



**SEGRETERIA ORGANIZZATIVA**



**CONTRIBUTO EDUCAZIONALE NON CONDIZIONATO**



**A STEP AHEAD**  
IN BODY COMPOSITION



**BLACK HOTEL**  
**VIA RAFFAELLO SARDIELLO 18**  
**SALA SIRIO E SALA ORIONE**

**NUTRIZIONE, IDRATAZIONE ED INTEGRAZIONE  
NELLA PRESTAZIONE SPORTIVA**

*Tutto quello che avreste sempre voluto sapere  
e non avete mai osato chiedere !*

**25 Novembre 2017**

**Evento accreditato per 7,3 crediti  
ai fini dell'ECM con ID n° 1075-209594 Ed. 1  
per la figura professionale di Medico Chirurgo.**

## **SEGRETERIA SCIENTIFICA**

**Antonio Gianfelici**  
**Francesco Leonelli**  
**Roberto Pellegrini**

## **PROGRAMMA**

8.30 Accoglienza ed accreditamento

9.00 Saluto Autorità

### **DIETA E PRESTAZIONE SPORTIVA**

Moderatori: *Marcellino Monda – Giovanna Berlutti*

09.20 - 09.50 Lezione Magistrale: Dieta e prestazione sportiva – *Menotti Calvani* (Roma)

09.50 - 10.10 Dieta vegana? Vegetariana? – *Claudio Briganti* (Caserta)

10.10 - 10.30 Il digiuno – *Claudio Marini* (Roma)

10.30 - 10.50 La bionutrizione funzionale – *Antonio Sbardella* (Roma)

10.50 - 11.20 Discussione

11.20 - 11.30 *Pausa Caffè*

### **IDRATAZIONE E SPORT**

Moderatori: *Attilio Parisi – Diana Bianchedi*

11.30 - 12.00 Lezione Magistrale: La valutazione dello stato di idratazione – *Jacopo Talluri* (Firenze)

12.00 - 12.20 L'acqua – *Gianfranco Beltrami* (Piacenza)

12.20 - 12.40 La birra – *Luca Gatteschi* (Firenze)

12.40 - 13.00 L'idratazione: esperienze dal campo – *Angelo Pulcini* (Roma)

13.00 - 13.30 Discussione

13.30 - 14.30 *Pranzo*

### **NUOVE FORME DI INTEGRAZIONE**

Moderatori: *Luigi Di Luigi – Alessia Di Gianfrancesco*

14.30 - 15.00 Lezione Magistrale: “Nuove” strategie di integrazione – *Paolo Montera*

15.00 - 15.20 Il probiota – *Maurizio Salamone* (Milano)

15.20 - 15.40 La vitamina D – *Paola Sbriccoli* (Roma)

15.40 - 16.00 La curcuma e l'aloè – *Raffaella Spada* (Roma)

16.00 - 16.30 Discussione

16.30 - 17.00 Conclusione

17.00 - 17.30 Questionario di valutazione dell'apprendimento

**ISCRIZIONE OBBLIGATORIA INVIANDO IL MODULO A**

**[ECM@BOTO.IT](mailto:ECM@BOTO.IT) O UN FAX ALLO 06.91659335.**

***Riservato ai soci della FMSI in regola con il tesseramento***

**NUMERO MASSIMO PARTECIPANTI ECM:50**