

**UNIVERSITÀ
DI SIENA
1240**

Informazioni generali

DenominazioneMaster (II Livello): **Scienza della Nutrizione per lo Sport e la Performance****Obiettivi formativi**

Il Master ha l'obiettivo di formare professionisti capaci di intervenire in modo concreto sulla nutrizione dell'atleta. La didattica è orientata alla pratica e alla costruzione di competenze immediatamente spendibili. I partecipanti lavoreranno su casi reali e simulazioni professionali. Saranno sviluppate capacità di elaborazione di piani nutrizionali personalizzati per diverse discipline sportive. Ampio spazio sarà dedicato alla valutazione pratica della composizione corporea. Verranno affrontate strategie nutrizionali applicate alle diverse fasi della stagione agonistica. Il percorso prevede attività operative sull'integrazione sportiva. L'obiettivo è rendere il corsista autonomo nella gestione nutrizionale dell'atleta. Il Master fornisce strumenti concreti per operare in contesti sportivi e professionali, i partecipanti saranno in grado di progettare interventi nutrizionali mirati ed efficaci. Particolare attenzione sarà rivolta al recupero e alla prevenzione degli infortuni.

Crediti

80

Ore

2000

Durata in mesi

12

Scadenza Bando**1 dicembre 2026****Data inizio**

Gennaio 2027

Data fine

Gennaio 2028

Percentuale assenza

20%

Sito web
https://www.dsmcn.unisi.it/it/didattica/post-laurea/masters/master-scienze-della-nutrizione-lo-sport-e-la-performance
Lingue previste
Italiano
Dipartimento
Dipartimento di Scienze Mediche, Chirurgiche e Neuroscienze (DSMCN)
Referenti per la didattica
Anna Maria Aloisi; annamaria.aloisi@unisi.it - cell 3473579228 Lauretta Massai; lauretta.massai@unisi.it - cell 3493167124

Sostegno e convenzione

Sostegno e convenzione
Sostegno
Sostegno
Associazione Italiana di Posturologia Universitaria A.I.P.U.
Sostegno
Centro Universitario Internazionale
Sostegno
Comune di Monte San Savino (Arezzo)
Sostegno
CONI Arezzo
Sostegno
Fisiolab Terni
Sostegno
FNOB Federazione Nazionale Ordine dei Biologi
Sostegno
Ordine Biologi Toscana e Umbria OBTU
Sostegno
Rome City Institute
Sostegno
Ternana women

Titoli di accesso

Classe	Descrizione	Tipo Laurea
Classe LM-6	Biologia (nuovo ordinamento ai sensi d.m. 270/04)	LM
Classe LM-41	Medicina e chirurgia (nuovo ordinamento ai sensi d.m. 270/04)	LM
Classe LM-61	Scienze della nutrizione umana (nuovo ordinamento ai sensi d.m. 270/04)	LM
Classe LS6	Biologia	LS
Classe LS46	Medicina e chirurgia	LS
Classe LS69	Scienze della nutrizione umana	LS
-	Medicina e chirurgia	V.O.
-	Scienze biologiche	V.O.
Legenda classi di Laurea - L: laurea triennale - LS: laurea specialistica - LM: laurea magistrale - V.O. laurea vecchio ordinamento - DU: diploma universitario		
Ammissione con riserva per lo studente, che non abbia conseguito il titolo di studio previsto per l'accesso. La conferma dell'ammissione rimane fissata al momento del conseguimento del titolo stesso e, comunque, entro e non oltre la data delle prove di ammissione o della valutazione dei curricula.		
Azione su paziente		
No		
Alternativa manichino		
No		
Iscrizione albo		
Si		
Albo Professionale		
Biologi, Medici		
Abilitazione professionale		
Si		
Tipo di abilitazione professionale		
Biologi, Medici		
Specializzazione		
No		

