Международная университетская программа профессиональной переподготовки

«Интегративная, клиническая и медико-партнерская нутрициология»

УОМ
университет образовательной медицины

ПРИ ПОДДЕРЖКЕ РАН

Интегративный подход

Проблемы со здоровьем и заболевания складываются из множества факторов. Например, за ожирение ответственны более 200 генов, на которые мы можем воздействовать через питание, сон, физическую активность, стресс-менеджмент, питьевой режим и другие составляющие образа жизни. Невозможно убрать лишний вес и сохранить достигнутое надолго только с помощью питания или исключительно через тренировки. Поэтому цель программы «Интегративная, персонифицированная и клиническая нутрициология» – чтобы вы стали **экспертом не только в питании, но и в других направлениях интегративного подхода** к здоровью, включая коучинг и психологию.

Практикоцентрированность

5

В новом пятом потоке программы **увеличено количество часов практики, начиная с первого модуля**. Каждый месяц вы будете делать домашние задания и встречаться с наставниками в мини-группах для их обсуждения. Вы поработаете со специальными анкетами (функциональными опросниками) для первичного сбора и анализа симптомов и дневником питания, научитесь проводить консультацию на примере демонстрационных сессий и разрабатывать персональные рекомендации, потренируете навыки подбора диеты и нутрицевтиков на реальных клинических случаях и клиентах.

После обучения вы сможете пройти **бесплатную стажировку в центре функциональной медицины**. А если вы покажете лучшие результаты на потоке, то отправитесь на **очную стажировку в оздоровительный центр премиум-класса** в сопровождении ведущих преподавателей УОМ.

Направления практики

Диетологическое

Десятки диет-протоколов и алгоритмы их миксования между собой для составления персонифицированных диет.

Нутрициологическое

Обзоры базовых, специальных и редких, а также новых нутрицевтиков для разработки протоколов нутрицевтической поддержки клиентов.

Коучинговое

Технологии коммуникации с клиентом, направленные на выявление его внутренних ресурсов к достижению цели оздоровления.

Психологическое

Техники антистресса, преодоления барьеров в общении с клиентом, его сопротивления и самосаботажа.

Направления практики

Медико-клиническое (коллаборации с врачами)

Алгоритмы разделения труда между врачом и нутрициологом, как выстраивается продуктивный и безопасный коррекционный процесс под задачи клиента.

Консультационное

Механики построения консультационного процесса, которые помогают на каждом этапе встречи с клиентом от первого «Здравствуйте» до проверки выполнения рекомендаций.

Кулинарное

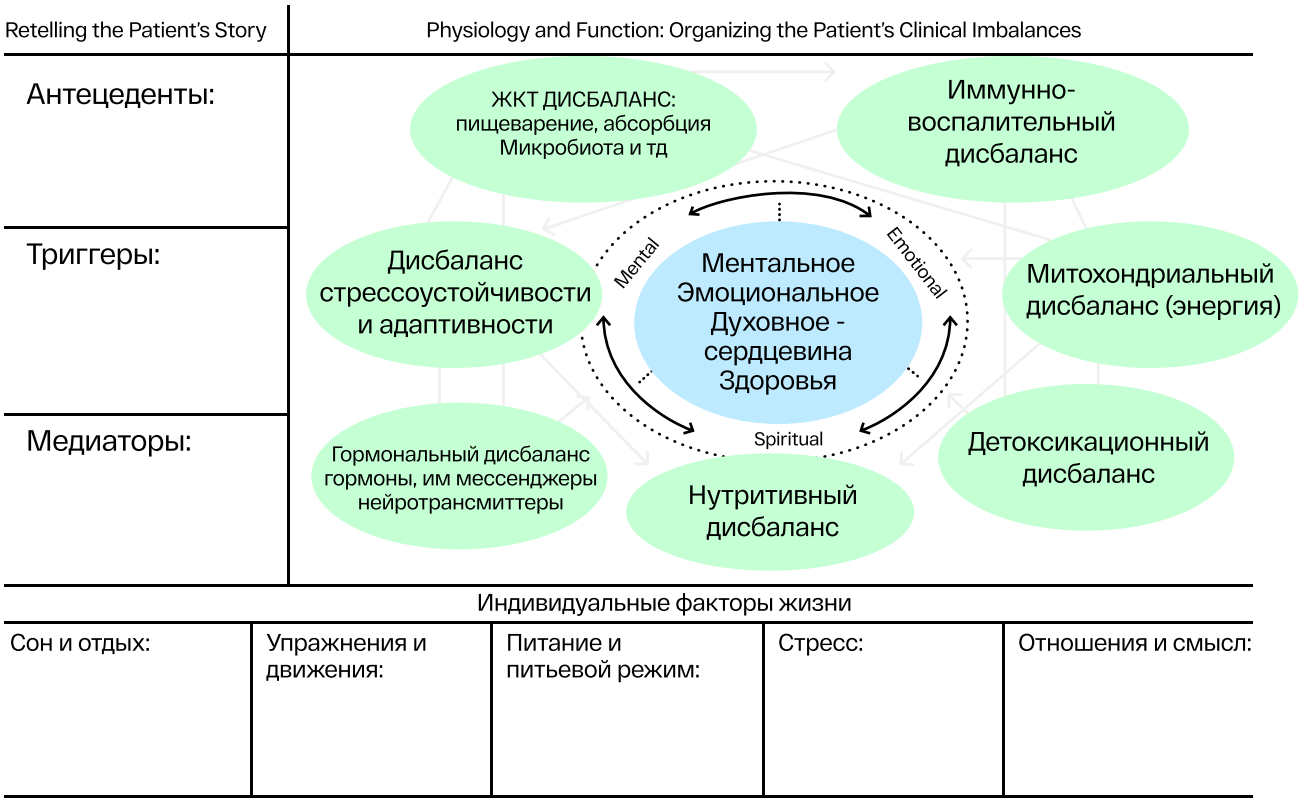
Подходы к выбору, хранению и приготовлению продуктов питания, рекомендации по обращению с терапевтическими продуктами, чтобы вы могли не только рассуждать о еде в теории, но и разрабатывать конкретные рекомендации, продуктовые списки, меню и подборки рецептов.

Бизнес-направление

Подготовка по маркетингу, брендингу и продажам, которая позволит искать первых клиентов и быстро окупать вложения в учебу.

Системные знания, которые ценятся в отрасли

Сегодня много трех-пятимесячных курсов по нутрициологии с предзаписанными уроками двух-семилетней давности, минимальной практикой и отрывочными знаниями из разных прикладных тем. В Университете образовательной медицины вы получите системные знания и новейшие научные данные по функциональным дисбалансам организма от врачей и ученых.



Функциональная, превентивная медицина изучает глубинные причины хронических заболеваний на уровнях желудочно-кишечного тракта, иммунитета, выведения токсинов, выработки гормонов, нейрорегуляции. Именно в этих дисбалансах берут начало инфаркт, инсульт, онкология, диабет и другие острые и хронические состояния. Вы погрузитесь в **исследование дисбалансов с первого же курса программы**, начав с желудочно-кишечного тракта.

Многие работодатели и клиенты уже наслышаны об Университете образовательной медицины и качестве образования наших выпускников. Поэтому даже в начале карьеры вы сможете уверенно **оценить свои услуги в 2 раза дороже**, по сравнению с коллегами из других образовательных проектов.

Способность работать с запросами любой сложности

Клиенты приходят к нутрициологу с разными запросами. Одни хотят повысить энергию, сбросить или набрать вес, улучшить состояние кожи, волос и ногтей, починить кишечник, избавиться от бессонницы. Другие жалуются на анемию, подозревают у себя неполадки с гормонами, недовольны внешним видом и первыми признаками старения, обеспокоены нарушением менструального цикла, страдают расстройствами пищевого поведения. Отучившись на программе, вы сможете решать **как проблемы на уровне образа жизни, так и задачи, связанные с заболеваниями**.

