



F.I.M.S.I. FEDERAZIONE MEDICO
SPORTIVA ITALIANA
ASSOCIAZIONE MEDICO
SPORTIVA ROMA

CONVEGNO SCIENTIFICO

NUTR – IDRA – CEUTICA NELLO SPORTIVO

Uno sguardo oltre la siepe

CENTRO DI PREPARAZIONE OLIMPICA FICK

Via dei Pescatori, 24 - 00040 Castel Gandolfo RM

(<https://goo.gl/maps/QWhJUcBdRnXpTGNU9>)

SABATO 2 OTTOBRE 2021

h 8.30 Accoglienza ed accreditamento

h 9.00 Saluto Autorità

h. 9.15 DE BAC INTERVISTA DE BAC: I FALSI MITI SULL'IDRATAZIONE

1° sessione – NUNC EST BIBENDUM

Moderatori: LUIGI DI LUIGI, PAOLA SBRICCOLI

h 9.30 - 9.50 – La valutazione dello stato di idratazione per il sano e per l'atleta - Jacopo Talluri

h 9.50 - 10.10 – Le bevande del terzo tempo - Marco De Angelis

h 10.10 - 10.30 – Il vino fa buon sangue? - Alberto Anceschi

h 10.30 - 11.00 – Discussione

Pausa Caffè

2° sessione – NUTRACEUTICA

Moderatori: CARLO TRANQUILLI, ATTILIO PARISI

h 11.30 -12.00 – *Lettura Magistrale:* Nutraceutica – Paolo Magni

h 12.00 -12.20 – Pre e Post probiotici – Eliana Tranchita

h 12.20 -12.40 – Proresolvine nell'integrazione dello sportivo – Maurizio Salamone

h 12.40 -13.00 – Discussione

Degustazione di vino offerta dall'azienda vinicola Castel De Paolis di Grottaferrata

Pausa Ristoro

3° sessione – CIBUM PRO HOMINIBUS

Moderatori: GIOVANNA BERLUTTI, ANTONIO GIANFELICI

h 14.30 - 15.00 – *Lettura Magistrale:* Il modello alimentare per la salute, la prestazione e la sostenibilità ambientale – Raffaella Spada

h 15.00 - 15.20 – L'alimento e la funzione d'organo nello sport – Antonio Sbardella

h 15.20 - 15.40 – Grani antichi e moderni – Loredana Torrisi

h 15.40 - 16.00 – L'olio extravergine di oliva, alimento funzionale e sensoriale – Alessandro Vujovic

h 16.00 - 16.30 Discussione

Chiusura del convegno

Segreteria Scientifica: Attilio Parisi, Antonio Gianfelici

Segreteria Organizzativa: BOTO

CONTRIBUTO EDUCAZIONALE NON CONDIZIONATO



ISCRIZIONE OBBLIGATORIA E GRATUITA RISERVATA AI SOCI DELLA FMSI

AL SEGUENTE LINK: <https://forms.gle/ub1Wosbv9R2YniVc8>

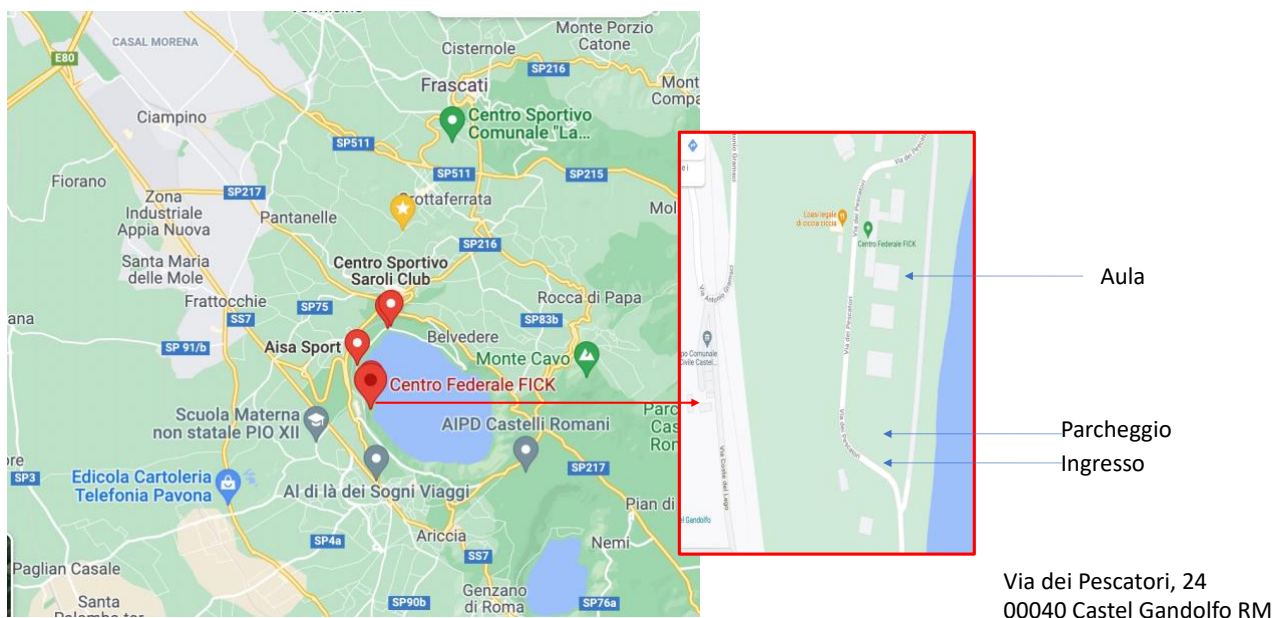
NUMERO MASSIMO PARTECIPANTI: 60

la priorità di partecipazione sarà assegnata sulla base della tempistica delle iscrizioni

Con il patrocinio
gratuito di:



Come raggiungere la sede del convegno: Via dei Pescatori, 24 – Castel Gandolfo



Da Roma

*Dal G.R.A. prendere l'uscita 23 e percorrere S.S.7 Appia per circa 11 km in direzione "fuori Roma".
Al semaforo prendere la SP140 e seguire le indicazioni per il lago.*

Normative ANTICOVID

A tutela della salute e della tranquillità di tutti, l'evento si terrà nel rigoroso rispetto di tutte le regole previste dalle normative anti Covid. Con attenzione e controllo per: distanziamento, sanificazione, dislocazione degli spazi, affollamento, verifica della temperatura corporea e con la richiesta a tutti di indossare la mascherina.

Sempre a garanzia di tutti e nel rispetto delle norme, all'ingresso verrà chiesta l'esibizione del GREEN PASS (Per maggiori informazioni sulla Certificazione verde COVID-19 visita il sito ufficiale <https://www.dgc.gov.it/web/>)

MISURE IGIENICO-SANITARIE DI CUI SI RACCOMANDA L'OSSERVANZA

- *Indossare sempre la mascherina negli ambienti chiusi*
- *Lavarsi spesso le mani*
- *Evitare il contatto ravvicinato con persone che soffrono di infezioni respiratorie acute*
- *Evitare abbracci e strette di mano*
- *Mantenere, nei contatti sociali, una distanza interpersonale di almeno 1 metro*
- *Starnutire e/o tossire in un fazzoletto coprendosi bocca e naso ed evitando il contatto delle mani con le secrezioni respiratorie*
- *Evitare l'uso promiscuo di bottiglie e bicchieri*
- *Non toccarsi occhi, naso e bocca con le mani*