Domanda di ammissione o iscrizione

Modalità di ammissione	
Ammissione	
Documentazione da allegare	
Curriculum vitae et studiorum	
Eventuali pubblicazioni	
Eventuali altri titoli	
Procedura di selezione	
Valutazione CV: Venerdì 11 Dicembre 2026	
Valutazione allegati	
Categoria titoli	Punteggio (30esimi)
Titolo di studio	10
Diplomi o attestati di specializzazione e qualificazione Professionale	10
Ulteriori titoli	10
Numero minimo iscritti	
20	
Numero massimo iscritti	
30	
Numero posti riservati per dipendenti universitari	
1	

Tasse di iscrizione

Importo Totale in €
3700
Importo Prima Rata in €
2000
Importo Seconda Rata in €
1700
Scadenza seconda rata
Mercoledì 8 Settembre 2027

Percorso Formativo

Modalità di erogazione della didattica

Blended (le lezioni sono in parte in presenza e in parte online sotto la guida del docente)

Sede di svolgimento interna

Università di Siena, Dip. Scienze Mediche Chirurgiche Neuroscienze, Polo Scientifico San Miniato

Denominazione Area: ANATOMIA-FISIOLOGIA, BIOCHIMICA, GENETICA ED ENDOCRINOLOGIA DEL CORPO MASCHILE E FEMMINILE

CFU totali area: 3.5

Docenti responsabili: Aloisi Anna Maria

Attività didattica formativa: ANATOMO-FISIOLOGIA DEL CORPO UMANO

CFU: 1

Codice SSD: BIO/09 (FISIOLOGIA)

Attività didattica formativa: BIOCHIMICA CLINICA E ANALISI DI CAMPIONI BIOLOGICI

CFU: 1

Codice SSD: BIO/12 (BIOCHIMICA CLINICA E BIOLOGIA MOLECOLARE CLINICA)

Attività didattica formativa: ENDOCRINOLOGIA E MARKER ORMONALI

CFU: 0.5

Codice SSD: MED/13 (ENDOCRINOLOGIA)

Attività didattica formativa: NUTRIGENETICA E NUTRIGENOMICA NELLO SPORT

CFU: 1

Codice SSD: BIO/11 (BIOLOGIA MOLECOLARE)

Denominazione Area: ASSE MICROBIOTA-INTESTINO-CERVELLO

CFU totali area: 3.5

Docenti responsabili: Ermini Leonardo

Attività didattica formativa: ALIMENTAZIONE E MICROBIOTA

CFU: 0.5

Codice SSD: MED/12 (GASTROENTEROLOGIA)

Attività didattica formativa: ASSE INTESTINO-CERVELLO E COMUNICAZIONI EXTRACELLULARI

CFU: 1

Codice SSD: BIO/09 (FISIOLOGIA)

Attività didattica formativa: FISIOLOGIA GASTROINTESTINALE E CONTROLLO DELLA FAME

CFU: 1

Codice SSD: BIO/09 (FISIOLOGIA)