Клиническое мышление

Наш Университет – единственный, где вы обучитесь основам **клинической нутрициологии**, то есть тому, как корректировать хронические заболевания с помощью питания и нутрицевтиков. В США, например, такой дисциплины нет в силу некоторых законодательных особенностей.

Отдельный модуль программы посвящен **лабораторной, физикальной, генетической, аппаратной диагностике**. На этом модуле и практических занятиях вы научитесь строить наиболее точные доврачебные гипотезы о состоянии клиентов, и сможете вовремя направлять к врачу тех, кто в этом нуждается.

Образование международного уровня

Преподаватели УОМ имеют международное образование. Среди наших лекторов – выпускники Института функциональной медицины США IFM, Академии антивозрастной медицины США A4M, кембриджской Школы лечения ожирения.

Программа «Интегративная, клиническая и медико-партнерская нутрициология» проходит **аккредитацию в** крупнейшей международной ассоциации **Health Coach Alliance (HCA)**, где уже аккредитована флагманская программа Университета «Превентивное и персонализированное управление здоровьем». Также программа подготовки нутрициологов УОМ аккредитовывается в **The Canadian Association for Integrative Nutrition** и британской организации **CPD UK**.

Еще одна программа УОМ «Специалист по комплексной нормализации веса и пищевого поведения» получила аккредитацию в The Strategic Centre for Obesity Professional Education (SCOPE) – всемирной организации по изучению ожирения.

!

Для вашей карьеры вышеописанное означает, что, как минимум, ваше имя будет внесено в **реестры аккредитующих международных организаций**.

Уникальные и запатентованные технологии

Вы получите **Toolkit нутрициолога** – десятки эксклюзивных опросников, таблиц, диаграмм, инструкций, диетических протоколов. Все эти материалы разработаны в научной лаборатории УОМ.

В тулкит входит авторская система многоуровневой диагностики – большой интегральный опросник (БИО). Сейчас мы патентуем наши опросники, чтобы ими могли пользоваться только выпускники УОМ.

Кроме того, мы интегрировали в обучение **уникальную аналитику по терапевтическим продуктам и авторскую систему коучингово-психологической подготовки** для помогающих специалистов.

Доказательный подход

В УОМ вы научитесь работать с научной информацией, оценивать качество книг, статей, исследований, **отличать надежные данные от сомнительных**. А значит, сможете давать исключительно проверенные и безопасные рекомендации клиентам.

Забота о студентах

Более 100 человек будут ежедневно мониторить, насколько легко, комфортно и успешно протекает ваш учебный процесс. Это:

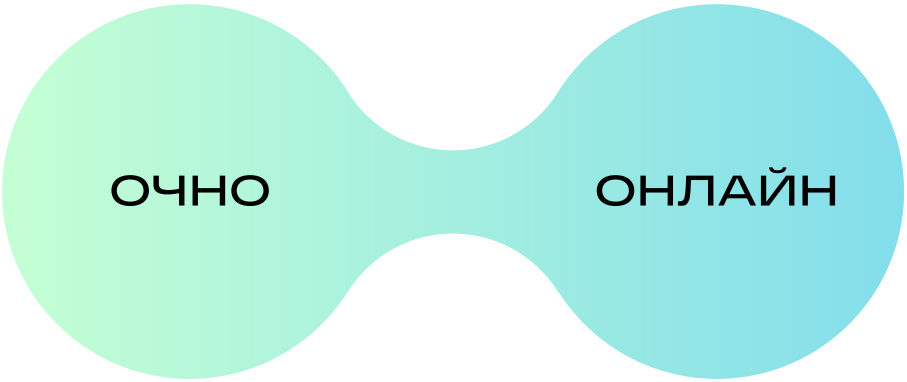
- **кураторы**, которые отвечают на организационные и технические вопросы;
- **тьюторы** – практикующие health-коучи и нутрициологи, самые успешные выпускники УОМ, помогающие студентам с теорией и практикой;
- **служба заботы** – технический персонал.

Интегративная, клиническая и медико-партнерская нутрициология

Половина обращений к врачу связана с хроническим стрессом. Поэтому в обновленной программе «Интегративная, персонифицированная и клиническая нутрициология» вы изучите **техники психологического консультирования и коучинга**, которые **теперь есть в каждом модуле**.

Гибкость обучения

Теперь вы можете **комбинировать очное и онлайн-обучение**. Для этого мы записали часть модулей. Лекции занимают два-три полных дня в месяц в очных модулях и 4-5 часов в неделю в онлайн-модулях, где записи равномерно распределены по месяцу. На учебу вам будет достаточно 8 часов в неделю, так что вы легко совместите новое образование с работой, активной жизнью, семьёй.



Поддержка в развитии карьеры

Совместно с компаниями-партнерами УОМ открыл **карьерный центр**, где с помощью специалистов вы сформируете карьерные цели и запланируете шаги к их достижению, научитесь строить личный бренд, составлять резюме и презентовать результаты работы с клиентами. Вы получите доступ к вакансиям компаний-партнеров, а также возможность стать тьютором УОМ и поучаствовать в проектах Биомедицинского кластера, частью которого является наш Университет.

Официальные дипломы

По итогам первого курса выдается диплом «Специалист по интегративной нутрициологии», после второго курса – диплом «Специалист по клинической, медико-партнерской нутрициологии». Это **дипломы установленного образца**, которые вносятся в Федеральную информационную систему «Федеральный реестр сведений о документах об образовании и (или) о квалификации, документах об обучении» (ФИС ФРДО) – государственный реестр выданных образовательных документов в России. По нему работодатели смогут убедиться в законности вашего образования.

Общество с ограниченной ответственностью
«Университет образовательной медицины»

УОМ

ДИПЛОМ
О ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКЕ

Документ о квалификации

Регистрационный номер
XXXXXXXXXXXX

Город
Москва

Дата выдачи

Настоящий диплом свидетельствует о том, что

Иванов
Иван Иванович

прошел(а) профессиональную переподготовку в (на)
ООО "Нутрифест" по программе
"Специалист по интегративной нутрициологии"
(Specialist in Integrative Nutrition)
с 21 апреля 2023 года по 10 февраля 2024
в объеме 692 ак. часа

Решением от
____ протокол ___

диплом подтверждает присвоение квалификации
Интегративный нутрициолог

и дает право на ведение профессиональной деятельности в сфере
нутрициологии.

Председатель комиссии
М.П. Руководитель
Секретарь

Общество с ограниченной ответственностью
«Университет образовательной медицины»

УОМ

ДИПЛОМ
О ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКЕ

Документ о квалификации

Регистрационный номер
XXXXXXXXXXXX

Город
Москва

Дата выдачи

Настоящий диплом свидетельствует о том, что

Иванов
Иван Иванович

прошел(а) профессиональную переподготовку в (на)
ООО "Нутрифест" по программе "Специалист по клинической, медико-партнерской нутрициологии"
(Specialist in clinical nutrition in partnership with physicians)
с 23 февраля 2024 года по 10 ноября 2024
в объеме 538 ак. часов

Решением от
____ протокол ___

диплом подтверждает присвоение квалификации
Клинический нутрициолог

и дает право на ведение профессиональной деятельности в сфере
клинической, медико-партнерской нутрициологии

Председатель комиссии
М.П. Руководитель
Секретарь

PREVENT AGE
LIFEPATH SCHOOL

European Coaching Association
The Professional Association of Coaches

CERTIFICATE

successfully participated in the professional integrative training program
«TOOLS FOR HEALTH
AND WELLNESS COACHING»
with trainer ECA Expert Level
Dmitriy Zanin
from April 24, 2020 to May 31, 2021
The training included 60 hours held over 6 days, with additional practices and supervision.

Dmitriy Zanin
Train-Coach ECA / - Trainer ECA Expert Level

Licence № 2018-LC-1084

Кроме того, выпускники получают Европейский сертификат по коучингу здоровья.

Поддерживающее профессиональное окружение

Как выпускник УОМ, вы сможете вступить в **Международную ассоциацию специалистов** и организаций в области превентивной персонализированной медицины **(МАПОМ)**. Там вы будете участвовать в ежеквартальных супервизиях, консультироваться с врачами, юристами и наставниками.

