INTUITIVE EATING APPROACH LEVEL 2 (2025)

Formazione a Distanza
50 crediti ECM

Data inizio 1/2/2025 – Data fine 15/12/2025
Durata: 50 ore (34 ore lettura + 16 ore approfondimento)
Materiale didattico: documentazione scientifica in pdf
Professioni accreditate: Tutte le professioni sanitarie
Responsabile scientifico e Docente: Dr.ssa Cinzia Dalla Gassa
Obiettivo formativo: CONTENUTI TECNICO-PROFESSIONALI (CONOSCENZE E COMPETENZE) SPECIFICI DI CIASCUNA PROFESSIONE, DI CIASCUNA SPECIALIZZAZIONE E DI CIASCUNA ATTIVITÀ ULTRASPECIALISTICA, IVI INCLUSE LE MALATTIE RARE E LA MEDICINA DI GENERE

Il corso è il secondo livello di formazione sull'Intuitive Eating Approach, il modello di educazione alimentare embodiment & habits focused finalizzato alla ristrutturazione delle abitudini alimentari.
Il percorso formativo è fondato sulle skills di comunicazione più efficaci per guidare il processo di ristrutturazione delle abitudini alimentari del cliente.
Gli obiettivi formativi sono:

- aggiornare il tuo modello di lavoro con le competenze che caratterizzano IEA
- gestire con più autorevolezza la tua comunicazione durante il colloquio col paziente
- impostare un'anamnesi completa degli elementi che caratterizzano il vissuto sensoriale e la struttura delle abitudini alimentari disfunzionali del paziente
- condurre il colloquio con le domande più efficaci per ottenere più fiducia, maggiore collaborazione e migliore compliance
- definire in modo efficace gli obiettivi e guidare con più sicurezza l'indagine delle leve motivazionali del cliente
- predisporre le linee guida d'intervento nel rispetto dei principi che governano il cambiamento di abitudini
- completare l'intervento nutrizionale con le strategie per facilitare la compliance e l'apprendimento di nuove abitudini
- analizzare e ristrutturare l'architettura delle abitudini alimentari disfunzionali
- guidare il paziente a migliorare il suo approccio al cibo guidandolo con indicazioni personalizzate e fondate sul recupero della consapevolezza di fame, sazietà e piacere dei sensi a tavola

Attraverso questo corso:

- Ti alleni in modo pratico
- Ottieni modelli di domande specifiche per indagare elementi che caratterizzano l'unicità dell'esperienza del cliente da un punto di vista di vissuto corporeo, di struttura delle abitudini, di leve motivazionali e di guida nella definizione degli obiettivi
- Scopri come trasferire le conoscenze apprese nella pratica clinica attraverso esempi pratici di colloqui con i clienti
- Apprendi come condurre l'analisi dell'esperienza alimentare del paziente focalizzata sugli elementi che caratterizzano l'architettura di specifiche abitudini disfunzionali, fondamentale per individuare soluzioni efficaci e personalizzate per ristrutturarle
- Integri il tuo intervento nutrizionale con la progettazione di piani d'azione completi di compiti,

strategie e soluzioni che spiegano alla persona COME fare a cambiare

PROGRAMMA

- Goal Setting Theory
- Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being
- Robust habit learning in the absence of awareness and independent of the medial temporal lobe
- A New Look at Habits and the Habit–Goal Interface
- Finding the Critical Cue: Implementation Intentions to Change One's Diet Work Best When Tailored to Personally Relevant Reasons for Unhealthy Eating
- Reflective and Automatic Processes in the Initiation and Maintenance of Dietary Change
- The Automated Will: Nonconscious Activation and Pursuit of Behavioral Goals
- Details for Manuscript Number SSM-D-06-01956R1 "Physicians" Communication and Perceptions of Patients: Is it How They Look, How They Talk, or is it Just the Doctor?
- The LIFESTYLE study: costs and effects of a structured lifestyle program in overweight and obese subfertile women to reduce the need for fertility treatment and improve reproductive outcome. A randomised controlled trial
- Do implementation intentions help to eat a healthy diet? A systematic review and meta-analysis of the empirical evidence
- The Pull of the Past: When Do Habits Persist Despite Conflict With Motives?
- Creatures of habit: accounting for the role of habit in implementation research on clinical behaviour change
- The social gradient in doctor-patient communication
- From Habits to Self-regulation: How do We change?
- Making health habitual: the psychology of 'habit-formation' and general practice
- Habits, action sequences, and reinforcement learning
- Thorndike's law 2.0: dopamine and the regulation of thrift
- What Influences Implementation Intentions in an Academic Learning Context – The roles of Goal Intentions, Procrastination, and Experience
- What Is Automatic Self-Regulation?
- Physician-Patient Communication about Dietary Supplements
- Promoting habit formation
- Effectiveness of empathy in general practice: a systematic review
- Issues of therapeutic communication relevant for improving quality of care
- Putting habit into practice, and practice into habit: a process evaluation and exploration of the acceptability of a habit-based dietary behaviour change intervention
- Promoting the translation of intentions into action by implementation intentions: behavior effects and physiological correlates
- Changing dietary behaviour: the role and development of practitioner communication
- The Health at Every Size Paradigm and Obesity: Missing Empirical Evidence May Help Push the Reframing Obesity Debate Forward
- Slave to habit? Obesity is associated with decreased behavioural sensitivity to reward devaluation
- Verbal and non-verbal behaviour and patient perception of communication in primary care: an observational study
- Dimensions of wellness: Change your habits, change your life
- Effective behaviour change techniques for physical activity and healthy eating in overweight and

obese adults; systematic review and meta-regression analyses
- Effects of Circadian Cortisol on the Development of a Health Habit
- Enhancing Congruence between Implicit Motives and Explicit Goal Commitments: Results of a Randomized Controlled Trial