

# INFORMAZIONI GENERALI

## INFORMAZIONI LOGISTICHE

Il Corso organizzato dal **Comitato Regionale Abruzzo FMSI** si terrà presso la Sala Convegni – SpazioPingue, Viale Lamaccio – 67039 Sulmona (AQ).

## CREDITI ECM 7 ▪ CREDITI FMSI 5

Il Corso è inserito nel “Programma di Formazione Continua” del Ministero della Salute. La presenza sarà verificata tramite scheda di valutazione e questionario di apprendimento, che dovranno essere compilati e restituiti alla Segreteria Organizzativa al termine dei lavori. Gli attestati ECM saranno inviati successivamente alla conclusione delle attività.

## MODALITÀ DI ISCRIZIONE

L’iscrizione, riservata ai soli Medici e Soci Aderenti tesserati FMSI, è gratuita. Essendo stata programmata, ai fini del riconoscimento dei crediti ECM, la partecipazione di un numero massimo di **50** iscritti, si prega effettuare una **pre-registrazione**, inviando la propria [scheda di iscrizione](#) entro il **23/11/18** via e-mail a: [sir.cor@gmail.com](mailto:sir.cor@gmail.com)

## ATTESTATO DI PARTECIPAZIONE

L’attestato di partecipazione sarà consegnato a tutti i partecipanti regolarmente iscritti che ne faranno richiesta presso il desk della Segreteria Organizzativa al termine dei lavori.

## PER INFORMAZIONI

Per informazioni sulla partecipazione al Corso e di carattere logistico:  
**Comitato Regionale Abruzzo FMSI:** [sir.cor@gmail.com](mailto:sir.cor@gmail.com) - Tel.: 328/6101074  
oppure all’attenzione di **Giovanni Di Palma** - Tel: 347/3333618



Attività istituzionale di preparazione professionale

## L'APPROCCIO NUTRIZIONALE NEL PRATICANTE ATTIVITÀ SPORTIVA

Sulmona (AQ)

Sabato, 1 dicembre 2018  
SpazioPingue – Via Lamaccio



## RAZIONALE

### *Cari Soci e Colleghi,*

l'attività istituzionale di preparazione professionale su "L'approccio nutrizionale nel praticante attività sportiva" che si terrà a Sulmona in data 01/12/2018 rientra nell'ambito dell'aggiornamento voluto dalla FMSI e proposto ai propri iscritti. Di primario rilievo gli argomenti trattati: dai principi generali di nutrizione e dietoterapia allo studio del fabbisogno energetico nel praticante attività sportiva, alla nutrizione applicata allo sportivo, alla prescrizione dietetica in situazioni particolari; inoltre, saranno discussi i principi che regolano il regime alimentare durante l'allenamento, la competizione e il recupero, unitamente alla possibilità di utilizzo degli integratori alimentari. Il corso prevede anche una sessione pratica volta alla valutazione antropo-plicometrica dell'atleta per l'analisi della composizione corporea. Scopo dell'incontro è quello di migliorare le conoscenze e le competenze specialistiche sull'argomento.

**Sirano CORDONI**

*Presidente CR Abruzzo FMSI*

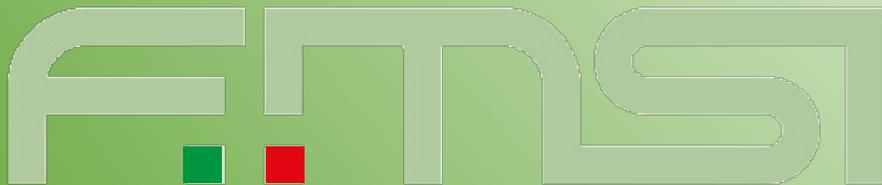
## PROGRAMMA

- Ore 08.30 Registrazione dei partecipanti
- Ore 08.45 Presentazione del Corso e saluti

Sirano CORDONI  
Presidente CR Abruzzo FMSI

Vincenzo BIASINI  
Presidente AMS L'Aquila FMSI

Luca FALLAVOLLITA  
Coordinatore Regionale Formazione FMSI Abruzzo



## PROGRAMMA

### SESSIONE I

- Ore 09.00 Principi generali di Nutrizione  
*Dott. Claudio Briganti*
- Ore 10.00 L'idratazione nell'atleta  
*Dott.ssa Flavia Bruttini*
- Ore 11.00 Discussione
- Ore 11.15 *Coffee Break*

### SESSIONE II

- Ore 11.30 La Valutazione Nutrizionale  
*Dott. Claudio Briganti*
- Ore 12.30 Pratica: Plicometria per la misura della massa grassa (con plicometro e Fitmate)  
*Dott. Claudio Briganti*
- Ore 13.30 *Lunch time*

### SESSIONE III

- Ore 14.00 L'integrazione nello sportivo  
*Dott.ssa Flavia Bruttini*

### SESSIONE IV

- Ore 15.00 La nutrizione in ambito sportivo  
*Dott. Claudio Briganti*
- Ore 16.00 Discussione
- Ore 16.30 Questionario ECM
- Ore 17.15 **Fine del corso**