МАПОМ

Уникальные преподаватели, многие из которых работают только с УОМ

Ольга Апреликова

Президент Университета образовательной медицины. Бизнес-эксперт (EMBA Cambridge Judge Business School). Практический, клинический психолог.

Андрей Гострый

Основатель и руководитель Института интегральной превентивной и антивозрастной медицины PreventAge®; врач общей практики, превентивной и антивозрастной медицины. Сертифицированный член профессиональных бордов Американской Академии Антивозрастной Медицины (A4M, США) и Института Функциональной Медицины (IFM, США).

Дмитрий Алексеев

Доцент, кандидат биологических наук. Директор научно-методического отдела Университета образовательной медицины.

Людмила Селедцова

Врач-диетолог, эксперт по нутригенетике. Ведущий консультант лаборатории персонального ДНК-тестирования MyGenetics. Автор диеты для детокса и снижения веса на основе ДНК-диагностики.

Михаил Гаврилов

Психиатр, психотерапевт. Врач функциональной медицины (IFM), диетолог-нутрициолог. Преподаватель эриксоновской терапии. Автор запатентованных технологий по коррекции пищевого поведения, научный руководитель сети клиник в РФ и СНГ «Центр функциональной медицины».

Ирина Мальцева

Биолог, генетик, клинический психолог, член Института функциональной медицины США (IFM), психофизиолог сертифицированный в Amen Clinics Inc. (США), соавтор метода нормализации пищевого поведения Михаила Гаврилова.

Ольга Лобко

Концепт-директор и со-основательИнститута PreventAge®,вице-президент Ассоциации врачей PreventAge®, врач эндокринолог, врач превентивной и антивозрастной медицины, выпускник курса AFMCP IFM.

Елена Орлова

Биолог, health-коуч сертифицированный в Институте интегративного питания США (IIN), гербалист Herbal Academy США.

Дмитрий Занин

Психолог, клинический психолог, нейропсихолог. Кандидат педагогических наук, доцент. Руководитель магистерской программы «Практическая психология и коучинг». Заведующий лабораторией коучинга Московского института психоанализа. Мастер-коуч (ICI и AC), бизнес-тренер (ICBT), NLP-тренер.

Марина Внукова

Выпускница Медицинской академии им. И. М. Сеченова по специальности «общая хирургия», иммунодиетолог, нутрициолог, директор по развитию международной компании «Иммунохелс Рус».

Артем Элмуратов

Выпускник механико-математического факультета МГУ, основатель и директор по развитию компании Genotek.

Гузель Евстигнеева

Врач-гастроэнтеролог, диетолог, остеопат, врач превентивной медицины, основатель медицинского центра «Остеопоинт», кандидат медицинских наук, врач высшей категории.

Алексей Москалев

Российский ученый-биолог, доктор биологических наук, профессор РАН, член-корреспондент РАН. Заведующий лабораторией геропротекторных и радиопротекторных технологий Института биологии Коми НЦ УрО РАН, главный научный сотрудник Российского геронтологического научно-клинического центра, ведущий научный сотрудник Института молекулярной биологии им. В. А. Энгельгардта.

Алла Лихачева

Врач общей практики, специалист по функциональным продуктам с хитозаном и его производными.

Анастасия Воеводина

Врач интегральной превентивной и антивозрастной медицины, анестезиолог-реаниматолог, дерматовенеролог.

Александр Королев

Кандидат медицинских наук, эндокринолог, нутрициолог, практикующий хирург, онколог, уролог.

Юлия Мальцева

Нутрициолог, специалист по функциональному питанию, автор книг «Секреты домашней ферментации» и «Сезонное питание на практике».

Анна Попелышева

Врач-кардиолог, терапевт, невролог, гемостазиолог, врач интегральной превентивной и антивозрастной медицины, натуропат. Кандидат медицинских наук. Стаж практики 17 лет. Ведущий эксперт Института PreventAge.

Ольга Андросова

Врач-акушер-гинеколог, врач превентивной медицины.

Вячеслав Ролько

Кандидат медицинских наук, врач-терапевт, врач превентивной медицины. Медицинский директор Группы клиник пластической хирургии и эстетической медицины «Клазко» (Москва). Исполнительный директор и ведущий эксперт Института интегральной превентивной и антивозрастной медицины PreventAge. Член WOSIAAM (Международное сообщество междисциплинарной антивозрастной медицины), ESAAM (Европейское сообщество антивозрастной медицины), IHS (Международное сообщество по гормональной медицине), A4M (Американская академия антивозрастной медицины).

Оксана Соппа

Детский эндокринолог, врач-диетолог, врач превентивной медицины.

Никита Шумило

Врач интегративной и превентивной медицины, невролог, мануальный терапевт, врач – специалист COVID 19.

Виктория Зимина

К. м. н., врач антивозрастной превентивной медицины, гастроэнтеролог-нутридиетолог, специалист УЗД.

Ирина Зеленкова

К. м. н, сертифицированный врач МОК по спортивной медицине.

Мария Чайковская

Спортивный нутрициолог Инновационного центра Олимпийского комитета России, врач-терапевт.

Алексей Одинец

Доктор биологических наук, врач, академик РАЕН и Европейской Академии наук им. Лейбница.

Татьяна Симонова

Врач фунготерапевт.

Программа обучения

Первый курс «Специалист по интегративной нутрициологии»

МОДУЛЬ 1

21-23 апреля 2023 | Очно

Парадигма функционального восстановления здоровья. Эволюция диетологии. Матрица здоровья. Фундаментальные дисбалансы организма как основа хронических заболеваний.

МОДУЛЬ 2

26-27 мая 2023 | Дистанционно

Работа желудочно-кишечного тракта. Базовые принципы рационального питания.

МОДУЛЬ 3

23-25 июня 2023 | Очно

Принципы молекулярной и ортомолекулярной нутрициологии. Новый функциональный взгляд на «привычные» макронутриенты. Общеоздоровительные диеты как первый этап подбора персонифицированных диет.

МОДУЛЬ 4

29-30 июля 2023 | Дистанционно

Иммунодиетология. Неблагоприятные пищевые реакции, стоящие в основе развития хронических, в том числе аутоиммунных заболеваний (аллергии, непереносимости, повышенной пищевой чувствительности). Современная диагностика. Диетологические принципы работы с «проблемными» продуктами – элиминация и реинтродукция. Функциональные диетологические интервенции для улучшения работы иммунной системы.

МОДУЛЬ 5

25-27 августа 2023 | Очно

Функциональный дисбаланс ЖКТ. Нутридиетологическая коррекция.

МОДУЛЬ 6

22-24 сентября 2023 | Дистанционно

Микронутриенты в питании и жизни человека. Витамины и нутритивные дисбалансы. Функциональные дисбалансы в работе с выбором витаминов – новые критерии оценки эффективности (форма, особенности усвоения в связи с биологической индивидуальностью).

МОДУЛЬ 7

20-22 октября 2023 | Очно

Микронутриенты в питании и жизни человека. Микроэлементы – особенности усвоения и «конкуренции» в организме. Факторы, снижающие количество полезных микроэлементов. Биологически активные липиды и липофильные нутриенты, источники питания и роль в организме.

МОДУЛЬ 8

24-26 ноября 2023 | Дистанционно

«Тонкости» нутрициологической науки – условно эссенциальные нутриенты и минорные ингредиенты в питании. Фитонутриенты. Хитозан. Водоросли, грибы.

МОДУЛЬ 9

22-24 декабря 2023 | Очно

Основы лабораторной диагностики. Физикальная диагностика нутритивных дисбалансов. Генетическая диагностика. Биоимпедансометрия.

Программа обучения

Второй курс «Специалист по клинической, медико-партнерской нутрициологии»

МОДУЛЬ 10

26-28 января 2024 | Очно

Интегральная детоксикация. Митохондриальная дисфункция и комплексные методы коррекции.

