



UNIVERSITÀ DEL PIEMONTE ORIENTALE

DIVISIONE PRODOTTI
SETTORE ALTA FORMAZIONE

Via Duomo, 6 – 13100 Vercelli VC
Tel. 0161 261 529/546 o
0161 228 431 – Fax 0161 210 289
progetti.didattica@uniupo.it

Decreto del Rettore
Repertorio n. 135/2018
Prot. n. 2709 del 31/01/2018
Titolo III Classe 5

OGGETTO: *Istituzione e attivazione della III edizione del corso di master di I livello, di durata annuale, in “Lifestyle medicine”, presso il Dipartimento di Medicina Traslazionale, per l’A.A. 2017/2018.*

IL RETTORE

... Omissis...

DECRETA

1. Di istituire e attivare la III edizione del corso di master di I livello, di durata annuale, in “Lifestyle medicine”, presso il Dipartimento di Medicina Traslazionale, per l’A.A. 2017/2018, secondo il testo di seguito riportato.

Corso di Master di I livello
in
“Lifestyle medicine”
(A.A. 2017/2018, III ed.)

Art. 1

Tipologia, durata e denominazione del corso

III edizione del Corso di Master Universitario di I livello di durata annuale in “Lifestyle Medicine”, presso il Dipartimento di Medicina Traslazionale dell’Università del Piemonte Orientale.

Art. 2

Requisiti di ammissione al Master



Il Master è rivolto a laureati di I livello, laureati Specialistici o Magistrali ovvero laureati di ordinamento precedenti al D.M 509/99, in possesso del/i titolo/i appartenente/i alla/e classi di laurea in elenco.

Lauree di I livello in:

- Professioni Sanitarie Infermieristiche e Professione Sanitaria Ostetrica
- Professioni Sanitarie della Riabilitazione
- Professioni Sanitarie Tecniche
- Professioni Sanitarie della Prevenzione
- Scienze Biologiche
- Scienze delle Attività Motorie e Sportive
- Scienze e Tecniche Psicologiche

Lauree di II livello in:

- Medicina e Chirurgia (a ciclo unico)
- Scienze Infermieristiche e Ostetriche
- Scienze delle Professioni Sanitarie della Riabilitazione
- Scienze delle Professioni Sanitarie Tecniche
- Scienze delle Professioni Sanitarie della Prevenzione
- Biologia
- Ingegneria Biomedica
- Odontoiatria e Protesi Dentaria
- Organizzazione e Gestione dei Servizi per lo Sport e le Attività Motorie
- Psicologia
- Scienze Cognitive
- Scienze della Nutrizione Umana
- Scienze e Tecniche delle Attività Motorie Preventive e Adattate
- Scienze e Tecniche dello Sport

Possono altresì presentare domanda di ammissione coloro che siano in possesso dei titoli riconosciuti come equipollenti in ambito delle professioni sanitarie.

Possono presentare domanda di ammissione al master anche i laureandi, purché abbiano già espletato tutte le attività previste proprio corso di laurea, fuorché la prova finale.

I candidati di cui al comma precedente, nell'ipotesi in cui risultino in posizione utile nella graduatoria degli aventi diritto, potranno effettuare l'iscrizione "sotto condizione".

In ogni caso, ai fini della graduatoria degli ammessi e a parità di condizione di merito, costituirà requisito preferenziale l'avvenuto conseguimento del diploma di laurea.

La Commissione determinerà, in sede di valutazione delle domande, l'attinenza del titolo presentato a quello richiesto.



La Commissione si riserva, inoltre, di valutare eventuali domande presentate da candidati in possesso di altri titoli accademici.

Art. 3

Obiettivi formativi e potenziali sbocchi professionali

L'obiettivo generale del corso di Master è di realizzare un percorso formativo per i professionisti sanitari che si occupano di promozione della salute e benessere (individuale e di gruppo/ popolazione) sugli aspetti scientifici che riguardano le condizioni psico-fisiche di base da garantire per la salute e gli interventi scientificamente efficaci per rimuovere, ridurre o contenere i possibili fattori di rischio al fine di prevenire l'instaurazione di condizioni croniche di malattie e per aiutare le persone assistite a iniziare o migliorare comportamenti che promuovano la salute, secondo gli insegnamenti dell'Igiene e della Medicina Preventiva e Predittiva.

