

Программа обучения “Системный нутрициолог” 2022-2023



Внимание! Программа может претерпевать изменения в целях улучшения качества образовательного процесса.

Модуль 1 - Введение

- Лекция 1 - Системная нутрициология
- Лекция 2 - Формирование нутрициологического мировоззрения
- Лекция 3 - Диеты - обзор подходов к питанию от древних диет традиционной медицины до современного прецизионного нутригеномного подхода
- Лекция 4 - Нутриенты - важность и многообразие
- Лекция 5 - Функции органов и систем органов, концепция гомеостаза патогенеза и салютогенеза
- Лекция 6 - Мастер-класс Аманда Маккиней по медицине образа жизни
- Лекция 7 - Часть 1 Диагностические критерии дисбаланса питания
- Лекция 8 - Часть 2. Диагностические критерии дисбаланса питания

Модуль 2 - ЖКТ

- Лекция 1 - Устройство и функции ЖКТ, часть 1
- Лекция 2 - Устройство и функции ЖКТ, часть 2

- Лекция 3 - Микробиом - устройство микробиома и диагностика
- Лекция 4 - Изменение микробиоты в течение жизни. Биопленки. Идеальный микробиом - какой он и как его обрести?
- Лекция 5 - Острый и хронический запор и диарея
- Лекция 6 - Пищевые непереносимости
- Лекция 7 - Гипоацидный синдром и хеликобактер Пилори
- Лекция 8 - Целиакия и не целиакийная чувствительность
- Лекция 9 - Синдром интенсивного бактериального роста
- Лекция 10 - ГЭРБ. Эозинофильный эзофагит
- Лекция 11 - Программа терапии 5 R, Синдром раздраженного кишечника
- Лекция 12 - Болезнь Крона, роль стресса в болезнях ЖКТ, как выбрать правильную диету?
- Лекция 13 - Системы детоксикации, диагностика и оптимизация работы.

Модуль 3 - Английский для нутрициолога

- Лекция 1 - Методическое видео и разбор видео Аманда Маккиней о снижении веса
- Лекция 2 - Диабет - разбор образовательных видео и проработка в заданиях
- Лекция 3 - Аутоиммунные заболевания - разбор образовательных видео и проработка в заданиях
- Лекция 4 - Болезнь Альцгеймера - разбор образовательных видео и проработка в заданиях
- Лекция 5 - Структура англоязычной академической статьи

Модуль 4 - Гормональный модуль

- Лекция 1 - Эндокринная система - вводный блок - устройство и функции

- Лекция 2 - Болезни щитовидной железы, диагностика и нутрициологическая коррекция
- Лекция 3 - Надпочечники, дисбалансы, нутри коррекция
- Лекция 4 - Эндокринология в гинекологии - базовые дисбалансы
- Лекция 5 - Детоксикация эстрогенов, фазы 1,2 и 3
- Лекция 6 - Выстраиваем эндокринологическое системное мышление (щитовидная железа и надпочечники - объединение знаний);

Модуль 5 - Метаболический модуль

- Лекция 1 - Вопросы углеводного обмена, реактивная гипогликемия, дисгликемические состояния
- Лекция 2 - Метаболический синдром и инсулинорезистентность
- Лекция 3 - Важные биомаркеры регуляции глюкозы в крови, конечные продукты гликирования
- Лекция 4 - Рассмотрение базовых диет для баланса метаболизма
- Лекция 5 - Кардиометаболический синдром и сердечно-сосудистые риски;
- Лекция 6 - пошаговая оценка кардиометаболического риска, контроль дислипидемии
- Мастер-класс - Влияние загрязнения окружающей среды на здоровье человека от эксперта из США

Модуль 6 - Лабораторная диагностика нутриентных дефицитов

- Лекция 1 - Водорастворимые витамины
- Лекция 2 - Жирорастворимые витамины
- Лекция 3 - Диагностика статуса жирных кислот

- Лекция 4 - Диагностика статуса микроэлементов
- Лекция 5 - Мастер-класс - Каннабиоидная медицина от эксперта из США