МОДУЛЬ 11

23-25 февраля 2024 | Очно

Кардиометаболический синдром и высокожировые диеты.

МОДУЛЬ 12

22-24 марта 2024 | Очно

Стресс-менеджмент. Сон.

МОДУЛЬ 13

26-28 апреля 2024 | Дистанционно

Беременность и дети.

МОДУЛЬ 14

24-26 мая 2024 | Очно

Гормоны, костно-мышечная система. Паразитозы и ОРВИ.

МОДУЛЬ 15

21-23 июня 2024 | Дистанционно

Бьюти и спорт.

МОДУЛЬ 16

26-28 июля 2024 | Очно

Когнитивное и эмоциональное здоровье. Нутрициологическое сопровождение при онкологии. Анемии.

Как проходит обучение

Модуль – это месяц обучения, который состоит из:

Лекции.

2-3 полных дня в месяц для очных модулей и по 4-5 часов в неделю для записанных модулей.

Практика.

Практика с тьютором включает ежемесячное выполнение домашнего задания, встречи с тьютором в группах для отработки этих заданий, общение в чате с тьютором, поддержку и ответы на вопросы по обучению.

Семинар.

Встреча с преподавателями для разбора всех вопросов по теме модуля.

Домашние задания.

Работа с опросниками, дневником питания, разбором консультирования, работу с кейсами по протоколам питания, коррекции образа жизни, базовым нутрицевтикам, работу с реальными клиентами.

Чат студентов.

Пространство, где вы вместе с однокурсниками сможете обсуждать задания, делиться наблюдениями и помогать друг другу.

Обучение занимает примерно **8 часов в неделю**, его можно комфортно совмещать с работой, обучаясь и выполняя задания, например, по выходным.

Поробнее вам расскажет специалист приемной комиссии, оставьте заявку и с вами свяжутся

ОТПРАВИТЬ ЗАПРОС

апрель 2023 – декабрь 2023

9 модулей

НФ5 – первый год обучения

Модуль #1 ОЧНЫЙ 21-23 апреля

Парадигма функционального восстановления здоровья. Эволюция диетологии. Матрица здоровья. Фундаментальные дисбалансы организма как основа хронических заболеваний.

Лекционно-практический интенсив

1 ДЕНЬ 21 АПРЕЛЯ 2022

Ольга Апреликова

10:00 – 11:00 Новая профессия функционального и клинического нутрициолога в современном обществе. Назревшие биопсихосоциальные проблемы в обществе, требующие пересмотра парадигмы в сфере помогающих профессий: перспективы, возможности, карьерные траектории

11:00 – 11:20 Перерыв

Андрей Гострый

11:20 – 13:30	Интегративная, функциональная, превентивная медицина и нутрициология – новейшая экспертная парадигма восстановления здоровья, профилактики заболеваний и старения, повышения качества жизни.
13:30 – 14:30	Перерыв на обед

Ирина Мальцева

14:30 – 16:10	Эволюционная диетология и смена парадигмы в современной нутридиетологии . От классических “столов Певзнера” до молекулярной диетологии, иммунодиетологии, нутригеномики, нутригенетики, “геометрии” питания и Конструктора современных диетпланов и их микс-вариантов. Обеспечение диетологической поддержкой индивидуальных биохимических и генетических особенностей организма человека.
16:10 – 16:30	Перерыв

ПРОДОЛЖЕНИЕ

Михаил Гаврилов

16:30 – 18:10

Психологическое консультирование в практике нутрициолога как залог позитивных изменений. Стадии необходимых изменений для начала активных действий в собственном оздоровлении и помощи Клиенту. Плацебо-эффект в работе специалиста. Специалист как плацебо. Ресурсный и трансформационный сеанс направленной визуализации для преодоления этапа сопротивления и размышлений в работе Нутрициолога. Закрепление учебного материала при помощи психофизиологических технологий эриксоновского направления.

2 ДЕНЬ

22 АПРЕЛЯ 2022

Ирина Мальцева

10:00 – 11:40

“Древо здоровья” и Матрица функциональной медицины. “Корни”-причины хронических заболеваний, генетические, эпигенетические и биохимические особенности организма, функциональные и фундаментальные дисбалансы. Триггеры, запускающие патологические процессы Многочисленные хронические заболевания как результат.

11:40 – 12:00

Перерыв

Андрей Гострый

12:00 – 13:40	Системное воспаление.
13:40 – 14:30	Перерыв на обед
14:30 – 16:10	Продолжение темы.
16:10 – 16:30	Перерыв
16:30 – 18:10	Продолжение темы.

3 ДЕНЬ 23 АПРЕЛЯ 2022

Ольга Лобко

10:00 – 11:40	Работа с функциональными опросниками. Интерпретация, правильная оценка и интерпретация опросников. Практический разбор большого функционального опросника на примерах клиентов.

11:40 – 12:00	Перерыв

Ирина Мальцева

12:00 – 13:40	Инструменты (тулкит) health-коуча. Работа с Историей жизни, Линией времени, Образом тела, Колесом жизни, сильными сторонами характера. Работа с Матрицей здоровья (антецеденты, триггеры, медиаторы).
13:40 – 14:30	Перерыв на обед

Ольга Лобко

14:30 – 16:10	Алгоритм сбора первичного анамнеза у клиента. Этапы, особенности.Практический разбор Линии жизни и Матрицы здоровья на примерах клиентов.
16:10 – 16:30	Перерыв

Ирина Мальцева

16:30 – 18:10	Психологические опросники. Анкета образа жизни и питания.

Семинары и лекции

1 ЛЕКЦИЯ

1-1,5 ЧАСА

Ирина Мальцева

Базовые инструменты (тулкит) нутрициолога: Визуализация состояния клиента при помощи Матрицы здоровья. Триггеры, антецеденты, медиаторы, фундаментальные дисбалансы - их связь в Матрице. Работа с Историей жизни, Линией времени, Образом тела. Принципы создания комплексного инструмента функционального и клинического нутрициолога - аналитической Матрицы здоровья, в том числе, для визуализации и осознанности Клиента в понимании своей партнерской роли в собственном излечении или оздоровлении.

---

1 ЛЕКЦИЯ

1-1,5 ЧАСА

Базовые инструменты (тулкит) нутрициолога: оценка психологического статуса и пищевого статуса клиента с применением специализированных опросников. Оценка тревожно-депрессивного состояния, часто являющегося проблемным для начала активных действий по оздоровлению. Симптоматическая диагностика нарушения активности отдельных частей мозга, связанных с особенностями невыгодного или деструктивного поведения Клиента, в том числе, пищевого. Связь питания и нутрициологической коррекции с восстановлением нормальной активности мозга

2 ЛЕКЦИИ

1-1,5 ЧАСА

Ольга Лобко

Базовые инструменты (тулкит) функционального и клинического нутрициолога. Новейший системный инструмент комплексной оценки дисбалансов организма, приводящих к возникновению большинства хронических заболеваний. Большой интегральный опросник (БИО). Заполнение и интерпретация. Практический разбор большого интегрального опросника на примерах клиентов (запись).

---

1 ЛЕКЦИЯ

1-1,5 ЧАСА

Базовые инструменты (тулкит) нутрициолога: алгоритм сбора первичного анамнеза у клиента. Анамнез питания, образа жизни и др. Этапы, особенности. Практический разбор Линии жизни и Матрицы здоровья на примерах клиентов.

Практические занятия

Елена Орлова

Практический вебинар по первым шагам в консультировании. Создание портрета и знакомство с клиентом.

Ирина Мальцева, Ольга Лобко/тьюторы.

Работа с функциональной диагностикой, психологическими опросниками, созданием первичной Матрицы здоровья, другими инструментами ToolKit.

Модуль #2

В ЗАПИСИ

26-27 мая

Работа желудочно-кишечного тракта. анатомия жкт. Режим питания, восстанавливающий здоровье. Базовые принципы рационального питания.