Al termine del corso il discente sarà in grado di:

- 1) valutare e interpretare i bisogni di salute secondo prove scientifiche di lifestyle medicine e sanità pubblica;
- 2) individuare e gestire i fattori di stress secondo lifestyle medicine;
- 3) valutare e suggerire una corretta alimentazione secondo lifestyle medicine;
- 4) indagare e gestire la componente legata all'ereditarietà secondo lifestyle medicine;
- 5) valutare il livello di sedentarietà e prescrivere l'adeguato movimento secondo lifestyle medicine;
- 6) utilizzare terapie complementari evidence-based secondo lifestyle medicine;
- 7) gestire motivazione e compliance secondo lifestyle medicine;
- 8) intervenire nell'anziano utilizzando interventi di lifestyle medicine, healthy ageing e anti aging;
- 9) utilizzare le tecniche della lifestyle medicine nei bambini e negli adolescenti;
- 10) utilizzare le tecniche della lifestyle medicine nella gravidanza;
- 11) utilizzare le tecniche di lifestyle medicine nella medicina clinica per specifiche condizioni patologiche;
- 12) utilizzare le tecniche della lifestyle medicine nella persona fragile.

Lo sbocco professionale, cui mira il Corso di Master, è l'esercizio della funzione di promozione della salute individuale e collettiva secondo i principi della lifestyle medicine.

Art. 4

Piano didattico

Il Corso di Master Universitario di I livello è di durata annuale, prevede 1500 ore suddivise tra attività didattica, attività pratica e studio individuale e comporta il conseguimento di 60 crediti formativi, si sviluppa su XII insegnamenti modulari.



L'articolazione degli insegnamenti modulari si caratterizza per crediti attribuiti, per ore di impegno ed è illustrata in dettaglio nella seguente tabella:

Modulo	Denominazione Modulo	CFU	Disciplina	SSD	Ore Teoria	Ore Studio	Ore Totali
I	Introduzione alla Lifestyle Medicine	1	Lifestyle Medicine e Sanità Pubblica	MED/42	8	17	25
I	Introduzione alla Lifestyle Medicine	1	Misure e studi di popolazione, stima e valutazione del rischio individuale	MED/42	8	17	25
I	Introduzione alla Lifestyle Medicine	2	Attività Pratica				50
	Totale CFU	4		Totale ore Modulo			100
II	Lo stress nella Lifestyle Medicine	1	Fisiopatologia dello stress; strategie e metodi per affrontare lo stress; Fisiopatologia del processo infiammatorio	MED/09	8	17	25
II	Lo stress nella Lifestyle Medicine	1	Qualità e disturbi del sonno: eziopatogenesi, diagnosi e terapia	MED/26	8	17	25
II	Lo stress nella Lifestyle Medicine	2	Attività Pratica				50
	Totale CFU	4		Totale ore Modulo			100
III	L'alimentazione nella Lifestyle Medicine	1	Alimentazione, nutrizione, educazione alimentare	MED/49	8	17	25
III	L'alimentazione nella Lifestyle Medicine	1	Sovrappeso-obesità: prevenzione, dimagrimento, fattori di rischio	MED/49	8	17	25
III	L'alimentazione nella Lifestyle Medicine	1	Dieta come terapia; cucina e cibo sani	MED/49	8	17	25
III	L'alimentazione nella Lifestyle Medicine	2	Attività Pratica				50
	Totale CFU	5		Totale ore Modulo			125
IV	L'ereditarietà nella Lifestyle Medicine	1	Elementi di genetica medica: ereditarietà, rischio e stili di vita	MED/03	8	17	25
IV	L'ereditarietà nella Lifestyle Medicine	1	Test genetici di valutazione del rischio, dieta genetica e dieta dei gruppi sanguigni	MED/03	8	17	25



