



E.C.M.  
Commissione Nazionale Formazione Continua



BSForm

Provider E.C.M. n° 6877

# Fame fisiologica e fame emotiva: approccio psico-nutrizionale.

Insegnare al paziente a riconoscere, distinguere e gestire la fame.

6/11/21  
13/11/21  
20/11/21

Durata  
**12 ore**

Crediti ECM  
**18**

Quota di  
partecipazione  
**165€**

**Resp. Scientifico**  
Dott.ssa Vittoria Giannini

Dietista - Biologo Nutrizionista

**Docenti**

Dott.ssa Vittoria Giannini

Dietista - Biologo Nutrizionista

Dott.ssa Jessica Ciofi

Psicologa - membro del comitato scientifico  
dell'Osservatorio Nazionale Abusi Psicologici  
(ONAP)





## Professioni ammesse

Biologo, Dietista, Psicologo, Medicina generale, Medicina interna, Medicina dello sport, Medicina di comunità, Pediatria, Scienza dell'alimentazione.

## Razionale del corso

Riconoscimento e trattamento di casi borderline non inquadrabili nella sfera dei disturbi del comportamento alimentare; riconoscimento fame emotiva e fame fisiologica; trattamento fame emotiva e fame fisiologica.

Il corso partendo dall'inquadramento dei concetti di fame e sazietà sia dal punto di vista organico che da quello psicologico, intende fornire strumenti utili ai partecipanti per una ristrutturazione della comunicazione con i pazienti, finalizzata ad una maggiore efficacia del trattamento che si va a proporre.

A tal fine verrà proposta una "cassetta degli attrezzi" composta di tecniche e strumenti idonei nelle varie situazioni che verranno proposte anche attraverso la discussione di casi clinici reali portati sia dalle docenti che dai partecipanti.

## Competenze acquisite

Capacità di orientare e sostenere il paziente nel percorso nutrizionale; capacità di gestire e far aderire il paziente alla dietoterapia; acquisizione di strategie pratiche per elaborare piani nutrizionali, volte al superamento delle problematiche emotive collegate al cibo; ascolto attivo in base alle caratteristiche del paziente, comprensione degli aspetti psicologici legati alla riuscita del trattamento.

## Programma

- 1) I cinque sensi (tatto, gusto, udito, vista, olfatto) e gli impulsi neurologici
- 2) Senso di fame e sazietà: leptina e grelina, pathway ormonali, accenni di neurologia e fisiologia dell'apparato gastro-enterico (asse cervello-intestino) - approccio nutrizionale
- 3) Senso di fame e sazietà: approccio psicologico
- 4) Obiettivi della riabilitazione psico-nutrizionale
- 5) Riconoscimento: individuazione del problema e del meccanismo di innesco
- 6) Comunicazione: l'importanza della relazione terapeutica
- 7) Educazione alimentare: il ruolo del professionista della nutrizione
- 8) Strategie pratiche per la gestione della fame
- 9) Ruolo del team multidisciplinare: psicologo e nutrizionista
- 10) Esempi di ricette per pazienti in fase di dieta ipocalorica (immagini annesse)
- 11) Discussione casi clinici