Лекционно-практический интенсив

3 ЛЕКЦИИ

1-1,5 ЧАСА

Гузель Евстигнеева

Анатомия ЖКТ и физиология пищеварения.

---

2 ЛЕКЦИИ

1-1,5 ЧАСА

Людмила Селедцова

Основы, принципы и правила рационального питания (пищевой хронотип, кратность приемов пищи, метаболическая гибкость, пищевое разнообразие, темп еды, калорийность и нутриентная плотность и др.).

---

3 ЛЕКЦИИ

1-1,5 ЧАСА

Ирина Мальцева

Основы, принципы и правила рационального питания: постепенный переход от «мусорного» питания к рациональному. Калорийность, пищевая плотность, пищевая польза продуктов. организация приема пищи.

Ирина Мальцева

Расчет суточной потребности в калориях под индивидуальные задачи клиента. Принципы учета калорийности и порций простых, сложных блюд, в том числе, прошедших термическую обработку. Технологии приготовления пищи.

Дневник питания как ключевой инструмент в работе нутрициолога. Осознанность и фиксация проблемных и ресурсных моментов в ведении дневника. Элементы тайм-менеджмента в работе Нутрициолога и Клиента для эффективного преодоления возможных трудностей первого этапа взаимодействия.

Консультирование клиентов под руководством Д. Занина

Психология общения в нутрициологической консультации и коучинге (Часть 1): структура общения, барьеры общения, формы и виды общения.
Учимся строить экологиченое, эффективное общение (снятие барьеров коммуникации)

Елена Орлова

Как сподвигнуть клиента на сложные интервенции? Практические инструменты сопровождения сложных изменений.

Практические занятия

Диетологическая практика с Ириной Мальцевой

Отработка основных принципов и правил рационального питания. Обучение работе в приложениях.

- Расчет УОО и СПК для виртуального клиента с учетом пола, возраста, роста, веса. Подбор калорийности для снижения, набора или поддержания веса.
- Расчет калорийности и целевых % БЖУ сложных блюд с термической обработкой и без нее
- Работа с порциями. Составление дневного рациона с учетом порций.

Елена Орлова

Кейсы разбора дневников питания и составления рекомендаций на их основе. Работа в мини-группах с тьютором. Первая установочная встреча группы, начало отработки навыков работы с дневником питания, в том числе с применением коучинговых инструментов.

Модуль #3

ОЧНЫЙ

23-25 июня

Принципы молекулярной и ортомолекулярной нутрициологии. Новый функциональный взгляд на “привычные” макронутриенты. Общеоздоровительные диеты как первый этап подбора персонифицированных диет.

Лекционно-практический интенсив

2 ЛЕКЦИИ

1-1,5 ЧАСА

Людмила Селедцова

Белки. Структура, номенклатура и свойства белков и аминокислот. Понятие азотистого баланса. Пищеварение, абсорбция, обмен белка. Потребность в белке/аминокислотах. Белок и функция почек. Потребление белка и болезни цивилизации: ИБС, рак, остеопороз. Потребление белка и продолжительность жизни.

---

2 ЛЕКЦИИ

1-1,5 ЧАСА

Углеводы. Виды и обмен углеводов. Нормы потребления углеводов. Углеводы в продуктах питания: гликемический индекс, гликемическая нагрузка, инсулиновый индекс. Сладкие углеводы и заменители сахара.

---

2 ЛЕКЦИИ

1-1,5 ЧАСА

Дмитрий Алексеев

Пищевые волокна и другие пребиотики для направленной модуляции микробиома кишечника.

1 ЛЕКЦИЯ

1-1,5 ЧАСА

Ирина Мальцева

Общеоздоровительные диеты как фундамент нутрициологической практики (средиземноморская, скандинавская и др.). Доказательная медицина и клинические исследования “золотого стандарта диетологии”. Основы и начало профессионального конструирования диет под индивидуальную задачу Клиента.

---

1 ЛЕКЦИЯ

1-1,5 ЧАСА

Веганство, вегетарианство, пескетарианство и другие виды ограничительных растительных диет. Плюсы и минусы вегетарианства, терапевтические нюансы построения вегетарианского рациона.

---

2 ЛЕКЦИИ

1-1,5 ЧАСА

Людмила Селедцова

Липиды. Обмен липидов. Свойства и значение жирных кислот, незаменимых ПНЖК, фосфолипидов. Животные и растительные стерины. Содержание липидов в продуктах питания. Нормы потребления липидов.

---

1 ЛЕКЦИЯ

1-1,5 ЧАСА

Михаил Гаврилов

Трансформационная траектория. Мечты и фантазии. Целеполагание. Правила создания эффективного образа достижения для Нутрициолога и Клиента. Сеанс направленной визуализации для формирования новых навыков, получение доступа к ресурсам психики. Закрепление усвоенного учебного материала.

Мини-курс по психологии для себя и клиентов с Михаилом Гавриловым

Эмоциональный маятник. Как эффективно работать с негативными эмоциями, превращая их в энергию достижений.

Дмитрий Алексеев

Опросники: качество БЖУ и количество пищевых волокон.

Елена Орлова

Биоиндивидуальность. Что может быть важнее, чем БЖУ?

Консультирование клиентов под руководством Д. Занина

Психология общения в нутрициологичекой консультации и коучинге (Часть 2): личность нутрициолога и ее влияние на процессы общения. Позиция консультанта. Особенности слушания, Тренировка навыков активного слушания

ПРОДОЛЖЕНИЕ

Диетологическая практика с Ириной Мальцевой

Составление дневного рациона с учетом целевых калорий, порций, БЖУ, дробности питания для:

- Средиземноморского Плана питания.
- Средиземноморский БГБКБС План питания.
- Вегетарианский План питания на выбор (веганский, вегетарианский).

Модуль #4

В ЗАПИСИ

29-30 июля

Иммунодиетология. Неблагоприятные пищевые реакции, стоящие в основе развития хронических, в том числе, аутоиммунных заболеваний (аллергии, непереносимости, повышенная пищевая чувствительность). Современная диагностика. Диетологические принципы работы с “проблемными” продуктами - элиминация и реинтродукция. Функциональные диетологические интервенции для улучшения работы иммунной системы.

Лекционно-практический интенсив

3 ЛЕКЦИИ

1-1,5 ЧАСА

Марина Внукова

Питание и иммунная система. Влияние пищевых факторов на разные звенья иммунной системы.

Зачем иммунной системе контролировать пищеварение? Феномен пищевой непереносимости и гиперчувствительности: механизмы, патогенетическое значение. Пищевая дезадаптация в развитии пищевых конфликтов, пищевой аллергии, аутоиммунных расстройств.

Персонализированная иммунодиетология на основе современной лабораторной диагностики как наиболее прогрессивный подход в менеджменте хронических заболеваний. Сравнение различных диагностических панелей.

3 ЛЕКЦИИ

1-1,5 ЧАСА

Ирина Мальцева

Элиминационно-реинтродукционный принцип и алгоритм использования диетпротоколов. ЭРД - универсальный план снижения антигенной нагрузки.

Популярные типы аутоиммунных диетических протоколов без лабораторной диагностики (моно-, олиго-, полипродуктовая элиминация, палеодиета, аутоиммунный протокол).

Низкогистаминный план питания. Особые технологии заготовки, хранения и употребления продуктов.

---

3 ЛЕКЦИИ

1-1,5 ЧАСА

Консультирование клиентов под руководством Д. Занина

Коучинговые стратегии работы нутрициолога. Интервью как унивесальный диагностический метод. Схема построения интервью. Типы вопросов. Диагностические цели интервью.

Практические занятия

Диетологическая практика с Ириной Мальцевой

Работа с планами питания:

- → ЭРД
- → АИП, Палео
- → Диета по тесту “ImmunoHealth”

Модуль #5

ОЧНЫЙ

25-27 августа

Дисбаланс жкт. Взаимосвязь с другими ключевыми дисбалансами в организме. Основная роль дисбаланса жкт в развитии многих хронических заболеваний. Нутридиетологические способы коррекции.

