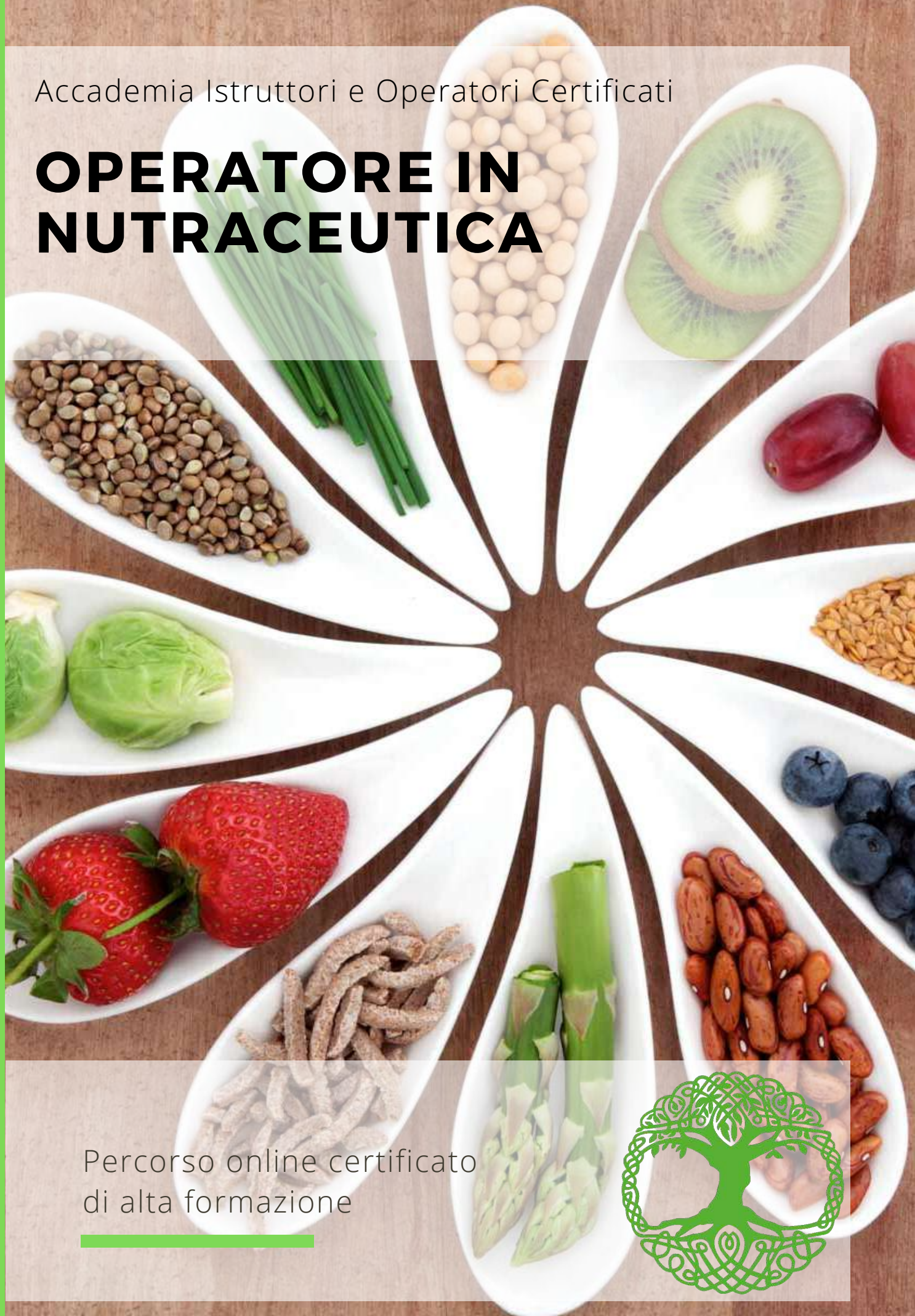


Accademia Istruttori e Operatori Certificati

# OPERATORE IN NUTRACEUTICA



Percorso online certificato  
di alta formazione



# LA NUTRACEUTICA

---



Il termine Nutraceutica nasce dall'unione di due parole, "nutrizione" e "farmaceutica"; la Nutraceutica è quindi una scienza che permette di conoscere tutti i componenti e i principi attivi degli alimenti che hanno effetti positivi per la salute, per la prevenzione e per il trattamento delle malattie.

Il concetto base della Nutraceutica è che ci si deve curare con il cibo, anziché mangiare e poi curarsi a causa di un disequilibrio energetico.

La Nutraceutica ha l'importante compito di individuare quali componenti presenti nei cibi siano responsabili degli effetti benefici per l'organismo. La maggior parte delle sostanze Nutraceutiche hanno origine vegetale e si trovano nella frutta e nella verdura, nelle proteine di soia, nelle fibre e nei polifenoli.



