

ALIMENTAZIONE:

SALUTE E BENESSERE NELL'ANZIANO

L'invecchiamento a livello cellulare può essere definito come un progressivo deterioramento nel tempo delle strutture e delle funzioni del nostro organismo.

L'età media della popolazione è aumentata rapidamente e parallelamente nell'anziano aumentano i rischi di malnutrizione dovuti a cambiamenti organici e metabolici che si verificano con l'invecchiamento.

Lo stato nutrizionale nell'anziano è fortemente correlato con lo stato di salute, conseguenzialmente la malnutrizione in eccesso o in difetto è responsabile dell'insorgenza e dell'aggravamento di molte patologie.

Nell'anziano è importante trasmettere l'informazione per rendere tutti consapevoli che corrette abitudini alimentari sono fondamentale per il mantenimento di un buono stato di salute.

Segreteria Organizzativa

- **Componenti Direttivo A.D.A**
- **Componenti del Direttivo UI Pensionati**
- **Coordinamento di formazione ADA e UIL P.**

Partecipanti / Durata

- **Totale massimi partecipanti = 50**
- **Durata complessiva = 4 ore**

PROGRAMMA

Ore 09,00 – Registrazione dei partecipanti

Ore 09,15 - Introduzione al corso

Ore 09,30 - Nutrizione e invecchiamento

Ore 10,00 - Rischi nutrizionali con l'invecchiamento

Ore 10,30 - Pausa caffè

Ore 10,50 - Fabbisogno energetico e apporti nutrizionali nella
terza età;

Ore 11,30 - Dietoterapia: consigli pratici

- Igiene e comportamento alimentare.

- Disostruzione delle vie aeree

Ore 12,30 - Discussione

Ore 13,00 - Fine corso

Relatori/Tutors

Dott. Ferdinando Chiacchio - Direttore Polo Universitario ASL
Napoli 2 Nord Frattaminore

Dott.ssa Maria Pia Chiacchio - Nutrizionista e istruttore IRC

Relatori/Tutors