Modulo	Denominazione Modulo	CFU	Disciplina	SSD	Ore Teoria	Ore Studio	Ore Totali
IV	L'ereditarietà nella Lifestyle Medicine	2	Attività Pratica				50
	Totale CFU	4		Totale ore Modulo			100
V	Il movimento e la sedentarietà nella Lifestyle Medicine	1	Teoria e metodi per allenare la capacità aerobica, e per allenare la forza e il tono muscolare	M-EDF/01	8	17	25
V	Il movimento e la sedentarietà nella Lifestyle Medicine	1	Valutazione rapida di flessibilità, forza equilibrio e capacità aerobica	M-EDF/01	8	17	25
V	Il movimento e la sedentarietà nella Lifestyle Medicine	1	La prescrizione dell'attività fisica: valutazione e posologia; Esercizi per te e per il tuo assistito	M-EDF/02	8	17	25
V	Il movimento e la sedentarietà nella Lifestyle Medicine	2	Attività Pratica				50
	Totale CFU	5		Totale ore Modulo			125
VI	Le terapie complementari evidence-based nella Lifestyle Medicine	1	Principi di farmacologia generale nella Lifestyle Medicine	BIO/14	8	17	25
VI	Le terapie complementari evidence-based nella Lifestyle Medicine	1	Nutraceutica; Utilità di principi naturali ed integratori, e loro prescrizione	MED/49	8	17	25
VI	Le terapie complementari evidence-based nella Lifestyle Medicine	2	Attività Pratica				50
	Totale CFU	4		Totale ore Modulo			100
VII	Motivazione e compliance nella Lifestyle Medicine	1	Teorie e metodi di Motivazione e Automotivazione; Interviste motivazionali: metodologie e strumenti	M-PSI/07	8	17	25
VII	Motivazione e compliance nella Lifestyle Medicine	1	Teorie e pratiche delle attività di Coaching; trasformare noi e i nostri pazienti	M-PSI/06	8	17	25



Modulo	Denominazione Modulo	CFU	Disciplina	SSD	Ore Teoria	Ore Studio	Ore Totali
VII	Motivazione e compliance nella Lifestyle Medicine	2	Attività Pratica				50
	Totale CFU	4		Totale ore Modulo			100
VIII	Lifestyle Medicine, Healthy Aging e Anti Aging	1	Lifestyle Medicine nell'anziano: prove di efficacia; prescrizione dell'esercizio fisico e raggiungimento di un peso ottimale	MED/09	8	17	25
VIII	Lifestyle Medicine, Healthy Aging e Anti Aging	1	La palestra della mente	MED/09	8	17	25
VIII	Lifestyle Medicine, Healthy Aging e Anti Aging	2	Attività Pratica				50
	Totale CFU	4		Totale ore Modulo			100
IX	Lifestyle Medicine per bambini e adolescenti	1	Lifestyle Medicine per bambini ed adolescenti: prove di efficacia; raggiungimento del peso ottimale	MED/38	8	17	25
IX	Lifestyle Medicine per bambini e adolescenti	1	La prescrizione dell'esercizio fisico nel bambino e nell'adolescente; Gioco, esercizi e apprendimento	MED/38	8	17	25
IX	Lifestyle Medicine per bambini e adolescenti	2	Attività Pratica				50
	Totale CFU	4		Totale ore Modulo			100
X	Lifestyle medicine nella gravidanza	1	Fisiopatologia della gravidanza; Utilità della Lifestyle Medicine	MED/40	8	17	25
X	Lifestyle medicine nella gravidanza	1	La prescrizione di Lifestyle Medicine in gravidanza; analisi di casi osterico-ginocologici	MED/40	8	17	25
X	Lifestyle medicine nella gravidanza	2	Attività Pratica				50



