

IL CONSULENTE NUTRACEUTICO SPECIALISTA IN EDUCAZIONE ALIMENTARE, BENESSERE E STILI DI VITA

DEFINIZIONE E FINALITÀ

L'attività del Consulente nutraceutico specialista in educazione alimentare, benessere e stili di vita è basata sulla considerazione "siamo fatti di ciò che mangiamo e che la qualità del cibo e dell'acqua che beviamo è essenziale per la salute".

La Nutrizione, la Nutraceutica, gli stili di vita e il benessere in generale fanno parte della nostra vita quotidiana: gli alimenti che tutti i giorni mangiamo contengono nutrienti necessari per la struttura e il buon funzionamento dell'organismo nel quale svolgono un'azione fisiologicamente attiva.

Imparare a conoscerli significa diventare consapevoli della potenzialità intrinseca degli alimenti in quanto ricchi di nutrienti e di nutraceutici essi stessi, dove per nutraceutico si intende l'alimento o parte di alimento avente proprietà fisiologicamente attiva.

Il regime alimentare che seguiamo quotidianamente è spesso basato su condizionamenti alimentari, mode, abitudini, tradizioni e altro. Così molti soffrono, spesso, in ragione dei ritmi di vita stressanti, di difetti o di eccessi. In questi ultimi anni è stato ampiamente pubblicizzato l'obiettivo del benessere fisico, del corpo sempre giovane e in perfetta forma, forma da ricercare a tutti i costi con ore di esercizi in palestra e con regimi alimentari particolari, che molte volte sono sbilanciati oppure inadeguati.

Infine, fatto molto importante e troppo spesso dimenticato, la fisiologia femminile è molto diversa da quella maschile, cosa che in qualsiasi piano alimentare personalizzato dovrebbe essere tenuto presente. Tuttavia gli alimenti possono risultare impoveriti delle sostanze nutrizionali che li caratterizzano, rendendo necessario ricorrere all'uso degli integratori alimentari e fitoterapici di libera vendita.

PRINCIPI E OBIETTIVI

Ricerca, individuare e trattare la causa fondamentale del disagio.

Ogni problema ha la sua causa. L'attività del Consulente nutraceutico specialista in educazione alimentare, benessere e stili di vita deve focalizzare l'attenzione sulla ricerca, l'identificazione e la rimozione della causa, piuttosto che sui sintomi del disagio, altrimenti il problema potrebbe ripresentarsi anche in forma più grave. La causa dello squilibrio deve essere identificata ed eliminata se si vuole raggiungere il completo benessere. Tuttavia, quando detta causa rientra in una o più patologie, è solo il medico il professionista indicato a curarla.

Insegnare i principi del vivere sano.

L'attività del Consulente nutraceutico specialista in educazione alimentare, benessere e stili di vita deve trasferire i principi di stili alimentari sani, e coinvolgere i propri assistiti nel processo di trattamento in modo che possano essere protagonisti del proprio benessere e che imparino ad assumersi la responsabilità della loro salute. Questo approccio di cooperazione tra l'operatore e l'utente ha dimostrato di rendere quest'ultimo protagonista della propria salute e di suscitare un atteggiamento positivo contribuendo al suo benessere ottimale.

I concetti base di una informazione o educazione alimentare per le persone in stato di salute, comprendono la conoscenza delle necessità individuali, tenendo conto delle abitudini alimentari di ciascuno e delle capacità degli alimenti di soddisfare tali necessità.

FORMAZIONE: CONTENUTI E CONOSCENZE

In linea di massima il Consulente nutraceutico specialista in educazione alimentare deve avere una formazione che preveda il possesso di una Laurea Specialistica e un determinato percorso formativo e tirocinio pratico supervisionato.

Contenuti del piano di studi:

I contenuti costituenti le conoscenze, le abilità e competenze sono ampiamente descritti nello Schema dei requisiti per la Certificazione delle Competenze della figura professionale.

COMPETENZE E MODALITÀ OPERATIVE DEL CONSULENTE NUTRACEUTICO

Compito del Consulente nutraceutico specialista in educazione alimentare, benessere e stili di vita è individuare eventuali squilibri alimentari e illustrare i suggerimenti nutrizionali per una sana e corretta alimentazione. In caso di eventuali carenze nutrizionali, suggerire l'integrazione nutrizionale e/o fitoterapica a seconda delle necessità.

Le indicazioni, le metodiche e le tecniche utilizzate dal Consulente nutraceutico contribuiscono a creare condizioni di benessere e favorire una buona qualità della vita nell'individuo già sano; per le patologie, come si è visto, ci vuole il medico.

Il Consulente nutraceutico specialista in educazione alimentare, benessere e stili di vita in particolare deve sapere:

1. Individuare eventuali squilibri alimentari;
2. Illustrare i suggerimenti nutrizionali per una sana e corretta alimentazione;
3. Suggerire l'integrazione nutrizionale e/o fitoterapica in caso di eventuali carenze nutrizionali;
4. Agire perché in ogni situazione, il potere di autoguarigione di ogni individuo si possa esprimere al massimo;
5. Astenersi dall'esercitare l'attività professionale al di fuori dai propri limiti, essendo la consulenza nutrizionale nutraceutica rivolta esclusivamente al benessere psicofisico.

TECNICHE UTILIZZATE

Il Consulente nutraceutico specialista in educazione alimentare, benessere e stili di vita svolge la propria attività professionale utilizzando rimedi, metodiche e tecniche di comprovata esperienza e conoscenza, sia autonomamente che in ausilio alle terapie mediche e soprattutto nel pieno rispetto di un **Codice di Condotta**.

In particolare fornisce suggerimenti:

- sull'alimentazione naturale e il riequilibrio alimentare;
- sull'uso di sostanze naturali, di prodotti e integratori di libera vendita.

LA CERTIFICAZIONE DELLE COMPETENZE DEL CONSULENTE NUTRACEUTICO SPECIALISTA IN EDUCAZIONE ALIMENTARE, BENESSERE E STILI DI VITA

Il “mercato del benessere”, in particolare nell’epoca – che sarà – il post Covid 19, è interamente improntata sul nuovo paradigma della “nutrizione del corpo fatta in salute” e quando si parla di nutrizione del corpo si deve intendere la cura dell’intero corpo attraverso un’attenzione che va dall’alimentazione agli stili di vita.

Per questo motivo una delle Nuove Professioni ai sensi della Legge 4/2013 è quella **del Consulente Nutraceutico specialista in educazione alimentare, benessere e stili di vita** che è stato asseverato e pubblicato dagli organismi preposti alla certificazione.

Il Dott. Michele Lampugnani, Responsabile Sviluppo Organizzativo e Relazioni Esterne di AFEN, segue personalmente l’iter di certificazione dei professionisti dalla valutazione del fascicolo curriculare all’eventuale formazione specialistica propedeutica all’esame di certificazione.

Lo sviluppo delle nuove professioni rappresenta il futuro imminente del mercato del lavoro in quanto in carenza di occupazioni con contratto di lavoro subordinato, la certificazione delle competenze rappresenta l’unica leva strategica e di marketing per garantire, attraverso una valutazione di parte terza, il consolidamento del proprio posizionamento nel mondo del lavoro.

Chi volesse procedere a certificarsi quale Consulente Nutraceutico specialista in educazione alimentare, benessere e stili di vita può contattare direttamente il Dott. Michele Lampugnani i cui riferimenti sono in calce.

Per la CERTIFICAZIONE contattare:

Dott. Michele Lampugnani

Tel. 348 039 6940

Email: sviluppo@afen.it oppure m.lampugnani.fs@gmail.com