Лекционно-практический интенсив

3 ЛЕКЦИИ

1-1,5 ЧАСА

Александр Королев

Ключевые элементы дисбаланса ЖКТ как фундаментальный триггер хронических заболеваний: гипоацидность, пищевая гиперчувствительность, агрессивные компоненты обычных пищевых продуктов, избыточный микробный рост в тонком кишечнике, повышенная кишечная проницаемость и др.

---

3 ЛЕКЦИИ

1-1,5 ЧАСА

Программа 5R как основа восстановления ЖКТ и менеджмента хронических заболеваний и синдромов.

---

2 ЛЕКЦИИ

1-1,5 ЧАСА

Дмитрий Алексеев

Современные представления о роли микробиома желудочно-кишечного тракта в норме и патологии.

Современные инновационные технологии восстановления здоровья при помощи менеджмента микробиоты кишечника.

1 ЛЕКЦИЯ

1-1,5 ЧАСА

Ирина Мальцева

Диеты для ЖКТ. Специфические низкоуглеводные диеты для менеджмента дисбаланса микробиоты ЖКТ: антикандидозная диета. Два этапа диеты - от жесткого до “либерального” плана.

---

1 ЛЕКЦИЯ

1-1,5 ЧАСА

Специфические низкоуглеводные диеты для менеджмента дисбаланса микробиоты ЖКТ: План LowFODMAP.
Элементный план питания. Врачебная и домашняя версия.

---

1 ЛЕКЦИЯ

1-1,5 ЧАСА

Диеты, восстанавливающие ЖКТ и работу мозга.
Диета GAPS доктора Наташи Кэмпбелл МакБрайд.
Специфический углеводный план.
Конструктор диет: собираем пазл.

---

1 ЛЕКЦИЯ

1-1,5 ЧАСА

Элементный план питания. Миксы диет. Как на практике комбинировать разные протоколы для создания индивидуального плана питания. Демонстрация диетологических кейсов.

Михаил Гаврилов

Сеанс направленной визуализации - антистрессовая поддержка и усвоение учебной информации.

Семинары и лекции

Мини-курс по психологии для себя и клиентов с Михаилом Гавриловым

Кнопки мозга. Учимся правильному управлению своим мозгом.

Юлия Мальцева

Инструменты оценки качества микробиоты в практике нутрициолога.

Консультирование клиентов под руководством Д. Занина

Этика консультативного и коучингового процесса. Структура консультациию.Пространственно-временная структура организации консультативного процесса. Консультативный контракт

Практические занятия

Диетологическая практика с Ириной Мальцевой

- → LowFODMAP
- → Диета Антикандида
- → Низкогистаминный план

Практика работы нутрициолога с врачом-гастроэнтерологом, врачом ФМ на основе программы 5R

1. Заболевания и функциональные расстройства органов ЖКТ (ГЭРБ, гипохлоргидрия, гастрит, язва, СРК и др.)
2. Диетологический и нутрициологический менеджмент хеликобактерных, грибковых инфекций, дисбиоза кишечника.
3. Стратегии работы с желчеоттоком, с камнями в желчном пузыре и т.д.

Модуль #6

В ЗАПИСИ

22-24 сентября

Микронутриенты в питании и жизни человека. Витамины и нутритивные дисбалансы. Функциональные нюансы в работе с выбором витаминов - новые критерии оценки эффективности (форма, особенности усвоения в связи с биологической индивидуальностью).

Лекционно-практический интенсив

1 ЛЕКЦИЯ

1-1,5 ЧАСА

Дмитрий Алексеев

Все ли БАДы безопасны? Предельные суточные дозы. Совместимость между собой и с лекарственными препаратами. Вспомогательные добавки (красители, оболочки). Принципы сертификации, или Как читать этикетки. Принципы рационального назначения БАД, контроля их эффективности, взаимодействия и отслеживание побочных эффектов. Усиление фармакотерапии с помощью БАД.

---

8 ЛЕКЦИЙ

1-1,5 ЧАСА

Людмила Селедцова

Витамины в питании человека. Значение в обмене веществ и в регуляции. Особенности усвоения витаминов. Нормы потребления и физиологическая потребность.

---

3 ЛЕКЦИИ

1-1,5 ЧАСА

Диетологическая практика с Ириной Мальцевой

- Элементный план.
- Специфический углеводный план.
- Протокол GAPS (доктора Наташи Кэмпбелл-Макбрайд).

Модуль #7

ОЧНЫЙ

20-22 октября

Микронутриенты в питании и жизни человека. Микроэлементы - особенности усвоения и “конкуренции” в организме. Факторы, снижающие количество полезных микроэлементов. Биологически активные липиды и липофильные нутриенты, источники питания и роль в организме.

Лекционно-практический интенсив

8 ЛЕКЦИЙ

1-1,5 ЧАСА

Людмила Селедцова

Минералы в питании человека. Значение в обмене веществ и в регуляции. Особенности усвоения минералов. Нормы потребления и физиологическая потребность.

---

1 ЛЕКЦИЯ

1-1,5 ЧАСА

Александр Королев

Биологически активные липиды и липофильные нутриенты: фосфолипиды, гликолипиды, алкилглицеролы и плазмалогены, церамиды, полипренолы, фитостеролы, бетулин, лауриновая кислота, среднецепочечные жирные кислоты и др.

1 ЛЕКЦИЯ

1-1,5 ЧАСА

Михаил Гаврилов

Как активировать внутренние ресурсы специалиста на преодоление собственного сопротивления и профилактику рецидивов в обучении. Работа с тревожно-депрессивными проявлениями.

Трансформационная траектория. Сеанс направленной визуализации для формирования новых навыков, получение доступа к ресурсам психики. Закрепление усвоенного учебного материала.

Семинары и лекции

4 ЛЕКЦИИ

1-1,5 ЧАСА

Консультирование клиентов под руководством Д. Занина

Типы клиентов в консультативной практике. Нозологические категории и их альтернативы в консультировании . Оценка модели мира клиента. Типология клиентов. Понимание клиента психологом. Чувства клиента в психологическом консультировании

---

1 ЛЕКЦИЯ

1-1,5 ЧАСА

Дмитрий Алексеев

Виды исследований и работа с научной литературой.

Практические занятия

Работа в мини-группах с тьютором. Составление нутрициологических рекомендаций по устранению дефицитов витаминов и микроэлементов.

Мастермайнд по проделанной работе в парах по составлению рекомендаций.

Модуль #8

В ЗАПИСИ

24-26 ноября

“Тонкости” нутрициологической науки - условно эссенциальные нутриенты и минорные ингредиенты в питании. Фитонутриенты. хитозан. Водоросли, грибы.

Лекционно-практический интенсив

4 ЛЕКЦИИ

1-1,5 ЧАСА

Александр Королев

Условно эссенциальные нутриенты в питании человека. Значение в обмене веществ и в регуляции. Особенности усвоения УЭН. Нормы потребления и физиологическая потребность.

---

1 ЛЕКЦИЯ

1-1,5 ЧАСА

Алексей Москалев

Сигнальные пути воздействия фитонутриентов на здоровье человека.

---

2 ЛЕКЦИИ

1-1,5 ЧАСА

Ирина Мальцева

Классификация фитонутриентов, основные источники - продукты растительного происхождения. Практическое применение наиболее активных фитонутриентов (примеры при менопаузе, подготовке к беременности, помощи в лечении онкологии).

1 ЛЕКЦИЯ

1-1,5 ЧАСА

Алла Лихачева

Биологическая активность и практическое применение препаратов на основе гидролизатов хитозана.

Алексей Одинец

1 ЛЕКЦИЯ

1-1,5 ЧАСА

Уникальные нутрицевтики на основе морских водорослей и гидробионтов.

Татьяна Симонова

2-3 ЛЕКЦИИ

1-1,5 ЧАСА

Биологическая активность и практическое применение препаратов на основе лекарственных грибов при общесоматических заболеваниях.