Modulo	Denominazione Modulo	CFU	Disciplina	SSD	Ore Teoria	Ore Studio	Ore Totali
	Totale CFU	4		Totale ore Modulo			100
XI	Lifestyle Medicine e medicina clinica	1	Lifestyle medicine nel paziente con sindrome metabolica e diabete e analisi di casi clinici	MED/13	8	17	25
XI	Lifestyle Medicine e medicina clinica	1	Lifestyle medicine nel paziente con malattie cardio-cerebrovascolari e analisi di casi clinici	MED/26	8	17	25
XI	Lifestyle Medicine e medicina clinica	1	Lifestyle medicine nel paziente con neoplasia e analisi di casi clinici	MED/06	8	17	25
XI	Lifestyle Medicine e medicina clinica	1	Utilità della Lifestyle Medicine nelle malattie infiammatorie gastrointestinali e analisi di casi clinici	MED/12	8	17	25
XI	Lifestyle Medicine e medicina clinica	1	Utilità della Lifestyle Medicine in osteoporosi e osteartite e analisi di casi clinici	MED/16	8	17	25
XI	Lifestyle Medicine e medicina clinica	1	Utilità della Lifestyle Medicine nelle malattie respiratorie e analisi di casi clinici	MED/10	8	17	25
XI	Lifestyle Medicine e medicina clinica	1	Utilità della Lifestyle Medicine nelle malattie odontostomatologiche e analisi di casi clinici	MED/28	8	17	25
XI	Lifestyle Medicine e medicina clinica	1	Utilità della Lifestyle Medicine in dermatologia e analisi di casi clinici	MED/35	8	17	25
XI	Lifestyle Medicine e medicina clinica	3	Attività Pratica				75
	Totale CFU	11		Totale ore Modulo			275
XII	Lifestyle Medicine nella persona fragile	1	Utilità della Lifestyle Medicine nella malattia mentale e nella disabilità psichica e analisi di casi clinici	MED/25	8	17	25
XII	Lifestyle Medicine nella persona fragile	1	Utilità della Lifestyle Medicine nella disabilità fisica e analisi di casi clinici	MED/34	8	17	25



Modulo	Denominazione Modulo	CFU	Disciplina	SSD	Ore Teoria	Ore Studio	Ore Totali
XII	Lifestyle Medicine nella persona fragile	1	Utilità della Lifestyle Medicine nella dipendenza patologica e analisi di casi clinici	MED/42	8	17	25
XII	Lifestyle Medicine nella persona fragile	2	Attività Pratica				50
	Totale CFU	5		Totale ore Modulo			125
	Project work – Prova Finale	2		Ore Project work – Prova Finale			50
	Titolo accademico Master I livello	60		Totale ore Master	264		1500

Art. 5

Modalità di svolgimento delle attività didattiche

Gli insegnamenti istituzionali hanno l'obiettivo di fornire le conoscenze teoriche e metodologiche di base e constano di lezioni frontali, alternate a discussioni plenarie guidate e lavori di gruppo.

L'attività pratica ha l'obiettivo di sviluppare competenze specifiche di analisi e progettazione, e consiste nello svolgimento di un tirocinio finalizzato a osservare la realtà nelle strutture sanitarie, a discutere con i professionisti impegnati nelle Aziende, a svolgere esercitazioni pratiche e altre attività vicine alle condizioni specifiche di lavoro.

Il project work (PW) ha l'obiettivo di completare e personalizzare all'interno dell'azienda il percorso formativo dei partecipanti, viene svolto presso le aziende coinvolte e si realizza attraverso un coinvolgimento nelle attività pratiche dell'azienda per le quali il discente viene formato, organizzate in progetti specifici. Durante il PW, e a partire dai progetti sviluppati, il discente dovrà produrre un elaborato finale.

Art. 6

Modalità di attestazione della frequenza

La frequenza al corso è indicativamente organizzata con moduli di tre giorni a cadenza quindicinale.

La frequenza alle lezioni teoriche deve essere di almeno il 75% delle ore di ciascun modulo. Le firme di frequenza verranno raccolte attraverso apposito registro giornaliero.



Art. 7

Modalità di selezione dei partecipanti

L'ammissione al master è determinata da una graduatoria derivante dall'applicazione di due criteri:

A) TITOLI = 30 punti

- ruolo di direzione e/o coordinamento certificato dal proprio Ente di appartenenza 1 punto ogni anno;
- anzianità di servizio 0,5 punto ogni anno;
- pubblicazioni su riviste accreditate 0,5 punti cadauna;
- pubblicazioni di testi attinenti alla Lifestyle Medicine 1 punto cadauna.

B) COLLOQUIO = 70 punti

A parità di punteggio si terrà conto dell'età anagrafica, come da vigente normativa in materia concorsuale.

