



**L'Università degli Studi di Torino** è accreditata dalla Commissione Nazionale ECM a fornire programmi di formazione continua per tutte le professioni sanitarie (Accreditamento Standard n. 173). L'Università degli Studi di Torino si assume la responsabilità per i contenuti, la qualità e la correttezza di questa attività ECM. Tale attività è svolta in modo autonomo dal Provider.



## NUTRIZIONE E STILE DI VITA IN GRAVIDANZA

**10 ore**

**10 Crediti ECM**

**Euro 50**

**dal 1.11.2015  
al 1.11.2016**

**Obiettivo n° 10: Epidemiologia-Prevenzione e promozione della salute con acquisizione di nozioni tecnico-professionali**

**Corso accreditato per:** Tutte le Professioni

### Requisiti hardware e software

La piattaforma per l'e-learning utilizzata è il CMS Open Source Moodle versione 2.8 ed è utilizzabile, lato client, sia su sistemi operativi Windows (tutte le versioni) che Linux e Mac senza necessità di installazione di software aggiuntivi, l'unico requisito tecnico è disporre di un browser come Internet Explorer, Mozilla Firefox, Safari ecc, di una connessione Internet e il possesso di una casella di posta elettronica.

Moodle è compatibile con le disposizioni della legge Stanca sull'accessibilità (L. 9 gennaio 2004, n. 4).

I materiali didattici presenti sulla piattaforma sono in formato pdf per cui è sufficiente aver implementato il lettore (Adobe Reader) scaricabile gratuitamente dal sito (<http://get.adobe.com/it/reader/>).

I materiali audiovideo sono presenti nei formati mp4, flv e wmv che ne permettono la visione con diversi lettori (player) scaricabili gratuitamente da alcuni siti come ad esempio <http://get.adobe.com/it/flashplayer/>, <http://www.videolan.org/vlc/>).

### Responsabili Scientifici

**Dott. Giuseppe Rocca**

**Dott.ssa Milena Ribotto**

### Docenti

**Dott. Beppe ROCCA:** Dirigente Medico - Dipartimento di Neuroscienze - Città della Salute e della Scienza di Torino

**Dott.ssa Milena RIBOTTO:** Dirigente Medico - Dipartimento di Neuroscienze - Città della Salute e della Scienza di Torino

### Razionale

Il corso ha lo scopo di fornire un pratico strumento didattico per aggiornare e approfondire le conoscenze delle varie tematiche legate alla gravidanza. Questa affascinante esperienza di vita verrà analizzata nella duplice prospettiva della storia delle forme viventi e delle fasi della vita a livello della

biografia individuale. Le recenti scoperte sul ruolo del microbioma conferiscono al corso una prospettiva ecologica. Verrà analizzato il ruolo specifico degli ormoni nello sviluppo del corpo e del cervello femminile e maschile con le ipotesi più recenti sul ruolo dei perturbatori endocrini. Particolare attenzione sarà dedicata al ruolo della nutrizione e dello stile di vita nel modulare espressione genica e meccanismi epigenetici. Analizzeremo il ruolo che eventi traumatici e stressanti o situazioni di vita problematiche hanno nel predisporre l'individuo ai processi patogenetici nelle successive fasi della vita. Vista la complessità degli argomenti trattati e i molteplici livelli e prospettive di lettura, il corso è strutturato in 10 moduli.

## Programma del corso

Ogni modulo è composto da presentazioni audio-video (Captivate 8), file PDF, video YouTube, link a siti e altro materiale di approfondimento.

Ogni modulo dura complessivamente circa **un'ora** e si conclude con un **questionario di valutazione** che prevede 4 domande a risposta multipla. Per superare il corso è necessario completare l'intero percorso di 10 moduli e rispondere esattamente almeno al 75% delle domande proposte (almeno 3 su 4 per ogni modulo). Nel caso di fallimento del test, lo stesso può essere ripetuto. Per ottenere i crediti formativi è necessario che l'utente risponda ad ulteriori 5 semplicissime domande di carattere generale e compili il questionario di gradimento.

