

La prevenzione del disagio giovanile attraverso la costruzione di stili di vita sostenibili

12/26 aprile 3/10/17/24 maggio

Ore 16.00-18.00

Formazione online

Esperti

Nicola Malpighi – Emanuele Goldoni

Saranno trattate le seguenti tematiche:

Problematiche principali legate ad uno scorretto stile di vita: obesità, diabete, sindrome metabolica, tumori

Conoscenze di base sui macro e micronutrienti e consigli su come scegliere gli alimenti attraverso la lettura delle etichette nutrizionali

Problematiche correlate a digiuni alimentari, diete troppo restrittive, eccessi di alimenti ad alta densità calorica, abuso di alcolici

Esempio di giornata alimentare corretta (specialmente per ragazzi in età scolastica)

Ipcinesia in età scolare e prescolare e insorgenza di problematiche strutturali

Ominizzazione e umanizzazione

Ipcinesia. Postura: apparati e sistemi coinvolti

Paramorfismi e dimorfismi: descrizione e spiegazione delle principali problematiche



*>Lorem ipsum dolor sit amet,
consectetur adipisicing elit, sed do eiusmod tempor
incididunt ut labore et dolore magna aliqua.
Ut enim ad minim veniam, quis nostrud exercitation.*

Iscrizioni sulla Piattaforma Sofia al codice 104085 entro il 31/03/2022

I docenti a tempo determinato potranno iscriversi inviando una mail al seguente indirizzo:

mois00200c@istruzione.it