<i>Attività didattica formativa:</i> MICROBIOTA E SPORT <i>CFU:</i> 1 <i>Codice SSD:</i> MED/49 (SCIENZE TECNICHE DIETETICHE APPLICATE)
Denominazione Area: VALUTAZIONE DELLA COMPOSIZIONE CORPOREA CFU totali area: 3.5 Docenti responsabili: Ballerini Marco
<i>Attività didattica formativa:</i> CINEANTROPOMETRIA CON PROTOCOLLO ISAK <i>CFU:</i> 1 <i>Codice SSD:</i> MED/49 (SCIENZE TECNICHE DIETETICHE APPLICATE)
<i>Attività didattica formativa:</i> ELABORAZIONE PIANI ALIMENTARI CON GLOBAL POSITIONING SYSTEM (GPS) <i>CFU:</i> 1 <i>Codice SSD:</i> MED/49 (SCIENZE TECNICHE DIETETICHE APPLICATE)
<i>Attività didattica formativa:</i> VALUTAZIONE COMPOSIZIONE CORPOREA CON BIOIMPEDENZIOMETRIA E DEXA <i>CFU:</i> 1 <i>Codice SSD:</i> MED/09 (MEDICINA INTERNA)
<i>Attività didattica formativa:</i> VALUTAZIONE DELLA COMPOSIZIONE CORPOREA CON ULTRASUONI <i>CFU:</i> 0.5 <i>Codice SSD:</i> MED/49 (SCIENZE TECNICHE DIETETICHE APPLICATE)
Denominazione Area: FISIOLOGIA DELL'APPARATO CARDIOVASCOLARE E DELL'ESERCIZIO CFU totali area: 3.5 Docenti responsabili: Aloisi Anna Maria
<i>Attività didattica formativa:</i> FISIOLOGIA DELL'APPARATO CARDIOVASCOLARE <i>CFU:</i> 1 <i>Codice SSD:</i> BIO/09 (FISIOLOGIA)
<i>Attività didattica formativa:</i> FISIOLOGIA DELL'APPARATO MUSCOLO-SCHELETRICO <i>CFU:</i> 1.5 <i>Codice SSD:</i> BIO/09 (FISIOLOGIA)
<i>Attività didattica formativa:</i> FISIOLOGIA DELL'ESERCIZIO <i>CFU:</i> 1 <i>Codice SSD:</i> BIO/09 (FISIOLOGIA)
Denominazione Area: METABOLISMO ENERGETICO E FUNZIONALITÀ CARDIORESPIRATORIA CFU totali area: 3.5 Docenti responsabili: Ballerini Marco

Attività didattica formativa: METABOLISMO ENERGETICO

CFU: 1

Codice SSD: BIO/09 (FISIOLOGIA)

Attività didattica formativa: TEST DA SFORZO CARDIOPOLMONARE

CFU: 1

Codice SSD: BIO/09 (FISIOLOGIA)

Attività didattica formativa: VALUTAZIONE DELLA FUNZIONE CARDIORESPIRATORIA E DISPENDI ENERGETICI

CFU: 1.5

Codice SSD: BIO/09 (FISIOLOGIA)

Denominazione Area: CHIMICA E BIOCHIMICA DEGLI ALIMENTI

CFU totali area: 3.5

Docenti responsabili: Dreassi Elena

Attività didattica formativa: BIOCHIMICA CLINICA APPLICATA: RUOLO DEI POINT-OF-CARE TESTING NEL MONITORAGGIO METABOLICO DELL'ATLETA

CFU: 1.5

Codice SSD: CHIM/10 (CHIMICA DEGLI ALIMENTI)

Attività didattica formativa: CHIMICA DEGLI ALIMENTI

CFU: 1

Codice SSD: BIO/12 (BIOCHIMICA CLINICA E BIOLOGIA MOLECOLARE CLINICA)

Attività didattica formativa: MONITORAGGIO GLICEMICO CONTINUO NELL'ATLETA

CFU: 1

Codice SSD: BIO/12 (BIOCHIMICA CLINICA E BIOLOGIA MOLECOLARE CLINICA)

Denominazione Area: STILI ALIMENTARI E APPROCCI DIETETICI NELLO SPORT

CFU totali area: 4

Docenti responsabili: Gentile Natale

Attività didattica formativa: ALLERGIE E INTOLLERANZE ALIMENTARI

CFU: 1

Codice SSD: MED/49 (SCIENZE TECNICHE DIETETICHE APPLICATE)

Attività didattica formativa: BASI DI ALIMENTAZIONE NELLO SPORT

CFU: 0.5

Codice SSD: MED/49 (SCIENZE TECNICHE DIETETICHE APPLICATE)

Attività didattica formativa: DIETA ANTINFIAMMATORIA E INTERMITTENT FASTING

CFU: 1

Codice SSD: MED/49 (SCIENZE TECNICHE DIETETICHE APPLICATE)

Attività didattica formativa: DIETA MEDITERRANEA, VEGANA, VEGETARIANA, CHETOGENICA E DIETA DELL'ATLETA MUSULMANO

CFU: 1

Codice SSD: MED/49 (SCIENZE TECNICHE DIETETICHE APPLICATE)

