



PIANO FORMATIVO

Master universitario di Secondo livello in

Stress, sport, nutrizione: nuovi approcci diagnostici e terapeutici per wellness. Fitness, prevenzione e riabilitazione (cod. 16120)

1	Anno accademico	2023-2024
2	Direttore	Prof.ssa Rita Businaro
3	Consiglio Didattico Scientifico	Rita Businaro, Clara Nervi, Alessandro Pinto, Andrea Fuso, Mariano Serrao
4	Delibera di attivazione in Dipartimento	02/05/2023
5	Data di inizio delle lezioni	01/02/2024
6	Calendario didattico	Le lezioni si svolgeranno il sabato (secondo calendario da definire direttamente con gli iscritti) Presso le strutture di Sapienza Università di Roma. I tirocini presso strutture convenzionate e presso istituti universitari (secondo calendario da concordare)
7	Eventuali partner convenzionati	Studi medici professionali convenzionati
8	Requisiti di accesso	Medicina e Chirurgia LM-41 Biologia LM-6 Biotechnologie mediche, veterinarie e farmaceutiche LM-9 Farmacia e farmacia industriale LM-13 Organizzazione e gestione dei servizi per lo sport e le attività motorie LM-47 Psicologia LM-51 Scienze dalla natura LM-60 Scienze della nutrizione umana LM-61 Scienze e tecniche dello sport LM-68 Scienze e tecniche delle attività motorie preventive e adattative LM-67
9	Prova di selezione	Non prevista (selezione per titoli)
10	Sede attività didattica	Sede di Roma, Centro Sportivo Sapienza
11	Stage	Dipartimento di Scienze e Biotechnologie Medico-Chirurgiche Dipartimento di Medicina Sperimentale Centro di medicina integrata Stella Maris Studi professionali convenzionati
12	Modalità di erogazione della didattica	mista



13	Finanziamenti esterni, esenzioni, agevolazioni o riduzioni di quota	Si <ul style="list-style-type: none">• Borse INPS Master Executive:• n. 3 Borse di 1.200 euro ciascuna finanziate dalla Federazione Nazionale degli Ordini dei Biologi destinati a iscritti all'albo dei biologi;
14	Contatti Segreteria didattica	Indirizzo Corso della Repubblica 79. 04100 Latina Telefono 3385951659 e-mail rita.businaro@uniroma1.it

Piano delle Attività Formative

Il Piano formativo è redatto considerando che le attività didattiche frontali e le altre forme di studio guidato o di didattica interattiva devono essere erogate per una durata non inferiore a 300 ore distribuite, di norma, nell'arco di almeno 6 mesi.

Il Piano formativo può prevedere che il Master sia erogato in tutto o in parte utilizzando forme di didattica a distanza o in lingua diversa dall'italiano.

Il numero minimo di Cfu assegnabile ad una attività è 1 e non è consentito attribuire Cfu alle sole ore di studio individuale.

In caso di attività (moduli) che prevedano più Settori Scientifici Disciplinari sono indicati dettagliatamente il numero di Cfu per ognuno di essi.

Denominazione attività formativa	Obiettivi formativi	Docente	Settore scientifico disciplinare (SSD)	CFU	Tipologia	Verifica di profitto (Se prevista, e modalità)
Modulo I: Base	<p>Organizzazione morfo-funzionale del sistema nervoso, del sistema immunitario, dell'apparato muscolo-scheletrico e loro interazioni</p> <p>Movimento e neurogenesi</p> <p>Epigenetica: nozioni di base e meccanismi molecolari</p> <p>Neuroimmunofarmacologia con particolare riferimento all'immunità innata; Microglia: Recettori</p>	<p>Prof.ssa Rita Businaro Prof. Andrea Fuso Docenti esterni da nominare Prof.ssa Clara Nervi Docenti esterni da nominare Prof. Alessandro Pinto</p>	<p>BIO/16 BIO/12 BIO/14 BIO/17 MED/04 MED/09 MED/49 MED/26</p>	3,1,2,1,4,1,4,1	Lezioni, Esercizi, Seminari	<p>Prevista</p> <p>Quiz a scelta multipla, prove orali</p>

	<p>dopaminergici, Recettori adrenergici</p> <p>Cellule staminali e stress</p> <p>Neuroimmunomodolazione: stress e sistema immunitario</p> <p>Emozioni e Sistema immunitario</p> <p>Matrice extracellulare e dismetabolismo</p> <p>Stress e malattie immuno-mediate</p> <p>Immunometabolismo</p> <p>Malattie cardiovascolari e stress</p> <p>Overtraining</p> <p>Stress e nutrizione</p> <p>Sindrome metabolica: prevenzione e aspetti nutrizionali Aspetti funzionali della dieta mediterranea</p> <p>Stress e disturbi del sonno</p>					
--	---	--	--	--	--	--

