### 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 09/12/2011 inviando la scheda di iscrizione debitamente compilata in ogni sua parte via email a: cirusfra@gmail.com o via fax al numero: 0434/869035

### 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 Friuli Venezia Giulia

Dott. Fernando Agrusti

via Menotti 21 - 33072 Casarsa della Delizia (PN)

e-mail: cr.friuliveneziagiulia@fmsi.it

Coordinatore Regionale della Formazione FMSI Dott. Ciro Antonio Francescutto



#### INFORMAZIONI LOGISTICHE

L'attività istituzionale di preparazione professionale su "L'approccio nutrizionale nel praticante attività sportiva" organizzata dal CR Friuli Venezia Giulia FMSI si terrà presso: **TEATRO PASOLINI (Ridotto)** 

Via Piave 16 Casarsa della Delizia (PN)

GENERALI

INFORMAZIONI

### COME ARRIVARE IN AUTO

Dall'autostrada Portogruaro-Conegliano procedi in direzione sudest su A28; prendi l'uscita Cimpello per entrare in Via Giacomo Leopardi; svolta a destra per Via Pontebbana; prendi l'uscita verso Udine/Pordenone; alla rotonda prendi la 1a uscita e prendi Via Nazionale/SS13; continua a seguire la SS<sub>13</sub>, svolta a destra e imbocca Via Piave.



### INFO SISTEMAZIONI ALBERGHIERE

Per informazioni sulla logistica e sugli hotel convenzionati, contattare:

# Segreteria Organizzativa

Dott, Ciro Antonio Francescutto

(a) cirusfra(a) gmail.com - (1) 349 3682938





Federazione Medico Sportiva Italiana Comitato Regionale Friuli Venezia Giulia

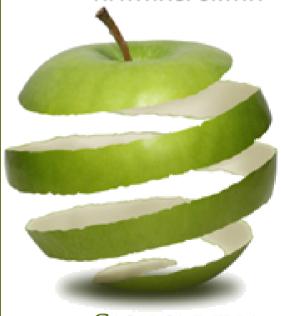
**PROFESSIONALE** 

PREPARAZIONE

 $\Box$ 

ATTIVITÀ ISTITUZIONALE

# L'APPROCCIO NUTRIZIONALE **NEL PRATICANTE ATTIVITÀ SPORTIVA**



CASARSA DELLA DELIZIA (PN)

**17 DICEMBRE 2011** 

# Cari Soci e Colleghi,

L'attività istituzionale di preparazione professionale su "L'approccio nutrizionale nel praticante attività sportiva" che si terrà a Casarsa della Delizia (PN) il 17 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 antropoplicometrica 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. Fernando AGRUSTI Presidente Comitato Regionale FMSI Friuli Venezia Giulia

Dottor Ciro Antonio FRANCESCUTTO Coordinatore Regionale Formazione Friuli Venezia Giulia

## INIZIO DEI LAVORI

PRESENTAZION

PROGRAMMA

Ore o8.30 Registrazione dei partecipanti

Ore 08.45 Presentazione del Corso

Fernando AGRUSTI

Presidente

Comitato Regionale FMSI

Friuli Venezia Giulia

Ciro Antonio FRANCESCUTTO Coordinatore Regionale della Formazione Friuli Venezia Giulia

## SESSIONE PRIMA

**Ore 09.00** Principi generali di nutrizione

Pier Luigi FIORELLA

Ore 10.00 La nutrizione in ambito sportivo

Pier Luigi FIORELLA

Ore 11.00 Discussione

Ore 11.15 Coffee Break

## SESSIONE SECONDA

Ore 11.30 Il fabbisogno di carboidrati per

l'esercizio fisico nel paziente diabetico insulino-dipendente

Maria Pia FRANCESCATO

Ore 12.15 lo, il cibo e lo sport

Irena TAVCAR

Ore 13.00 Lunch

PROGRAMMA

## SESSIONE TERZA

Ore 14.00 Progetto «Curati con stile»

Ciro Antonio FRANCESCUTTO

**Ore 15.00** Pratica: Antropo-plicometria per

la valutazione della massa grassa e misurazione del metabolismo

e misurazione dei metabolis

basale (con Fitmate) Pier Luigi FIORELLA

**Ore 16.00** Coffee Break

# SESSIONE QUARTA

Ore 16,15 La valutazione nutrizionale

Pier Luigi FIORELLA

Ore 17.15 L'integrazione nello sportivo

Pier Luigi FIORELLA

Ore 18.15 Discussione

Ore 18.30 Questionario di verifica ECM e

chiusura dei lavori