Михаил Гаврилов

1 ЛЕКЦИЯ

1-1,5 ЧАСА

Как сохранить мотивацию к продолжению собственной и клиентской работы. Смысловые ценности как основа мотивации специалиста и клиента. Сеанс направленной визуализации - антистрессовая разгрузка и усвоение информации

Консультирование клиентов под руководством Д. Занина

Составление индивидуального плана, заключение клиентского психологического контракта. Методика сопровождения выполнения индивидуального плана.

Практические занятия

Дмитрий Алексеев

Опросники по оценке энергозатрат, оценка антиоксидантного потенциала питания.

Работа в мини-группах с тьютором. Составление нутрициологических рекомендаций.

Модуль #9

ОЧНЫЙ

22-24 декабря

Основы лабораторной диагностики. Физикальная диагностика нутритивных дисбалансов. Генетическая диагностика. Биоимпедансметрия.

Лекционно-практический интенсив

4 ЛЕКЦИИ

1-1,5 ЧАСА

Анастасия Воеводина

Основы лабораторной диагностики нутриентного статуса.

---

2 ЛЕКЦИИ

1-1,5 ЧАСА

Ольга Лобко

Основы физикальной диагностики нутритивных дисбалансов.

---

4 ЛЕКЦИИ

1-1,5 ЧАСА

Людмила Селедцова

Молекулярно-генетические аспекты обмена и диагностики макронутриентов и микронутриентов.

1 ЛЕКЦИЯ

1-1,5 ЧАСА

Анна Попелышева

Использование метода биоимпедансометрии в работе консультанта по питанию.

---

1 ЛЕКЦИЯ

1-1,5 ЧАСА

Михаил Гаврилов

Профилактика эмоционального выгорания в работе специалиста.

Мини-курс по психологии для себя и клиентов с Михаилом Гавриловым.

Медитативные практики для себя и в работе с клиентом. Медитация с едой - совмещение умения насыщаться, повышать осознанность в еде, снимать хроническое стрессовое напряжение.

Семинары и лекции

Ирина Мальцева + студентка Клинической нутрициологии

«Вебинар по профориентации»

Консультирование клиентов под руководством Д. Занина

Типовые возражения клиентов и методика работы с ними. Сопротивления клиентов в процессе консультативной работы. Методика работы с возражениями и сопротивлениями

Практические занятия

Елена Орлова

Практические аспекты восполнения дефицитов по результатам лабораторных анализов через БАД и рацион.

Работа в мини-группах с тьютором.

Людмила Селедцова

Работа нутрициолога с генетическим отчетом. Составление индивидуальных нутридиетологических рекомендаций, а также коррекция образа жизни.

Ирина Мальцева

Составление Матрицы здоровья. Практика с учетом всех диагностических инструментов.

Получить бесплатную консультацию

январь 2024 – июль 2024

7 модулей

НФ5 – второй год обучения

Модуль #10 ОЧНЫЙ 26-28 января

Системное воспаление. Интегральная детоксикация. Митохондриальная дисфункция и комплексные методы коррекции.

Лекционно-практический интенсив

2 ЛЕКЦИИ

1-1,5 ЧАСА

Александр Королев / Андрей Гострый

Системное воспаление как универсальная патогенетическая основа болезней цивилизации.

---

4 ЛЕКЦИИ

1-1,5 ЧАСА

Людмила Селедцова

Принципы и механизмы детоксикации в организме. Двухэтапная биотрансформация в клеточной детоксикации, элиминация метаболитов токсинов.

Интегральная нутрициологическая детоксикация.

---

2 ЛЕКЦИИ

1-1,5 ЧАСА

Ольга Лобко

Диетический детокс-конструктор.

2 ЛЕКЦИИ

1-1,5 ЧАСА

Вячеслав Ролько

Митохондрии как основа психофизиологического благополучия и ключевая мишень для нутрициологической коррекции. Окисление и антиоксидантная защита организма. Окислительный стресс в патогенезе основных заболеваний.

---

1 ЛЕКЦИЯ

1-1,5 ЧАСА

Нутрициологическая модуляция функции митохондрий как универсальная стратегия оптимизации жизнедеятельности и профилактики заболеваний.

---

1 ЛЕКЦИЯ

1-1,5 ЧАСА

Михаил Гаврилов

Энергетические потери в работе специалиста. Клиент-"жертва", психологический "вампиризм", защита личных границ. Сеанс направленной визуализации - антистресс и усвоение полученной информации.

Семинары и лекции

Елена Орлова

Базовый нутрициологический протокол работы с фоновым воспалением.

Дмитрий Алексеев

Опросник по биологическому возрасту. Учет факторов старения.

Консультирование клиентов под руководством Д. Занина

Мотивы и потребности определяющие пищевое поведение человека. Методы выявления потребностей. Феномен пищевого влечения и структура волевого акта человека в процессе пищевого поведения.

Практические занятия

Елена Орлова

Составление схем нутрициологической коррекции для детоксикации и восстановления функции митохондрий.

Диетологическая практика

- → Детокс-диета.
- → FMD.
- → Интервальное голодание.

Практика нутрициолога в сотрудничестве с врачом ФМ

1. Питание и сапплементация при заболеваниях почек (МКБ, хр.пиелонефрит, гломерулонефрит).
2. Заболевания печени, нутрициологическая коррекция. Схемы детоксикации.
3. Комплексная терапия запоров.

Практика

Оформление кейса по ведению собственного клиента для представления его в качестве выпускной работы по практике.

Модуль #11 ОЧНЫЙ 23-25 февраля

Кардиометаболический синдром и высокожировые диеты.

Лекционно-практический интенсив

2 ЛЕКЦИИ

1-1,5 ЧАСА

Ольга Лобко

Современные представления о причинах и механизмах формирования инсулинорезистентности и метаболического синдрома.

---

2 ЛЕКЦИИ

1-1,5 ЧАСА

Людмила Селедцова

Теоретическое обоснование, польза и риски применения низкоуглеводных диет. Низкоуглеводные диеты для менеджмента инсулинорезистентности и системного воспаления: LCHF, кето-митодиета.

---

1 ЛЕКЦИЯ

1-1,5 ЧАСА

Принципы практической реализации низкоуглеводных диет.

4 ЛЕКЦИИ

1-1,5 ЧАСА

Анна Попелышева

Нутрициологический менеджмент инсулинорезистентности и метаболического синдрома и нутрициологическая профилактика сердечно-сосудистых рисков и заболеваний.

---

1 ЛЕКЦИЯ

1-1,5 ЧАСА

Ирина Мальцева

Кардиометаболический план питания, снижающий риски кардиометаболических нарушений. Терапевтические продукты.

---

1 ЛЕКЦИЯ

1-1,5 ЧАСА

Основы, принципы и правила рационального питания: организация приема пищи, система липостата, система контроля аппетита. Комплексные технологии функциональной и образовательной медицины для восстановления системы контроля аппетита и работы с пищевой зависимостью. Биопсихосоциальная модель.

---

2 ЛЕКЦИИ

1-1,5 ЧАСА

Михаил Гаврилов

Пищевое поведение как часть поведения человека, в целом. Принципы нормализации пищевого поведения. Голод и аппетит. Различные техники работы с аппетитом. Сеанс направленной визуализации.

Семинары и лекции

Елена Орлова

Системная работа с сахарной зависимостью: протокол для индивидуальной и групповой работы.

Мини-курс по психологии для себя и клиентов от Михаила Гаврилова

Социум и правильные границы в нем. Любовь и уважение к себе. Расстановка приоритетов.

Консультирование клиентов под руководством Д. Занина

Персонифицированное информирование, инструктирование и аргументация в процессе консультирования по вопросу здорового питания.

Практические занятия

Диетологическая практика

- → Кардиометаболический план
- → LHCF
- → Кето-Мито План

Практика с врачом ФМ

1. Нутрициологическая коррекция при ИР и Сахарном диабете 2 типа.
2. Диета и БАД при ожирении.
3. Питание и нутрициологическая поддержка при атеросклерозе и кардиологических заболеваниях.