Attività didattica formativa: DISTURBI ALIMENTARI DELL'ATLETA

CFU: 0.5

Codice SSD: MED/49 (SCIENZE TECNICHE DIETETICHE APPLICATE)

Denominazione Area: NUTRIZIONE APPLICATA AI GIOCHI DI SQUADRA E DI COMBATTIMENTO

CFU totali area: 3.5

Docenti responsabili: Gentile Natale

Attività didattica formativa: BASI DELLA NUTRIZIONE APPLICATA AI GIOCHI DI SQUADRA E DI COMBATTIMENTO

CFU: 0.5

Codice SSD: MED/49 (SCIENZE TECNICHE DIETETICHE APPLICATE)

Attività didattica formativa: INTERVENTO NUTRIZIONALE NEL BASKET E NEL CALCIO

CFU: 1

Codice SSD: MED/49 (SCIENZE TECNICHE DIETETICHE APPLICATE)

Attività didattica formativa: INTERVENTO NUTRIZIONALE NELLA PALLAVOLO E NEL RUGBY

CFU: 1

Codice SSD: MED/49 (SCIENZE TECNICHE DIETETICHE APPLICATE)

Attività didattica formativa: INTERVENTO NUTRIZIONALE NELLE ARTI MARZIALI

CFU: 0.5

Codice SSD: MED/49 (SCIENZE TECNICHE DIETETICHE APPLICATE)

Attività didattica formativa: INTERVENTO NUTRIZIONALE NELLE DISCIPLINE TECNICO TATTICHE E SPORT DI COMBATTIMENTO

CFU: 0.5

Codice SSD: MED/49 (SCIENZE TECNICHE DIETETICHE APPLICATE)

Denominazione Area: NUTRIZIONE APPLICATA ALLO SPORT DI ALTA QUOTA

CFU totali area: 3.5

Docenti responsabili: Aloisi Anna Maria

Attività didattica formativa: ASSUNZIONE DI NUTRIENTI E MICRONUTRIENTI IN ALTA QUOTA

CFU: 0.5

Codice SSD: MED/49 (SCIENZE TECNICHE DIETETICHE APPLICATE)

Attività didattica formativa: FISILOGIA DELLA NUTRIZIONE E ASPETTI MEDICI IN ALTA QUOTA

CFU: 1

Codice SSD: BIO/09 (FISILOGIA)

<i>Attività didattica formativa:</i> FISIOLOGIA SENSORIALE E INTEGRATA IN ALTA QUOTA <i>CFU:</i> 1 <i>Codice SSD:</i> BIO/09 (FISIOLOGIA)
<i>Attività didattica formativa:</i> MICROBIOTA NELLO SPORT D'ALTA QUOTA <i>CFU:</i> 1 <i>Codice SSD:</i> MED/12 (GASTROENTEROLOGIA)
Denominazione Area: INTERPRETAZIONE DEI REFERTI EMATOCHIMICI E DIAGNOSTICI NEGLI SPORTIVI E NEGLI ATLETI, BILANCIO IDRICO E DIETA DI GENERE CFU totali area: 3.5 Docenti responsabili: Aloisi Anna Maria
<i>Attività didattica formativa:</i> BILANCIO IDRICO E IDRATAZIONE <i>CFU:</i> 0.5 <i>Codice SSD:</i> MED/49 (SCIENZE TECNICHE DIETETICHE APPLICATE)
<i>Attività didattica formativa:</i> DIETA NELLA DONNA ATLETA <i>CFU:</i> 1 <i>Codice SSD:</i> MED/49 (SCIENZE TECNICHE DIETETICHE APPLICATE)
<i>Attività didattica formativa:</i> FISIOLOGIA DEL SANGUE E TRASPORTO DELL'OSSIGENO, MARCATORI BIOCHIMICI DEL METABOLISMO ENERGETICO, DANNO MUSCOLARE E INFIAMMAZIONE <i>CFU:</i> 1 <i>Codice SSD:</i> BIO/12 (BIOCHIMICA CLINICA E BIOLOGIA MOLECOLARE CLINICA)
<i>Attività didattica formativa:</i> LABORATORIO DI ENDOCRINOLOGIA DELL'ESERCIZIO E OVERTRAINING <i>CFU:</i> 1 <i>Codice SSD:</i> BIO/12 (BIOCHIMICA CLINICA E BIOLOGIA MOLECOLARE CLINICA)
Denominazione Area: POSTUROLOGIA E MEDICINA INTEGRATA APPLICATA ALLO SPORT CFU totali area: 3.5 Docenti responsabili: Aloisi Anna Maria
<i>Attività didattica formativa:</i> MEDICINA INTEGRATA NELLO SPORT <i>CFU:</i> 1.5 <i>Codice SSD:</i> MED/09 (MEDICINA INTERNA)
<i>Attività didattica formativa:</i> POSTUROLOGIA <i>CFU:</i> 1.5 <i>Codice SSD:</i> BIO/09 (FISIOLOGIA)
<i>Attività didattica formativa:</i> POSTUROLOGIA PRATICA <i>CFU:</i> 0.5 <i>Codice SSD:</i> BIO/09 (FISIOLOGIA)