<p>Modulo II: Diagnostico- applicativo</p>	<p>Ormoni dello stress e pathways cellulari implicati</p> <p>Mediatori dell'inflammation: citochine, adipochine, matrikine</p> <p>Meccanismi epigenetici nelle patologie stress-correlate</p> <p>Dieta chetogenica e malattie del sistema nervoso centrale</p> <p>Analisi della composizione corporea nella Sindrome Metabolica e nelle patologie stress-correlate</p> <p>Analisi del sistema nervoso autonomo mediante pletismografia</p> <p>Genetica e orientamento allo sport dilettantistico e agonistico</p> <p>Biomarcatori nella Sindrome Generale di Adattamento (GAS): NET, SERT, DAT, BDNF, COMT, NPY</p> <p>Ruolo dell'analisi quantitativa del movimento e della sedentarietà nei</p>	<p>Prof.ssa Rita Businaro Prof. Alessandro Pinto Prof. Andrea Fuso Prof. Mariano Serrao Docenti esterni da nominare</p>	<p>BIO/16 BIO/12 MED/26 MED/49 BIO/18 MED/26 MED/25</p>	<p>2,2,1,4,5,1,5</p>	<p>Lezioni, Esercizi, Seminari</p>	<p>Prevista Quiz a scelta multipla, prove orali</p>
--	---	---	---	----------------------	------------------------------------	---

	<p>disturbi alimentari, in riabilitazione e nello sport</p> <p>Stress e disturbi del comportamento alimentare</p> <p>L'endofenotipo nei disturbi del comportamento alimentare</p>					
<p>Modulo III: AGGIORNAMENTI SULLA RICERCA APPLICATA E SUI NUOVI APPROCCI TERAPEUTICI</p>	<p>Meccanismi epigenetici indotti dai cibi</p> <p>Predisposizione genetica a malattie multifattoriali Impatto di fattori ambientali nelle malattie metaboliche</p> <p>Nutraceutica</p> <p>Malattie da stress metabolico e supplementi naturali</p> <p>Microbiota e alimentazione</p> <p>Microbiota e sistema immunitario</p> <p>Microbiota e patologie cronico-degenerative</p> <p>Attività fisica e salute mentale: ormesi</p>	<p>Prof.ssa Rita Businaro Prof. Andrea Fuso Docenti esterni da nominare</p>	<p>BIO/12, BIO/18, BIO/15, MED/04 MED/25</p>	<p>1,2,2,2</p>	<p>Lezioni, Esercitazioni, Seminari</p>	<p>Prevista Quiz a scelta multipla, prove orali</p>

	<p>I primi mille giorni...per il benessere del futuro.</p> <p>Pathways molecolari e esiti comportamentali</p>					
<p>Modulo IV: NUOVI APPROCCI PER LA VALUTAZIONE E IL TRATTAMENTO DELLO STRESS E DELLE PATOLOGIE STRESS-CORRELATE</p>	<p>Attività fisica: riduzione stress e blocchi emotivi</p> <p>Percezione dello stress</p> <p>Relazione tra stress, salute e malattia: differenze individuali</p> <p>Strategie di prevenzione dello stress</p> <p>Strategie cognitive, emotive e comportamentali nella gestione dello stress</p> <p>Strategie di coping</p> <p>Strumenti di valutazione dello stress in ambito individuale, in contesti lavorativi e organizzativi</p>	<p>Docenti esterni da nominare</p>	<p>M-EDF/01</p> <p>M-EDF/02</p> <p>M/PSI/08</p>	<p>5</p>	<p>Lezioni, Esercizi, Seminari</p>	<p>Prevista</p> <p>Prove orali</p>
<p>Tirocinio/Stage</p>	<p>Approfondimenti teorico-pratici Uso strumentazione dedicata</p>		<p>SSD non richiesto</p>	<p>5</p>	<p>Soggetti ospitanti, sedi e organizzazione</p> <p>Dipartimento di Scienze e Biotecnologie Medico-Chirurgiche</p> <p>Dipartimento di Medicina Sperimentale</p> <p>Centro di medicina integrata</p> <p>Stella Maris</p> <p>Studi professionali convenzionati</p>	

Altre attività	Seminari di approfondimento su regimi nutrizionali e strumentazione per l'analisi della composizione corporea e del SNA	SSD non richiesto	1	<i>Seminari, convegni ecc...</i>
Prova finale	<i>Elaborato, tesi, project work ecc..</i>	SSD non richiesto	5	<i>Elaborato, tesi, project work ecc.</i>
TOTALE CFU			60	