La commissione selezionatrice è costituita dal Prof. Massimiliano Panella, Direttore del Master, da un docente interno e da un esperto in ambito di medicina preventiva, che verranno successivamente individuati.

Art. 8

Periodo e sede di svolgimento del corso

Il Corso di Master Universitario di I livello si svolgerà nell'anno accademico 2017/2018, con inizio a partire dal mese di maggio 2018 e conclusione entro il 30 aprile 2019, presso il Dipartimento di Medicina Traslazionale di Novara.

Art. 9

Numero minimo e massimo di studenti

Il Corso di Master Universitario di I livello in "Lifestyle Medicine" non potrà essere attuato se, alla scadenza del termine per la presentazione delle domande di iscrizione, non sarà raggiunto il numero minimo di 7 studenti.

Il numero massimo di studenti che potrà iscriversi al corso è fissato in 30 unità.

Art. 10

Ammontare quota di iscrizione e Termini di versamento

Il costo complessivo del corso di Master per ogni studente è di € 2.000,00, da versare in due rate:

- € 1.200,00 entro il termine previsto per l'iscrizione;



- € 800,00 entro il 30 novembre 2018.
- connettersi alla pagina web <http://www.studenti.uniupo.it>;
- accedere all'Area Riservata mediante l'identificativo generato in sede di ammissione (vedere procedura descritta all'art. 13);
- cliccare su "Segreteria", accedendo alla "Pagina Immatricolazione";
- selezionare il corso e inserire le informazioni progressivamente richieste, sino alla generazione e quindi alla stampa della domanda di iscrizione;
- selezionare la voce "Stampa bollettini", e quindi la voce "Fattura", dove comparirà la distinta di versamento relativa alla prima rata (la distinta relativa alla seconda comparirà in seguito);
- stampare la distinta relativa alla prima rata e utilizzarla per effettuare il versamento in questione presso qualsiasi istituto bancario, anche in home-banking (analogamente si dovrà procedere in seguito per il versamento della seconda rata).

Si ricorda inoltre che:

- il numero assegnato dal sistema al termine della procedura on-line, una volta perfezionata l'iscrizione, sarà confermato come matricola effettiva attribuita allo studente (nel caso di accessi successivi alla registrazione, laddove il sistema non riconosca come nome utente la stringa "nome.cognome", si ovvierà inserendo tale numero di matricola; quanto alla password, potrà utilizzarsi quella precedentemente prescelta);
- **in seguito ad aggiornamento delle procedure informatizzate, sono possibili scostamenti rispetto alle indicazioni operative soprariportate;**
- è necessario consegnare presso la Segreteria Studenti della Scuola di Medicina la domanda di iscrizione compilata, le quietanze di versamento delle rate, nonché la documentazione ulteriore, nei tempi e nei modi indicati nell'art. 15;
- per maggiori informazioni, è possibile rivolgersi alla Segreteria Studenti della Scuola di Medicina, all'indirizzo e-mail segreteria.studenti.med@uniupo.it, o al n. 0321.375.270).

Art. 11

Strutture didattiche a disposizione

Gli insegnamenti istituzionali verranno svolti presso le aule del Dipartimento di Medicina Traslazionale ed, eventualmente, presso strutture rese disponibili da altri Enti.

Art. 12

Consiglio di Corso di Master

Il Consiglio di Corso di Master è formato dalle seguenti figure:

- il Direttore del Corso di Master: Prof. Massimiliano Panella;
- il Coordinatore didattico;
- un docente universitario.



Art. 13 **Domanda di ammissione alla selezione**

La domanda di ammissione per la selezione al Master deve essere stilata sul modulo generato mediante la procedura successivamente descritta ed essere presentata all'Università degli Studi del Piemonte Orientale – Segreteria Studenti della Scuola di Medicina (Via Perrone, n. 18, 28100 Novara), entro il **13 aprile 2018** h. 12.00.

È ammessa la spedizione postale, oltretutto tramite e-mail, all'indirizzo segreteria.studenti.med@uniupo.it.