Модуль 7 - Женский модуль

- Лекция 1 - Анатомия и физиология женской репродуктивной системы;
- Лекция 2 - Фертильность, подготовка к беременности, беременность;
- Лекция 3 - Дисменорея - Аменорея, олигоменорея, полименорея, гиперменорея, менорагия
- Лекция 4 - СПКЯ, эндометриоз
- Лекция 5 - Менопауза
- Лекция 6 - Мастер-класс от эксперта - Нутрициологическое сопровождение беременности

Модуль 8 - Антивозрастная нутрициология

- Лекция 1 - Механизмы старения, биомаркеры старения
- Лекция 2 - Режимы питания и физической нагрузки и долголетие
- Лекция 3 - Нутриенты и долголетие, геропротекторы в пище
- Лекция 4 - Биомаркеры старения, эпигенетика и генетика старения
- Лекция 5 - Мастер-класс от эксперта США - результаты работы по снижению биологического возраста

Модуль 9 - Иммуитет и аутоиммуитет

- Лекция 1 - Иммуитная система, устройство и функции

- Лекция 2 - Рассмотрение базовых расстройств иммунитета - иммунодефицитарные состояния и аутоиммунитет, теории
- Лекция 3 - Иммунодефицитные состояния, вирусная нагрузка, нутрициологические подходы к коррекции
- Лекция 4 - Аутоиммунные заболевания, нутрициологические подходы к коррекции
- Лекция 5 - Мастер-класс по аутоиммунным заболеваниям от эксперта из США
- Лекция 6 - Мастер-класс по иммунной устойчивости от эксперта из США

Модуль 10 - Мозг и пищевое поведение

- Лекция 1 - Нервная система, устройство, функции
- Лекция 2 - Нейродегенеративные заболевания - причины;
- Лекция 3 - Подходы к коррекции нейродегенеративных заболеваний - протокол Бредесена;
- Лекция 4 - Расстройства пищевого поведения - подходы к коррекции;
- Лекция 5 - Мастер-класс по применению лития от эксперта из США

Модуль 11 - Нутригеномика и методы нутриентной коррекции на основании анализа генома

- Лекция 1 - Основы нутригеномики, персонализированный подход к нутриентной терапии
- Лекция 2 - Метилирование и детоксикация
- Лекция 3 - Нутригеномика настроения, сна, мотивации, внимательности
- Лекция 4 - Практическое применение знаний на основе рассмотрения сырых данных клинического экзоста

Бизнес модуль

- Лекция 1 - Границы профессии нутрициолог.
- Лекция 2 - Юридические аспекты по работе в России. Документооборот. Рекомендации по составлению договоров.

Дополнительные и бонусные блоки:



Журнальный клуб - ежемесячно



Рассмотрение кейсов от команды врачей и нутрициологов Ю.Юсиповой - ежемесячно



NutrigEEKS - курс по научно-обоснованному применению БАД



Проектно-ориентированные работы - подготовка курсовой с кураторами в малых группах

Количество часов в программе “Системный нутрициолог”:

- Всего - 385 часов, включая контактные и самостоятельную проработку;
- Из них - 60 часов проектно-ориентированная работа;

- Рекомендуемая длительность прохождения программы - 12 месяцев;

Документы об окончании

- Диплом о переподготовке с присуждением квалификации “Системный нутрициолог” РФ для успешно сдавших экзамен;
- Квалификация UK Diet and Nutrition для врачей, успешно сдавших экзамен UK;
- Сертификат для слушателей без любого высшего образования;

2 ГОД ОБУЧЕНИЯ

ПРОГРАММА “Системный нутрициолог” - Advanced



“Системный нутрициолог” - Advanced подойдет для тех, кто хочет глубже погрузиться в вопросы взаимодействия и работы с клиентом/пациентом;



“Системный нутрициолог” Advanced - позволит получить квалификацию UK Diet and Nutrition всем, кто не имеет высшего медицинского образования;



Поступление на программу возможно только после окончания “Системный нутрициолог” - база

Что входит в программу:

1. 3 месяца Lab Geeks - функциональный анализ лабораторных данных;
2. 6 месяцев менторинг с Ю. Юсиповой и командой.

- Длительность “Системный нутрициолог” - Advanced - 385 часов
- **Рекомендуемая длительность прохождения программы - 9 месяцев**
- Возможен перезачет курса Lab Geeks, который входит в программу “Системный нутрициолог Advanced”, если вы проходили его ранее.