Модуль #12

ОЧНЫЙ

22-24 марта

Стресс-менеджмент. Сон.

Лекционно-практический интенсив

6 ЛЕКЦИЙ

1-1,5 ЧАСА

Андрей Гострый

Нутрициологический стресс-менеджмент и профилактика психоэмоциональных нарушений.

---

2 ЛЕКЦИИ

1-1,5 ЧАСА

Ольга Лобко

Нутрициологический менеджмент нарушений сна.

---

2 ЛЕКЦИИ

1-1,5 ЧАСА

Ирина Мальцева

Адаптационная терапия как универсальная помощь при стрессе для восстановления психонейроиммуноэндокринологического взаимодействия в организме.

Семинары и лекции

Консультирование клиентов под руководством Д. Занина

Требования к личности консультанта. Компетенции эффективного консультанта. Методика оценки эффективности консультационного процесса.

Практические занятия

Елена Орлова

Практика по составлению нутрициологических схем.

Ирина Мальцева

Практика по составлению схем по адаптационной терапии.

Модуль #13 В ЗАПИСИ 26-28 апреля

Беременность и дети.

Лекционно-практический интенсив

1 ЛЕКЦИЯ

1-1,5 ЧАСА

Ирина Мальцева

Эпигенетическая регуляция во время подготовки к беременности и во время беременности. Перинатальное программирование. Возможности диагностики и нутритивной коррекции.

---

4 ЛЕКЦИИ

1-1,5 ЧАСА

Ольга Андросова

Планирование и подготовка к беременности пары. Ведение беременности. Комплексное восстановление после родов и грудное вскармливание.

---

6 ЛЕКЦИЙ

1-1,5 ЧАСА

Оксана Соппа

Питание детей и подростков.

Семинары и лекции

Мини-курс по психологии доктора Гаврилова

Повышение самооценки.

Практические занятия

Практика нутрициолога в работе с врачом ФМ

1. Питание, нутрициологическая коррекция дефицитов перед зачатием и во время беременности.
2. Диета и БАД при сложно протекающей беременности.
3. Питание и нутрицевтики для детей разных возрастов.

Модуль #14 ОЧНЫЙ 24-26 мая

Гормоны, костно мышечная система. Паразитозы и орви.

Лекционно-практический интенсив

2 ЛЕКЦИИ

1-1,5 ЧАСА

Ольга Андросова

Нутрициологический менеджмент женского здоровья.

---

2 ЛЕКЦИИ

1-1,5 ЧАСА

Александр Королев

Нутрициологический менеджмент мужского здоровья.

---

2 ЛЕКЦИИ

1-1,5 ЧАСА

Ольга Лобко

Нутрициологический менеджмент заболеваний щитовидной железы.

---

2 ЛЕКЦИИ

1-1,5 ЧАСА

Никита Шумило

Диетологический и нутрициологический менеджмент хронических микс-инфекций и паразитозов.

1 ЛЕКЦИЯ

1-1,5 ЧАСА

Гульнара Филатова

Диетическая и нутрициологическая иммунокоррекция и профилактика простудных заболеваний.

---

1 ЛЕКЦИЯ

1-1,5 ЧАСА

Виктория Зимина

Питание и здоровье соединительной ткани. Дисплазия соединительной ткани (ДСТ) и питание. Основные фенотипы ДСТ. Причины и последствия развития ДСТ. Питательная и метаболическая коррекция ДСТ.

---

2 ЛЕКЦИИ

1-1,5 ЧАСА

Ольга Лобко

Причины и механизмы развития артрита и артроза, саркопении и остеопороза. Питательная и метаболическая поддержка.

Семинары и лекции

Елена Орлова

Женское здоровье: нутрициологические инструменты превенции и женского качественного долголетия.

Базовый нутрициологический протокол восстановления организма после перенесенной вирусной инфекции.

Мини-курс по психологии для себя и клиентов от Михаила Гаврилова

Зависимости в жизни человека. Социально приемлемые и деструктивные зависимости. Как снизить уровень своей зависимости?

Консультирование клиентов под руководством Д. Занина

Заключительная беседа. Задачи и организация заключительной беседы. Учет жизненных обстоятельств. Возможные направления рекомендаций. Рекомендации и домашние задания. Методика парадоксальных заданий.

Практические занятия

Практика работы нутрициолога с врачом-эндокринологом, врачом ФМ

- Заболевания щитовидной железы (гипотиреоз, АИТ).
- Гормональный дисбаланс у женщин и мужчин.
- Паразитозы.
- Питание и БАД при ОРВИ.
- Заболевания опорно-двигательного аппарата (артриты, подагра, артрозы, саркопения, остеопения).

Модуль #15

В ЗАПИСИ

21-23 июня

Бьюти и спорт.

Лекционно-практический интенсив

3 ЛЕКЦИИ

1-1,5 ЧАСА

Андрей Гострый

Мультивекторная нутрициологическая бьютипротекция.

8-9 ЛЕКЦИЙ

1-1,5 ЧАСА

Ирина Зеленкова/Мария Чайковская

Спортивная нутрициология.

---

1 ЛЕКЦИЯ

1-1,5 ЧАСА

Михаил Гаврилов

Трансформационная траектория. Сеанс направленной визуализации для формирования новых навыков, получение доступа к ресурсам психики. Закрепление усвоенного учебного материала.

Семинары и лекции

Мини-курс по психологии доктора Гаврилова

Дисморфофобии и дисморфомании. 5 травм детства.

Практические занятия

Практика нутрициолога в сотрудничестве с врачом ФМ

1. Питание и БАД при акне.
2. Спортивное питание для различных видов спорта.

Модуль #16 ОЧНЫЙ 26-28 июля

Когнитивное и эмоциональное здоровье. Нутрициологическое сопровождение при онкологии. Анемии.

Лекционно-практический интенсив

6 БЛОКОВ

Андрей Гострый

Нутрициологический менеджмент эмоционального и когнитивного здоровья.

---

2 БЛОКА

Александр Королев

Питание для профилактики онкологических заболеваний. Питание и нутрициологическая поддержка при онкологии.

---

1 БЛОК

Юрий Исаев

Биологическая активность и практическое применение препаратов на основе лекарственных грибов в комплементарной онкологии.

---

1 БЛОК

Спикер уточняется

Анемия в практике нутрициолога.

Семинары и лекции

2 ЛЕКЦИИ

1-1,5 ЧАСА

Дмитрий Занин

Коучинг.

Практические занятия

Практика нутрициолога в сотрудничестве с врачом ФМ

1. Депрессия, биполярное расстройство, другие психические заболевания.
2. Онкологические заболевания (гормон-зависимые виды рака (РМЖ, простаты, толстого кишечника); рак органов ЖКТ (желудка, печени, поджелудочной), доброкачественные опухоли.
3. РАС, Нейродегенеративные заболевания и питание.

→ Кейсы наших студентов **Открыть ссылку**

В чем особенности очного обучения

Живое общение с преподавателями: все наши спикеры с удовольствием общаются со студентами в перерывах, отвечают на дополнительные вопросы и комментарии.

Живое общение с одногруппниками: наши слушатели живут активной студенческой жизнью, общаются, дружат, собираются после учебы.

Обеденные элективы с представителями индустрии здоровья: предприниматели, авторы продуктов, лидеры мнений поделятся своими историями и опытом, ответят на ваши вопросы.

Функциональное питание во время всех лекционных дней: три дня в месяц мы полностью берем вопрос вашего рациона на себя.

Коммьюнити УОМ: более 6 000 единомышленников

ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ ПО ПРОГРАММЕ ИЛИ ЗАПРОСИТЬ ПЕРСОНАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ ОБУЧЕНИЯ У СОТРУДНИКА ПРИЕМНОЙ КОМИССИИ

ОТПРАВИТЬ ЗАПРОС

УОМ

университет
образовательной
медицины

8 (800) 551-14-48

Секретариат
Университета образовательной
медицины

UOM.EDUCATION