



**Rendiconto consuntivo (art. 8, co. 2, lett. a del Regolamento Master)  
per l'attivazione a.a. 2023-2024**

Dipartimento Scienze e Biotecnologie Medico-Chirurgiche

Facoltà Farmacia e Medicina

Master di II livello in **“Stress, sport, nutrizione: nuovi approcci diagnostici e terapeutici per wellness, fitness, prevenzione e riabilitazione”**

**RELAZIONE SULLE ATTIVITÀ DIDATTICHE E SUGLI ESITI FORMATIVI  
RELATIVA ALL'ULTIMA EDIZIONE CONCLUSA** (anno accademico 2021-2022)

| <b>Iscritti</b>                                                                    | <b>n. 7</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Tasso di conseguimento titolo</b>                                               | <b>100%</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>Attività didattiche svolte (con particolare riferimento a stage e tirocini)</b> | <p>Lezioni frontali integrate tra specialisti di settori diversi con particolare riguardo alla psiconeuroimmunologia, alla nutrizione, all'epigenetica, alle scienze motorie.</p> <p>Stages presso laboratori di ricerca e ambulatori clinici per la diagnostica e la terapia delle patologie stress-correlate e dismetaboliche</p> <p>Tirocinio pratico individuale con personal trainers per apprendere le tecniche più adatte al recupero dell'efficienza fisica e mentale</p>                                                                                                       |
| <b>Risultati formativi raggiunti</b>                                               | <p>Attraverso la conoscenza di una corretta condotta alimentare e di un sano stile di vita è possibile prevenire e curare le principali patologie cronico-degenerative, che riconoscono come fattore predisponente uno stato di infiammazione cronica di basso grado.</p> <p>Consapevolezza che le più frequenti malattie croniche invalidanti sono principalmente su base stressogena, infiammatoria, dismetabolica, e da eccessiva sedentarietà.</p> <p>Conoscenze sull'esposoma ambientale.</p> <p>Messa a punto di protocolli per il miglioramento delle performances cognitive</p> |



|                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                           | <p>grazie allo stimolo della neurogenesi da parte di nutrienti specifici e di attività fisica.</p> <p>Ruolo dell'epigenetica.</p>                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>Impegno dei docenti</b>                                | <p>Tutti i docenti hanno approvato ed apprezzato in pieno il percorso comune e hanno incrementato i seminari di approfondimento interdisciplinare nel loro specifico ambito didattico, impegnandosi in un percorso interattivo continuo con gli iscritti.</p> <p>Lezioni registrate sono state rese disponibili agli iscritti sulla pagina e-learning del master.</p> |
| <b>Analisi delle opinioni degli studenti frequentanti</b> | <p>Il test di gradimento didattico ha dato per tutti gli iscritti esito positivo indicando un particolare apprezzamento per le attività pratiche</p>                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Analisi degli esiti occupazionali</b>                  | <p>La totalità degli iscritti ha affermato che il Master ha migliorato sensibilmente l'approccio ai loro pazienti ed ha permesso ai neolaureati di inserirsi con migliori opportunità nel mondo del lavoro</p>                                                                                                                                                        |

Il Direttore del Master  
Prof.ssa Rita Businaro