# GLI OBIETTIVI

---

L'Operatore Nutraceutico è il professionista che della Nutraceutica ne conosce tutti i segreti per trasformare la conoscenza del cibo in salute. L'Operatore, durante in nostro corso, studia gli estratti di piante, di animali, di minerali e di microrganismi impiegati come Nutrienti. Il compito dell'Operatore è conoscere gli effetti dei Nutraceutici sul mantenimento del benessere e sulla prevenzione: il corso va quindi ad approfondire quali Nutraceutici sono adatti per l'Apparato Cardiovascolare, per il Metabolismo dei grassi, per la gestione del sovrappeso e l'obesità, per il Diabete, per il benessere del Fegato, per l'Apparato Gastrointestinale, per la Vista, per l'Apparato Osteo-Articolare, per l'Apparato Riproduttivo ed Urinario, per il tono dell'umore ed il sonno e per l'Apparato Respiratorio. I prodotti studiati dalla Nutraceutica sono indicati anche per l'oncologia e sono stati creati anche Nutraceutici antiossidanti ed anti-aging.

Il futuro Operatore Nutraceutico si avvale inoltre della conoscenza della Nutrigenomica, ossia della nuova scienza multidisciplinare che studia gli effetti degli alimenti e dei nutrienti sull'espressione genetica, integrando la genetica alla scienza della nutrizione

Il corso è professionalizzante ed è rivolto a coloro che vogliono accompagnare l'individuo verso un processo di maggiore conoscenza del cibo per la propria salute.

Il corso è rivolto altresì a chi desidera venire a conoscenza della Nutraceutica per cambiare totalmente stile di vita, partendo dal cibo.

Alla fine del corso, l'Operatore specializzato in Nutraceutica avrà le competenze per avviare una propria attività a livello professionale.

# LE CARATTERISTICHE

---

- Il corso dura 250 ore di studio e si svolge completamente online. Il corso è composto da video lezioni accessibili 24 ore su 24 e da tutto il materiale didattico in digitale da scaricare.
- Al termine del corso si dovranno sostenere delle prove d'esame da svolgere online.
- Il corso è riconosciuto da IICT (International Institute for Complementary Therapist) e fornisce un riconoscimento ufficiale che permette di praticare come Operatore Certificato riconosciuto a livello internazionale.
- Siamo PROVIDER ECP (Educazione Continua Professionale) riconosciuti da Holistica CEPRAO, Associazione di Categoria Professionale, che ne garantisce la qualità e la validità su tutto il territorio nazionale. Il corso permette di ottenere 37,5 crediti formativi ECP per il mantenimento dell'abilitazione degli operatori in campo olistico e del Benessere.
- Il corso rilascia un attestato di partecipazione valido anche all'estero, grazie al riconoscimento dato da un ente internazionale che garantisce la qualità e la professionalità della formazione.
- Il compito dell'Associazione di Categoria è quello di garantire alti standard qualitativi e di qualificazione professionale all'utenza. Per questo motivo abbiamo deciso di far riconoscere i nostri corsi: non solo per garantire ai nostri studenti una formazione seria e professionalizzante, ma per dar modo a loro di presentarsi ai propri clienti con le migliori competenze riconosciute.

# GLI ARGOMENTI

---

## **Introduzione alla Nutraceutica**

- o Definizione
- o campi di applicazione
- o caratteristiche
- o prevenzione normativa

## **Alimenti funzionali**

- o Definizione
- o Funzioni
- o Caratteristiche
- o Benefici
- o Esempi pratici

## **Integratori alimentari**

- o Definizione
- o Funzioni
- o Classificazione
- o Caratteristiche generali
- o Controindicazioni

## **Nutraceutici**

- o Definizioni
- o Caratteristiche
- o Tipologie
- o funzioni e classificazione
- o Health claims e normative

## **Nutraceutici per l'apparato Cardiovascolare**

- o Caratteristiche anatomo-fisiologiche
- o Principali patologie
- o MUFA, PUFA, omega-3 (EPA, DHA, ALA), fibre alimentari, vitamina B9, vitamina C, vitamina D, vitamina E, Coenzima Q10, flavonoidi, licopene, acido alfa-lipoico, berberina, riso rosso fermentato, steroli vegetali, proteine della soia, policosanoli, escina, astaxantina, Ortosiphon, beta-glucani

## **Nutraceutici per il metabolismo dei grassi**

- o Caratteristiche anatomo-fisiologiche
- o Monacolina, berberina, policosanoli, fitosteroli, gamma-orizanolo, acido ursolico, teobromina, EGCG, Citrus aurantium

## **Nutraceutici per la gestione del sovrappeso e l'obesità**

- o Caratteristiche cliniche
- o Dati epidemiologici
- o Tè verde, Citrus aurantium, capsaicina, fibre alimentari, peptidi ed aminoacidi, glucomannano, griffonia, chitosano, berberina, faseolamina, probiotici, Garcinia, Cissus, Curcumina, cannella, cromo

## **Nutraceutici per il diabete**

- o Caratteristiche cliniche
- o Tipologie, sintomi, diagnosi e terapie.
- o Fibre alimentari, polifenoli, berberina, derivati della cannella, banaba, ginsenoidi, Cromo, fieno greco, melone amaro e curcuma

