegnativa  
del medico curante recante la  
seguinte dicitura:  
“TRAINING GRUPPI  
(COLLETTIVO)  
CICLO DI TRE INCONTRI”  
codice esenzione ticket



**CORSI DI  
EDUCAZIONE  
ALIMENTARE**

***QUANDO GLI  
ALIMENTI AIUTANO  
LA TERAPIA***



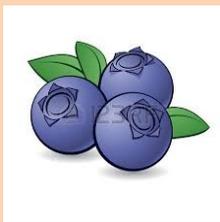
**SEDE: AULE  
P.O. SAN GIOVANNI  
BATTISTA DI TORINO  
(MOLINETTE)**



*Diversi studi scientifici evidenziano come il sovrappeso e lo stile di vita sedentari possano contribuire allo sviluppo di malattie cronico—degenerative.*

*L'obesità è anche associata ad un assetto ormonale e metabolico che favorisce la crescita tumorale.*

*Un cambiamento dello stile di vita con riduzione dei grassi e degli zuccheri semplici nella dieta ed un'adeguata attività fisica possono contribuire a raggiungere un buono stato di salute, anche attraverso un nuovo equilibrio alimentare.*



## **OBIETTIVI**

### **Il corso è suddiviso in quattro lezioni**

#### **LEZIONE 1:**

motivazioni alla base del cambiamento dietetico

#### **LEZIONE 2:**

linee guida per una sana alimentazione

e lettura delle etichette dei prodotti del commercio

#### **LEZIONE 3:**

indicazioni riguardo l'attività fisica migliore

#### **LEZIONE 4:**

dalla teoria alla pratica quotidiana



**ORARIO: 13,30 – 16**

**DATE**

#### **EDIZIONE 1**

LEZIONE 1	10/01/2017
LEZIONE 2	17/01/2017
LEZIONE 3	24/01/2017
LEZIONE 4	31/1/2017

#### **EDIZIONE 2**

LEZIONE 1	07/032017
LEZIONE 2	14/03/2017
LEZIONE 3	21/03/2017
LEZIONE 4	28/03/2017

#### **EDIZIONE 3**

LEZIONE 1	09/05/2017
LEZIONE 2	16/05/2017
LEZIONE 3	23/05/2017
LEZIONE 4	30/05/2017

#### **EDIZIONE 4**

LEZIONE 1	12/09/2017
LEZIONE 2	19/09/2017
LEZIONE 3	26/09/2017
LEZIONE 4	03/10/2017

#### **EDIZIONE 5**

LEZIONE 1	07/11/2017
LEZIONE 2	14/11/2017
LEZIONE 3	21/11/2017
LEZIONE 4	28/11/2017