## Moduli e Docenti

1. **LA GRAVIDANZA IN PROSPETTIVA:** Dott. Beppe Rocca
  - 1.1.WHO: *Life Course Approach* alla prevenzione
  - 1.2.Esperienza di vita
  - 1.3.Fase della vita: Fase riproduttiva
  - 1.4.Causalità complessa e Metodo Investigativo
  - 1.5.Ipotesi dell'origine fetale di molti processi patogenetici
    - 1.5.1.*Fetal Origins Hypothesis*
    - 1.5.2.Regolazione dell'espressione genica
    - 1.5.3.Epigenetica
    - 1.5.4.Effetti intergenerazionali
2. **PENSANDO A UNA POSSIBILE GRAVIDANZA:** Dott. Beppe Rocca
  - 2.1.Peso della madre prima della gravidanza: epidemia di sovrappeso-obesità
  - 2.2.Sindrome metabolica
  - 2.3.Sotto peso: malnutrizione
  - 2.4.Processi patogenetici preesistenti
  - 2.5.Stile di vita
  - 2.6.Acido folico
  - 2.7.Integratori multivitaminici e minerali
  - 2.8.Olio di pesce, omega-3
  - 2.9.Farmaci
  - 2.10. Alcol
  - 2.11. Fumo di sigaretta
  - 2.12. Esercizio fisico
  - 2.13. Diete dimagranti
3. **NUTRIZIONE IN GRAVIDANZA:** Dott.ssa Milena Ribotto
  - 3.1.Energia totale
  - 3.2.Proteine
  - 3.3.Lipidi e grassi
    - 3.3.1.Acidi grassi essenziali
      - 3.3.1.1. Omega-6
      - 3.3.1.2. Omega-3
    - 3.3.2.Colina
  - 3.4.Fibre
  - 3.5.Carboidrati
  - 3.6.Beta carotene – Vitamina A

- 3.7. Vitamina D
- 3.8. Calcio
- 3.9. Vitamine B
  - 3.9.1. Vitamina B12
  - 3.9.2. Folato
- 3.10. Ferro
- 3.11. Magnesio
- 3.12. Zinco
- 3.13. Iodio
- 4. **SVILUPPO EMBRIONALE E FETALE:** Dott. Beppe Rocca
  - 4.1. Fase embrionale
  - 4.2. Fase fetale
- 5. **SVILUPPO DEL CORPO E DEL CERVELLO FEMMINILE:** Dott. Beppe Rocca
- 6. **SVILUPPO DEL CORPO E DEL CERVELLO MASCHILE:** Dott. Beppe Rocca
  - 6.1. Perturbatori endocrini
- 7. **EFFETTI DELLO STRESS IN GRAVIDANZA:** Dott. Beppe Rocca
- 8. **PROBLEMI SPESSO ASSOCIATI ALLA GRAVIDANZA:** Dott.ssa Milena Ribotto
  - 8.1. Nausea e vomito – Iperemesi gravidica
  - 8.2. Avversioni e abbuffate
  - 8.3. Reflusso gastroesofageo
  - 8.4. Pica
  - 8.5. Preeclampsia – Eclampsia
  - 8.6. Diabete gestazionale
- 9. **STILI DI VITA E GRAVIDANZA: ARTE DI VIVERE LA GRAVIDANZA:** Dott.ssa Milena Ribotto
  - 9.1. Pregoressia
  - 9.2. Attività fisica
  - 9.3. Alimenti sicuri
  - 9.4. Alcol
  - 9.5. Fumo di sigaretta
  - 9.6. Droghe
  - 9.7. Farmaci
  - 9.8. Caffaina
- 10. **DETECTIVE STORY:** Dott.ssa Milena Ribotto, Dott. Beppe Rocca
  - 10.1. Programmare una gravidanza
  - 10.2. Diabete gestazionale
  - 10.3. Aumento di peso
  - 10.4. Una vegetariana in gravidanza

## **Materiali didattici**

Piattaforma multimediale interattiva via web

## **Valutazione e certificazione del credito ECM**

Il test di verifica consiste un questionario (obbligatoriamente a risposta multipla e a doppia randomizzazione - possibile su Moodle di Ateneo).

