

**CREDITI ECM**

L'attività istituzionale di preparazione professionale è inserita nel "Programma di Formazione Continua" del Ministero della Salute (ECM). 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 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** entro il **25/11/2011** inviando la [scheda di iscrizione](#), debitamente compilata in ogni sua parte, via e-mail a: [cr.sardegna@fmsi.it](mailto:cr.sardegna@fmsi.it) oppure [niettafenu@tiscali.it](mailto:niettafenu@tiscali.it)

**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****Comitato Regionale Sardegna FMSI**

Dott. Marco Scorcu

c/o Stadio Sant'Elia – Via Vespucci Snc

e-mail: [cr.sardegna@fmsi.it](mailto:cr.sardegna@fmsi.it)

**Coordinatore della Formazione**

Dott.ssa Maria Antonietta Fenu

Cell. 347 3472620 e-mail: [niettafenu@tiscali.it](mailto:niettafenu@tiscali.it)

**Presidente AMSD Cagliari**

Dott. Alberto Macis

e-mail: [ams.cagliari@fmsi.it](mailto:ams.cagliari@fmsi.it)

**INFORMAZIONI LOGISTICHE**

L'attività istituzionale di preparazione professionale su "L'approccio nutrizionale nel praticante attività sportiva" organizzata dal **CR Sardegna FMSI** si terrà presso:

**CAESAR'S Hotel**

Via Darwin n. 2/4 - 09126 Cagliari

Tel: 070/340750 e-mail: [info@caesarshotel.it](mailto:info@caesarshotel.it)

**COME ARRIVARE IN AUTO**

Dal porto di Cagliari prendere via Roma e seguire le indicazioni verso lo stadio, prendere via Colombo e continuare dritti. Girare a destra sul nuovo asse mediano di scorrimento, l'Hotel Caesar's si trova a 2 minuti di distanza

**SISTEMAZIONI ALBERGHIERE**

Per informazioni sulla logistica e sugli hotel convenzionati, contattare:

**Comitato Regionale Sardegna FMSI**

c/o Stadio Sant'Elia – Via Vespucci Snc

e-mail: [cr.sardegna@fmsi.it](mailto:cr.sardegna@fmsi.it)



Federazione Medico Sportiva Italiana

Comitato Regionale Sardegna

## L'APPROCCIO NUTRIZIONALE NEL PRATICANTE ATTIVITÀ SPORTIVA



# CAGLIARI

## 03 DICEMBRE 2011

## Cari Soci e Colleghi,

L'attività istituzionale di preparazione professionale su "L'approccio nutrizionale nel praticante attività sportiva" che si terrà a Cagliari il 03 dicembre 2011 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 (definizioni e ruolo terapeutico; l'uso dei LARN per la formulazione di diete personalizzate; definizione, stima e misurazione del fabbisogno energetico; macronutrienti e micronutrienti..) 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 ed il recupero, unitamente alla possibilità di utilizzo degli integratori alimentari. Il corso prevede anche una sessione pratica volta alla valutazione antropometrica dell'atleta per l'analisi della composizione corporea.

Scopo dell'incontro è quello di migliorare le conoscenze e le competenze specialistiche sull'argomento.

### Presidente dei lavori

Dott. Marco SCORCU

Presidente Comitato Regionale FMSI Sardegna

Dottoressa Maria Antonietta FENU

Coordinatore Regionale Formazione Sardegna

Dottor Alberto MACIS

Presidente AMSD di Cagliari

## INIZIO DEI LAVORI

Ore 08.30 Registrazione dei partecipanti

Ore 08.45 Presentazione del Corso

Marco SCORCU

Presidente

Comitato Regionale FMSI

Sardegna

Maria Antonietta FENU

Coordinatore Regionale della

Formazione Sardegna

Alberto MACIS

Presidente AMSD Cagliari FMSI

## SESSIONE PRIMA

Ore 09.00 Principi generali di nutrizione  
Pier Luigi FIORELLA

Ore 10.00 Approccio nutrizionale nello sportivo diabetico di tipo 1  
Gianfranco MADAU

Ore 10.20 Le intolleranze alimentari nello sportivo  
Paolo SERRA

Ore 10.40 Discussione

Ore 11.00 Coffee Break

## SESSIONE SECONDA

Ore 11.15 La nutrizione in ambito sportivo  
Pier Luigi FIORELLA

Ore 12.45 Discussione

Ore 13.00 Lunch

## SESSIONE TERZA

Ore 14.00 La valutazione nutrizionale  
Pier Luigi FIORELLA

Ore 15.00 Pratica: Antropo-plicometria per la valutazione della massa grassa e misurazione del metabolismo basale (con Fitmate)  
Pier Luigi FIORELLA

Ore 16.30 Coffee Break

## SESSIONE QUARTA

Ore 16.45 L'integrazione nello sportivo  
Pier Luigi FIORELLA

Ore 17.45 Cervello ed Alimentazione: il piacere delle calorie  
Pier Andrea SERRA

Ore 18.15 Discussione

Ore 18.30 Questionario di verifica ECM e chiusura dei lavori