Alla suddetta domanda, in carta libera, dovranno essere allegati i seguenti documenti:

- dichiarazione sostitutiva di certificazione, ai sensi dell'art. 46 punto m) del D.P.R. 28/12/2000, n. 445, attestante il conseguimento del diploma di laurea, con indicazione di data, luogo di conseguimento e votazione di laurea riportata;
- per coloro in possesso di titoli equiparati/equipollenti a quelli elencati all'art. 2, dichiarazione sostitutiva di certificazione, ai sensi dell'art. 46 punto m) del D.P.R. 28/12/2000, n. 445, attestante il conseguimento dei titoli equiparati ed equipollenti, ai sensi della vigente normativa, e dichiarazione sostitutiva di certificazione, ai sensi dell'art. 46 punto m) del D.P.R. 28/12/2000, n. 445 attestante l'avvenuto conseguimento del diploma di Scuola Media Superiore;
- per tutti, curriculum vitae et studiorum in formato europeo, datato e firmato, e che verrà valutato in sede di prova di ammissione;
- ulteriori titoli che si desidera sottoporre alla valutazione per l'ammissione;
- quietanza di versamento della quota di partecipazione alla selezione di € 50,00;
- copia di un documento d'identità in corso di validità.

I candidati portatori di handicap, in applicazione degli artt. 16 e 20 della Legge 5 febbraio 1992 n. 104, così come modificata dalla Legge 28 gennaio 1999 n.17, possono richiedere gli ausili necessari in relazione al loro handicap, nonché l'eventuale concessione di tempi aggiuntivi per lo svolgimento della prova.

La relativa domanda andrà presentata contestualmente a quella di ammissione alla selezione, indirizzandola alla Segreteria Studenti della Scuola di Medicina.

Art. 14 **Data del colloquio**

La data del colloquio verrà pubblicata sul sito web della Scuola di Medicina www.dimet.uniupo.it il **20 aprile 2018**.

Art. 15 **Data di pubblicazione della graduatoria**



La graduatoria sarà visibile dal **4 Maggio 2018** sul sito www.dimet.uniupo.it e presso la Segreteria Studenti della Scuola di Medicina (Via Perrone, n. 18, 28100 Novara).

Art. 16
Domanda di iscrizione al Master

L'iscrizione dovrà effettuarsi entro il **11 maggio 2018**, presso la Segreteria Studenti della Scuola di Medicina (Via Perrone, n. 18, 28100 Novara), presentando i seguenti documenti:

- domanda di immatricolazione generata mediante la procedura descritta nell'art. 10, con marca da bollo da € 16,00;
- quietanza di versamento I rata quota di iscrizione;
- copia del codice fiscale.

Qualora il candidato non effettui l'iscrizione nei tempi su indicati perderà la posizione in graduatoria e si procederà allo scorrimento della stessa fino ad esaurimento posti, come da art. 7.

Art. 17
Afferenza amministrativo-contabile

Il Corso di Master Universitario di I livello in "Lifestyle Medicine" afferirà al Dipartimento di Medicina Traslazionale – Università degli Studi del Piemonte Orientale, Via Solaroli 17 – 28100 – Novara.

Art. 18
Preventivo finanziario del Corso di Studio

... Omissis...

Art. 19
Verifiche intermedie del profitto

Al termine di ogni modulo sono previste prove di valutazione sulla totalità degli insegnamenti per la totalità degli studenti iscritti al Corso di Master Universitario.

Art. 20
Prova finale

Al termine di tutto il percorso formativo il candidato sosterrà una prova finale (Tesi – Project work) su argomenti specifici, predefiniti dai lavori di ricerca effettuati durante il percorso formativo (2 CFU).

Art. 21
Titolo di studio rilasciato



Al candidato, che abbia conseguito i 58 CFU attestanti la frequenza dei singoli moduli e il superamento delle relative prove di valutazione, nonché i 2 CFU riferiti al superamento della prova finale, verrà rilasciato il titolo di Master Universitario di I livello in “Lifestyle Medicine” a firma del Rettore e sottoscritto dal Direttore del Corso di Master.

VISTO

La Responsabile del Settore Alta Formazione

(Mara Zilio)

IL RETTORE

(Cesare Emanuel)

Documento informatico sottoscritto con firma digitale ai sensi del D.Lgs. n. 82/2005 e ss.mm.ii.