**La data dell'acquisizione del credito ECM sarà quella del giorno di compilazione del test finale e del questionario di gradimento.**

# CURRICULUM VITAE DEI DOCENTI

**Giuseppe ROCCA**



**Curriculum Vita  
Europas**



## **Informazioni personali**

Nome(i) / Cognome(i)

**Giuseppe Rocca**

E-mail

bepperocca.globalhealth@gmail.com

Cittadinanza

Italiana

Data e luogo di nascita

Castiglione Tinella (CN) 28-10-1952

Sesso

Maschile

**Occupazione  
Settore professionale**

**Medico Chirurgo**

**Medicina Interna**

**Medicina d'Urgenza**

**Neuroscienze**

**Epidemiologia Statistica e Computer Science**

**Esperienza professionale**

1980-1994 Medico e poi Dirigente Medico, Dipartimento di Medicina D'Urgenza (Dott. Garetto)

1994-2000 Dirigente Medico, Dipartimento di Gastroenterologia (Prof Giorgio Verme)

1980-2000 Insegnamento di Statistica e Metodologia della Ricerca per diverse Scuole di Specialità, tra cui Anestesia e Rianimazione, Medicina Interna a indirizzo Medicina d'Urgenza, Pneumologia (San Luigi con Giorgio Emanuelli), Psichiatria

1985-2000 Attività di ricerca e pubblicazioni nel campo dell'Intelligenza Artificiale e Reti Neurali a scopo diagnostico e prognostico

2002-2008 Dirigente Medico di II livello, Direzione Scientifica Policlinico di Milano, IRCCS. Responsabile della Programmazione di progetti di ricerca, Responsabile della Formazione ospedaliera e universitaria, Vice-Direttore del Comitato Etico, Membro di diverse Commissioni Ministeriali per la formazione e la ricerca (Ministro della Salute Gerolamo Sirchia, Livia Turco e successivi)

2009-Oggi Dirigente Medico Ospedaliero presso il Dipartimento di Neuroscienze, Città della Salute e della Scienza di Torino

**Istruzione e formazione**

1966 Liceo Scientifico: Asti

1977 Laurea in Medicina: Università di Torino (110/110 lode)

1977 Medico volontario presso Ospedale Psichiatrico di Trieste con Franco Basaglia

1978-79 Postgraduate Course (Master) in Intensive Care and Emergency Medicine, King's College Hospital, London University

1981 Master in Epidemiology, Statistics and Computer Science, LSHTM, London University

1982 Specializzazione in Medicina Interna, Università di Torino

**Capacità e competenze personali**

Esperienza clinica in Medicina d'Urgenza, Medicina Interna e Gastroenterologia-Nutrizione  
 Esperienza in progetti di formazione  
 Direttore di un Master Sperimentale di II Livello iniziato nel 2011 e alla sua 5° edizione  
 Comitato Etico  
 Computer science e intelligenza Artificiale – Reti Neurali  
 Fotografia e Video

Madrelingua(e) **Precisare madrelingua(e)**  
**Italiano**

Altra(e) lingua(e)  
 Autovalutazione  
 Livello europeo (\*)

**Inglese**  
**Francese**

Comprensione		Parlato		Scritto			
Ascolto		Lettura		Interazione orale		Produzione orale	
	C2		C2		C2		C2
	B2		B2		B2		B2

**Capacità e competenze sociali**

Esperienza clinica nell'ambito delle urgenze, medicina interna e psichiatria  
 Ospedale Psichiatrico di Trieste  
 Città della Salute e della Scienza di Torino

Capacità e competenze organizzative	Responsabile della Formazione ospedaliera e universitaria Policlinico di Milano IRCCS Vicepresidente Comitato Etico Policlinico di Milano IRCCS Responsabile progetti di ricerca della Direzione Scientifica Policlinico di Milano IRCCS
Capacità e competenze tecniche	Fotografia e Video Praticato 10 anni come fotografo Autodidatta
Capacità e competenze informatiche	Programmazione per computer Intelligenza Artificiale Reti Neuronali London School of Hygiene and Tropical Medicine London University
Capacità e competenze artistiche	Computer graphycs London School of Hygiene and Tropical Medicine Corsi
Altre capacità e competenze	Vasta esperienza didattica e di relatore a master, conferenze e congressi
Patente	Patente di Guida B
<b>Ulteriori informazioni</b>	Ho pubblicato e collaborato all'impostazione metodologica e pubblicazione di circa 160 articoli scientifici Ho pubblicato 3 software con libro di Intelligenza Artificiale Ho pubblicato una decina di libri, di cui 2 Ebook in lingua inglese con Amazon International

**Firma** Autorizzo il trattamento dei miei dati personali ai sensi del Decreto Legislativo 30 giugno 2003, n. 196 "Codice in materia di protezione dei dati personali (facoltativo)".