## **Nutraceutici per il benessere del fegato**

- o Caratteristiche anatomo-fisiologiche
- o Cardo mariano, carciofo, tarassaco, curcumina, rabarbaro

## **Nutraceutici per l'apparato gastrointestinale**

- o Caratteristiche anatomo-fisiologiche
- o Flora batterica intestinale
- o Prebiotici (inulina e FOS), probiotici (L. acidophilus, L. reutheri, S. boulardii, B. longum), fibre solubili ed insolubili
- o Aloe vera, arnica, mirra, garofano, angelica, chelidonia, genziana, cumino, curcuma, camomilla, liquirizia, papaya, ananas, zenzero, finocchio, senna, guar, psyllium, boswellia, menta, melissa

## **Nutraceutici per la vista**

- o Nozioni sull'apparato visivo
- o Carotenoidi (luteina, zeaxantina, astaxantina), mirtillo nero ed omega-3

## **Nutraceutici per l'apparato osteo-articolare**

- o Caratteristiche anatomo-fisiologiche
- o Principali patologie correlate all'età.
- o Glucosamina solfato, condroitin solfato, acido ialuronico, MSM, calcio, vitamina D, curcumina, boswellia serrata, picnogenolo, arnica, arpagofito e vitamina C

## **Nutraceutici per l'apparato riproduttivo ed urinario**

- o Caratteristiche anatomo-fisiologiche
- o Ciclo mestruale, fecondazione e cause di infertilità
- o Vitamine B, C, A, D, E, acido folico, omega-3, calcio, ferro, zinco, magnesio, inositolo, cannella, escina, caffeina, magnolia, centella, loto, glutazione, NAC, coenzima Q1, licopene, Serenoa Repens, semi di zucca, uva ursina, mirtillo rosso, D-mannosio, betulla, gramigna, ortosiphon, equisetolo

## **Nutraceutici per il tono dell'umore ed il sonno**

- o Caratteristiche anatomo-fisiologiche
- o Triptofano, vitamina B6, melatonina, valeriana, ibericina, teanina, camomilla, melissa, passiflora, escolzia

## **Nutraceutici per l'apparato respiratorio**

- o Caratteristiche anatomo-fisiologiche
- o Afezioni comuni delle vie aeree
- o Curcumina, resveratrolo, bromelina, zinco, selenio, vitamina C, astragalo, echinacea, timo, N-acetilcisteina, Eucalipto

## **Nutraceutici antiossidanti ed anti-aging**

- o Vitamine A, C ed E, licopene, selenio, coenzima Q10, polifenoli, antociani, resveratrolo, curcumina, acido alfa-lipoico, melograno e bacche, crucifere, zenzero, piper nigrum, acido folico e ginkgo biloba

## **Nutraceutici per l'oncologia**

- o Caratteristiche biologiche dei tumori
- o Vitamine C ed A, polidatina, resveratrolo, Boswellia serrata, Indolo-3-carbinolo e sulfurafano, curcuma, EGCG, alfa e beta-glucani da funghi, omega-3, lattoferrina

## **Nozioni essenziali di nutrigenomica**

# IL TEST ONLINE

---

L'esame finale per ottenere la certificazione di Operatore Certificato si sviluppa in due parti:

## **1 - ELABORATO SCRITTO**

Consiste nel redigere una breve tesina scritta, relativa ad un caso studio presentato dal docente, in cui devono essere applicati i trattamenti studiati durante il corso.

## **2 - TEST INFORMATIZZATO A SCELTA MULTIPLA**

Consiste in un questionario con domande a risposta multipla, da svolgere sulla nostra piattaforma online. L'accesso al test è univoco e avrai a disposizione un tempo limitato.

# RICONOSCIMENTI

---

- Grazie ai riconoscimenti ottenuti e in ottemperanza alla Legge n.4 del 2013, è possibile esercitare legalmente la Professione di Operatore Nutraceutica.
- Il nostro percorso formativo è riconosciuto da un attestato. Il documento viene rilasciato da un ente esterno alla scuola ed al corpo docenti che ha contribuito alla tua formazione. Questo ne garantisce AUTENTICITÀ e AFFIDABILITÀ.
- Grazie ai nostri Riconoscimenti, con l'approvazione della Legge n.4/2013 tutti i professionisti senza Ordine, Albo o Collegio professionale hanno l'obbligo di aggiornarsi seguendo la logica europea del Life Long Learning ovvero della formazione continua. Attualmente l'ECP (Educazione Continua Professionale) è valida per i professionisti afferenti all'ambito pedagogico, educativo, della relazione di aiuto non terapeutica (counseling, coaching), per gli operatori olistici, gli operatori del benessere psicofisico tramite il massaggio bionaturale, per gli insegnanti yoga, per i professionisti delle arti terapie, i naturopati, ecc. iscritti ad Associazioni di categoria che rispettano il dettato normativo della Legge 4/2013.