

Accademia Istruttori e Operatori Certificati

# OPERATORE ALIMENTAZIONE AYURVEDICA

Percorso online certificato  
di alta formazione



# ALIMENTAZIONE AYURVEDICA

---



Il corso di Istruttore di Alimentazione Ayurvedica è un percorso formativo che insegna a considerare, (mettere in pratica e trasmettere), il cibo non solo come piacere dei sensi, ma come una vera e propria medicina e una via per l'equilibrio di corpo, mente e anima.

Il corso parte da una formazione approfondita sull'anatomia e la fisiologia dell'essere umano, che è la base per poi approdare alla specificità dell'alimentazione ayurvedica, passando attraverso lo studio dell'alimentazione e la nutrizione umana a livello generale.

Mira a formare un professionista che, a sua volta, sarà poi in grado di trasmettere studi, competenze e attività volti ad un uso e un'applicazione benefici e qualitativi dell'alimentazione, nell'ambito di una visione olistica della nutrizione e nell'ambito della filosofia e dello stile di vita dell'Ayurveda.

L'istruttore di Alimentazione Ayurvedica sarà, pertanto, colui il quale avrà raggiunto una preparazione completa e approfondita su come funziona l'organismo umano, sui suoi bisogni nutrizionali, sull'importanza del cibo come fattore di prevenzione, su come mantenere uno stato di salute e benessere ottimali, su cosa significhi e come adeguare l'alimentazione al singolo individuo, in funzione del momento e delle sue peculiarità personali, sulla combinazione dei vari alimenti e sulla filosofia e i principi plurimillennari, che stanno alla base di un'alimentazione sana e naturale.

# GLI OBIETTIVI

---

Questo corso di formazione ti fornirà gli strumenti, le basi teoriche e la preparazione adeguata, per farti acquisire tutte le competenze, per diventare Istruttore di Medicina Ayurvedica e ti consentirà di lavorare come professionista. Per questo, il corso è ideale per tutti coloro che vogliono intraprendere questa carriera lavorativa, ovvero, quella di un professionista in grado di accompagnare l'individuo verso un processo di conoscenza e consapevolezza del proprio modo di nutrirsi, nell'ambito dell'Alimentazione Ayurvedica.

Il corso è indicato, quindi, per tutti coloro che desiderino scoprire, conoscere e praticare la disciplina, per un uso personale e per l'altrui benessere. Apprenderai le basi teoriche della fisiologia, della nutrizione e della salute dell'essere umano; le basi teoriche dell'alimentazione e i suoi meccanismi; le basi teoriche dell'alimentazione ayurvedica. Inoltre, il corso ti spiegherà come avviare il tuo studio e come trovare i primi clienti. Oltre alla certificazione, alla fine del corso potrai accedere ai servizi accessori, che ti permetteranno di avviare la tua attività in tutta tranquillità.

# LE CARATTERISTICHE

---

- Il corso dura 250 ore complessive di studio e si svolge completamente online. È composto da video lezioni accessibili 24 ore su 24 e da materiale didattico in formato PDF da scaricare e stampare per prendere appunti.
- Al termine del corso si dovranno sostenere delle prove d'esame da svolgere online.
- L'Accademia AIOC Italia ha ottenuto il Certificato del Sistema di Gestione per la Qualità n° 19250 A-A che attesta che il sistema di gestione per la qualità dell'organizzazione è conforme alla norma UNI EN ISO 9001:2015 per la progettazione ed erogazione di corsi di formazione professionalizzanti.
- Il corso è riconosciuto da IICT (International Institute for Complementary Therapist) e fornisce un riconoscimento ufficiale che permette di praticare come Operatore Certificato riconosciuto a livello internazionale.
- Siamo PROVIDER ECP (Educazione Continua Professionale) riconosciuti da FENOOOP (FEderazione Nazionale Operatori Olistici Professionisti), Associazione Professionale, che garantisce la qualità e la validità dei nostri corsi a livello nazionale nazionale. FENOOOP garantisce alti standard qualitativi e di qualificazione professionale agli studenti. Grazie a questo corso otterrai 37,5 crediti ECP, che saranno utili per il mantenimento delle abilitazioni degli Operatori Olistici e DBN.
- Il corso rilascia un attestato di partecipazione valido anche all'estero, grazie a IICT che garantisce la qualità e la professionalità della formazione.

# GLI ARGOMENTI

---

- La fisiologia umana e i vari organi, apparati e sistemi dell'organismo
- La fisiologia del dolore
- Nozioni di alimentazione
- Gruppi di alimenti
- I nutrienti e le funzioni nel corpo umano
- La digestione e l'apparato digerente
- Il metabolismo, il catabolismo e l'anabolismo
- Carboidrati
- Lipidi
- Proteine
- Vitamine
- Sali minerali
- L'acqua
- Gli alimenti
- Nozioni e storia della Medicina Ayurvedica
- I principi su cui si fonda la Medicina Ayurvedica
- L'approccio ayurvedico
- La nutrizione ayurvedica
- Alimentazione Ayurvedica e Trattamenti abbinati
- L'Ayurveda per la mamma
- La lingua
- Le ricette ayurvediche

# IL TEST ONLINE

---

L'esame finale per ottenere la certificazione di Operatore Certificato si sviluppa in due parti:

## **1 - ELABORATO SCRITTO**

Consiste nel redigere una breve tesina scritta, relativa ad un caso studio presentato dal docente, in cui devono essere applicati i trattamenti studiati durante il corso.

## **2 - TEST INFORMATIZZATO A SCELTA MULTIPLA**

Consiste in un questionario con domande a risposta multipla, da svolgere sulla nostra piattaforma online e sarà composto da 10 domande per ciascun argomento trattato.

# RICONOSCIMENTI

---

- Grazie ai riconoscimenti di cui godiamo e in ottemperanza alla Legge n. 4 del 2013, è possibile esercitare legalmente la Professione a livello Nazionale e Internazionale.
- Alla fine del percorso formativo, viene rilasciato un attestato cartaceo riconosciuto da più enti certificatori esterni alla scuola e al corpo docenti, che garantiscono AUTENTICITÀ e AFFIDABILITÀ al corso frequentato.
- Grazie ai nostri Riconoscimenti, con l'approvazione della Legge n. 4/2013 tutti i professionisti senza Ordine, Albo o Collegio professionale hanno l'obbligo di aggiornarsi seguendo la logica europea del Life Long Learning, ovvero, della formazione continua. Attualmente l'ECP (Educazione Continua Professionale) è valida per i professionisti afferenti all'ambito pedagogico, educativo, della relazione di aiuto non terapeutica (counseling, coaching), per gli operatori olistici, gli operatori del benessere psico-fisico tramite il massaggio bionaturale, per gli insegnanti yoga, per i professionisti delle arti-terapie, i naturopati, ecc. iscritti ad Associazioni di categoria che rispettano il dettato normativo della Legge 4/2013.