Denominazione Area: VALUTAZIONI NUTRIZIONALI PERSONALIZZATE PER GLI ATLETI

CFU totali area: 3.5

Docenti responsabili: Ballerini Marco

Attività didattica formativa: PROVE PRATICHE DI VALUTAZIONE PIANI NUTRIZIONALI 1

CFU: 1

Codice SSD: MED/49 (SCIENZE TECNICHE DIETETICHE APPLICATE)

Attività didattica formativa: PROVE PRATICHE DI VALUTAZIONE PIANI NUTRIZIONALI 2

CFU: 1.5

Codice SSD: MED/49 (SCIENZE TECNICHE DIETETICHE APPLICATE)

Attività didattica formativa: PROVE PRATICHE DI VALUTAZIONE PIANI NUTRIZIONALI 3

CFU: 1

Codice SSD: MED/49 (SCIENZE TECNICHE DIETETICHE APPLICATE)

Denominazione Area: INTEGRAZIONE E SUPPLEMENTAZIONE NELLO SPORT E NELLA GESTIONE DEL SONNO

CFU totali area: 3.5

Docenti responsabili: Aloisi Anna Maria - Dreassi Elena

Attività didattica formativa: INTEGRATORI NELLA GESTIONE DEL SONNO

CFU: 1

Codice SSD: MED/49 (SCIENZE TECNICHE DIETETICHE APPLICATE)

Attività didattica formativa: INTEGRAZIONE E TEST DI METABOLOMICA

CFU: 1

Codice SSD: MED/49 (SCIENZE TECNICHE DIETETICHE APPLICATE)

Attività didattica formativa: NUOVI APPROCCI TECNOLOGICI E NUTRIENTI PLANT-BASED SOSTENIBILI NELLA REALIZZAZIONE DEGLI INTEGRATORI PER GLI SPORTIVI

CFU: 1

Codice SSD: MED/49 (SCIENZE TECNICHE DIETETICHE APPLICATE)

Attività didattica formativa: UTILIZZO DEGLI INTEGRATORI NELLA PRATICA SPORTIVA

CFU: 0.5

Codice SSD: MED/49 (SCIENZE TECNICHE DIETETICHE APPLICATE)

Denominazione Area: NUTRIZIONE APPLICATA ALLO SPORT DI ENDURANCE

CFU totali area: 3.5

Docenti responsabili: Gentile Natale

Attività didattica formativa: ATLETICA LEGGERA E NUTRIZIONE

CFU: 1

Codice SSD: MED/49 (SCIENZE TECNICHE DIETETICHE APPLICATE)

