PROGRAMMA DEL CORSO DI L'ANALISI DEL MICROBIOTA INTESTINALE NELLO SPORTIVO: APPROCCI DIETETICI E INTEGRATIVI

SETTORE SCIENTIFICO

MED/49 (MEDS-08/C)

CFU

6

PROGRAMMA

Il corso è articolato in tre macro-argomenti:

1. Struttura e funzioni dell'apparato digerente e caratteristiche del microbiota intestinale
2. Metodologie di analisi del microbiota intestinale
3. Ruolo dell’attività fisica e degli approcci dietetici (dieta e supplementi) nella modificazione del microbiota intestinale

Elenco delle Videolezioni:

1. L'organo dimenticato
2. Apparato digerente - struttura, anatomia, istologia
3. Il microbiota
4. Funzioni del microbiota
5. Variazioni microbiota intestinale
6. Variazioni microbiota intestinale in condizioni patologiche
7. La disbiosi
8. Diversi tipi di disbiosi
9. Tecniche di analisi
10. Importanza della metagenomica
11. Nuove scoperte continue

12. Asse intestino-estrogeni
13. Il microbiota e l'attività fisica
14. Microbiota e sport di restistenza
15. Microbiota cutaneo e sport
16. Esercizio e microbiota
17. Asse intestino-cervello
18. Cervello-intestino-microbiota
19. Asse fegato-intestino
20. Microbiota e obesità
21. Microbiota e osteoporosi
22. Trapianto microbiota fecale
23. Il superdonatore
24. Idrocolonterapia
25. Oltre il microbiota intestinale
26. Allergie e microbiota
27. Antibiotico resistenza
28. Terapia probiotica
29. Alimentazione, probiotici e attività fisica
30. Probiotici e asse intestino cervello
31. Probiotici e MIT
32. Il microbiota: domande e studi futuri
33. Approccio personalizzato
34. Nuove prospettive di studio
35. Approccio evidence based
36. L’importanza di lavorare in equipe

OBIETTIVI

L'insegnamento ha l'obiettivo di :

- Approfondire i concetti base relativi a struttura e funzioni dell'apparato digerente, utili per la comprensione dei meccanismi
  fisiopatologici connessi
- Approfondire le informazioni relative all'analisi del microbiota intestinale, fornendo definizione, informazioni sul ruolo e sottolineando l'importanza del mantenimento di una condizione di eubiosi intestinale
- Approfondire il ruolo svolto dall'attività fisica nella modificazione del microbiota intestinale
- Fornire esempi relativi ai possibili approcci dietetici e integrativi di intervento

OBIETTIVI FORMATIVI:

A) Dimostrare di possedere le capacità di apprendimento utili al fine di incrementare autonomamente la conoscenza di nuovi aspetti emergenti nell'ambito dell'analisi del microbiota intestinale nello sportivo e dei relativi approcci dietetici e integrativi

B) Dimostrare di saper esaminare e argomentare in modo critico le informazioni acquisite attraverso la letteratura proposta

TESTI CONSIGLIATI

Per ulteriori approfondimenti di carattere volontario in relazione agli argomenti trattati in ogni videolezione, si consiglia di fare riferimento alla bibliografia contenuta in calce alle dispense ad esse correlate.