



ESPERTO NEL MIGLIORAMENTO DELLO STILE DI VITA LIFESTYLE TRAINER

Il Corso offre un percorso formativo professionalizzante che permette di acquisire competenze nel campo della facilitazione al miglioramento degli stili di vita. L'Esperto nel miglioramento dello stile di vita noto in Europa come Lifestyle Trainer ha le competenze per facilitare il cambiamento verso comportamenti salutari, per educare il paziente ad adottare un'alimentazione corretta e una attività fisica adeguata ad un sano stile di vita. Conosce le tecniche di gestione dello stress ed è in grado di motivare il paziente a modificare le abitudini alimentari e i livelli di attività fisica. Sa valutare e mantenere la motivazione al cambiamento, utilizzando modalità adeguate alla presa di coscienza e alla responsabilizzazione. Collabora con le figure professionali coinvolte nella prevenzione e/o nella cura delle malattie croniche non trasmissibili o del benessere (come, ad esempio l'obesità, la sindrome metabolica, il diabete mellito tipo 2, la steatosi epatica non alcolica, la sindrome delle apnee ostruttive) che rappresentano l'86% dei decessi (OMS), dovute principalmente a stili di vita non salutari e quindi modificabili con l'aiuto di questa nuova figura professionale

COMPETENZE ACQUISITE:

- Aiuta la persona ad adottare un'alimentazione salutare mantenendo un peso ottimale, a praticare una sana attività fisica e a gestire lo stress.
- Educa e motiva la persona alla modificazione di vari aspetti del suo stile di vita che possono ostacolare il raggiungimento di un buono stato di salute.
- Conosce e valuta i fattori fisici, biologici, sociali, culturali, emotivi della vita del paziente che interferiscono con il cambiamento, sapendolo guidare al raggiungimento e mantenimento degli obiettivi, anche facilitando la comunicazione tra pazienti, personale sanitario e familiari.
- Presenta piani educativi e preventivi nel pubblico e nel privato, coadiuva il personale sanitario, gli educatori, gli esperti del mondo dello sport e dell'informazione.

REQUISITI DI AMMISSIONE: Lauree triennali e Lauree magistrali e magistrali a ciclo unico conseguite ai sensi del DM 270/04 nelle seguenti classi: Medicina e Chirurgia; Lauree dell'area sanitaria; Scienze Biologiche; Filosofia; Scienze della Comunicazione; Scienze dell'educazione e della formazione; Scienze e tecniche psicologiche; Scienze delle attività motorie e sportive; Scienze della nutrizione umana; Servizio sociale e politiche sociali; o lauree di primo ciclo o di secondo ciclo o ciclo unico di ambito disciplinare equivalente, eventualmente conseguite ai sensi degli ordinamenti previgenti (DM 509/99 e Vecchio Ordinamento).

CREDITI FORMATIVI: Diploma Universitario di Corso di Alta Formazione. 20 CFU, crediti ECM secondo la normativa vigente.

CONSIGLIO SCIENTIFICO

Direttore Prof. Giulio Marchesini, Dr. Riccardo Dalle Grave

TUTOR E COORDINATRICE: Dott.ssa Manuela Fantinelli

DURATA: 4 seminari intensivi di 3 giorni

SEDE: Università di Bologna, Policlinico S.Orsola

TERMINE ULTIMO ISCRIZIONE: 22 Dicembre 2014

QUOTA DI ISCRIZIONE: EURO 1.900

INFORMAZIONI: Cristina Tel 393.7773777

E-mail: cristina@almatu.it - www.istitutopinus.it

BANDO: www.unibo.it/it/didattica/corsi-di-alta-formazione