<i>Attività didattica formativa:</i> BASI DELLA NUTRIZIONE NEGLI SPORT DI ENDURANCE <i>CFU:</i> 1 <i>Codice SSD:</i> MED/49 (SCIENZE TECNICHE DIETETICHE APPLICATE)
<i>Attività didattica formativa:</i> CICLISMO, NUOTO E NUTRIZIONE <i>CFU:</i> 1 <i>Codice SSD:</i> MED/49 (SCIENZE TECNICHE DIETETICHE APPLICATE)
<i>Attività didattica formativa:</i> TENNIS, PADEL, CROSSFIT E NUTRIZIONE <i>CFU:</i> 0.5 <i>Codice SSD:</i> MED/49 (SCIENZE TECNICHE DIETETICHE APPLICATE)
Denominazione Area: PSICOLOGIA DELLO SPORT, STRESS MANAGEMENT E DOPING NEL GIOVANE ATLETA CFU totali area: 3.5 Docenti responsabili: Benini Paolo
<i>Attività didattica formativa:</i> COMUNICAZIONE EFFICACE E GESTIONE DELLE DINAMICHE DI GRUPPO NELLO SPORT <i>CFU:</i> 1 <i>Codice SSD:</i> M-PSI/01 (PSICOLOGIA GENERALE)
<i>Attività didattica formativa:</i> DISTURBI DEL COMPORTAMENTO ALIMENTARE (DCA) E CARENZA ENERGETICA RELATIVA NELLO SPORT (RED-S) <i>CFU:</i> 1 <i>Codice SSD:</i> M-PSI/01 (PSICOLOGIA GENERALE)
<i>Attività didattica formativa:</i> GESTIONE DELLO STRESS, FATICA COGNITIVA E CARICO ALLOSTATICO, TIMING E LUCIDITÀ NELLO SPORT <i>CFU:</i> 0.5 <i>Codice SSD:</i> M-PSI/01 (PSICOLOGIA GENERALE)
<i>Attività didattica formativa:</i> NEUROPSICOLOGIA APPLICATA ALLO SPORT <i>CFU:</i> 0.5 <i>Codice SSD:</i> M-PSI/01 (PSICOLOGIA GENERALE)
<i>Attività didattica formativa:</i> THE DARK SIDE OF THE SPORT: DOPING IN ETÀ EVOLUTIVA CONNESSO ALLA PRATICA SPORTIVA <i>CFU:</i> 0.5 <i>Codice SSD:</i> M-PSI/01 (PSICOLOGIA GENERALE)
Denominazione Area: DOLORE, INFIAMMAZIONE, PREVENZIONE INFORTUNI E RECUPERO CFU totali area: 5 Docenti responsabili: Aloisi Anna Maria

<i>Attività didattica formativa:</i> FISIOLOGIA DEL DOLORE <i>CFU:</i> 1 <i>Codice SSD:</i> BIO/09 (FISIOLOGIA)
<i>Attività didattica formativa:</i> GESTIONE DEL DOLORE E DELL'INFIAMMAZIONE <i>CFU:</i> 2 <i>Codice SSD:</i> BIO/09 (FISIOLOGIA)
<i>Attività didattica formativa:</i> PREVENZIONE INFORTUNI <i>CFU:</i> 1 <i>Codice SSD:</i> MED/09 (MEDICINA INTERNA)
<i>Attività didattica formativa:</i> RECUPERO INFORTUNI <i>CFU:</i> 1 <i>Codice SSD:</i> MED/09 (MEDICINA INTERNA)
Scelta stage/tirocinio TIROCINIO
Modalità di svolgimento stage/tirocinio Frequenza di ambulatori-studi professionali pubblici e privati in ambito sportivo e nutrizionale
Strutture di svolgimento Dipartimento di Scienze Mediche Chirurgiche Neuroscienze, Polo Scientifico San Miniato e strutture esterne previa convenzione
Crediti attribuiti stage/tirocinio 20
Ore di stage/tirocinio 480
Data termine stage/tirocinio Dicembre 2027
Docenti responsabili stage/tirocinio: Aloisi Anna Maria

Prove di verifica intermedie (Modalità) no
Modalità svolgimento verifica finale Colloquio volto a verificare le conoscenze acquisite
Crediti attribuiti alla verifica finale 2

Organi collegiali

Collegio docenti Organo composto da tutti i responsabili di area
Consiglio direttivo Si