# Milena RIBOTTO

## INFORMAZIONI PERSONALI **MILENA RIBOTTO**

 [ribotto64@gmail.com](mailto:ribotto64@gmail.com)

Sesso: Femminile

Data e Luogo di nascita: 01.08.1964 - Ivrea (TORINO)

Nazionalità: Italiana

## ESPERIENZA PROFESSIONALE

---

- Settembre 2011 - oggi **Dirigente Medico Internista**  
Centro di Ricerca Clinica MEDICINA MODERNA  
Dipartimento di Neuroscienze  
AO Città della Salute e della Scienza di Torino  
Via Cherasco, 15  
10126 Torino
- Ottobre 2010 – Aprile 2011 **Emergency Medical Doctor Consultant**  
Afghanistan – Kandahar - Governmental Medical Hospital  
International Red Cross of Geneva
- Settembre 2008 – Aprile 2009 **Emergency Medical Doctor Consultant**  
Lebanon – Palestine - Refugees Camps  
International Red Cross of Geneva
- Ottobre 2007 – Marzo 2008 **Medical Program Manager**  
Sudan – North Darfur - Refugees Camps  
GOAL Dublin
- Ottobre 2006 – Marzo 2007 **Medical Program Manager**  
Sudan - Kassala - Refugees Camps  
GOAL Dublin
- Marzo 2005 – Marzo 2006 **Medical Program Manager – Hospital and Rural Clinic Manager**  
DRC – Congo – Lulingu - Governmental First and Second Medical Services  
GOAL Dublin
- Ottobre 2001 – Giugno 2003 **Medical Program Manager - Hospital and Rural Clinic Manager**  
Chad – Goz Beida - Governmental First and Second Medical Services  
COOPI Milano
- Dicembre 2000 – Settembre 2011 **Dirigente Medico Internista**  
Dipartimento di Medicina Interna e Pronto Soccorso  
Azienda Ospedaliera Universitaria San Giovanni Battista  
Torino
- 1997 - 2000 **Dirigente Medico Internista**  
Dipartimento di Medicina d'Urgenza e Pronto Soccorso  
Azienda Ospedaliera Giovanni Bosco  
Torino
- 1996 - 1997 **Dirigente Medico Internista**  
Dipartimento di Medicina d'Urgenza e Pronto Soccorso  
Ospedale Valdese  
Torre Pelice (TO)
- 1994 - 1996 **Dirigente Medico Internista**  
Dipartimento di Medicina d'Urgenza e Pronto Soccorso  
Ospedale Mauriziano  
Lanzo (TO)



- 1993 - 1994 Dirigente Medico Internista  
 Servizio Tossicodipendenze  
 Ospedale Maria Vittoria  
 Torino
- 1992 - 1993 Dirigente Medico Internista  
 Servizio di Riabilitazione per Pazienti Neurolesi  
 Clinica Villa Iris  
 Pianezza (TO)

#### ISTRUZIONE E FORMAZIONE

- 1999 Qualifica di ACLS Instructor dell'American Heart Association  
 University Hospital of Philadelphia - Pennsylvania - USA
- 1995 Qualifica di Medico Ecocardiografista  
 Ospedale Mauriziano - Lanzo (TO)
- 1994 Specializzazione in Medicina Interna e d'Urgenza  
 Università degli Studi di Torino
- 1989 Laurea in Medicina e Chirurgia  
 Università degli Studi di Torino
- 1983 Diploma di Maturità Scientifica  
 Liceo Scientifico Sperimentale - Ivrea (TO)

#### COMPETENZE PERSONALI

Madrelingua Italiano

Altre lingue	COMPRESIONE		PARLATO		PRODUZIONE SCRITTA
	Ascolto	Lettura	Interazione	Produzione orale	
Inglese	C1	C1	C1	C1	C1
Francese	C1	C1	C1	C1	C1

Competenze sociali Buone capacità di coordinazione e comunicazione fra gruppi di persone

Competenze organizzative Buone capacità di organizzazione su piani lavorativi, protocolli e materiale didattico

Competenze informatiche Buone capacità di utilizzo di programmi digitali Microsoft Office, Excel, PowerPoint  
 Buone capacità di utilizzo di programmi digitali Apple, FinalCut e Adobe  
 Buone capacità di utilizzo di siti web e ricerca on line

Dati personali Autorizzo il trattamento dei miei dati personali ai sensi del Decreto Legislativo 30 giugno 2003, n. 196 "Codice in materia di protezione dei dati personali".

Firma

