

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 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 **preregistrazione entro il 29 marzo 2014** inviando la [scheda di iscrizione](#) via e-mail a cirusfra@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

Comitato Regionale Friuli Venezia Giulia FMSI

Presidente CR Friuli Venezia Giulia

Dottor Fernando AGRUSTI

@ feagrust@alice.it

Coordinatore Regionale Formazione Friuli Venezia Giulia

Dottor Ciro Antonio FRANCESCUTTO

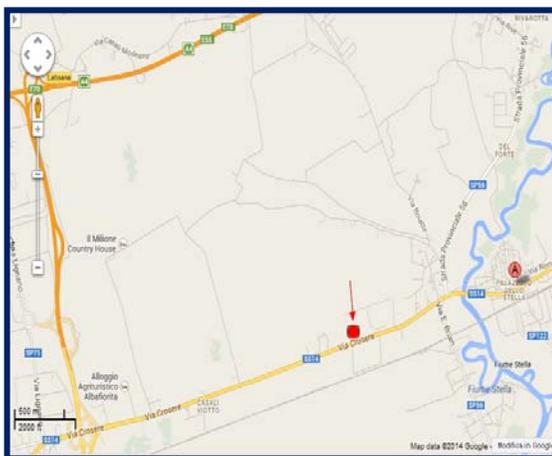
@ cirusfra@gmail.com

INFORMAZIONI LOGISTICHE

L'attività istituzionale di preparazione professionale sulla "Prescrizione dell'esercizio fisico" organizzata dal Comitato Regionale Friuli Venezia Giulia FMSI si terrà a **Palazzo dello Stella (UD)** presso il **Ristorante 900 all'Isola, Casali Isola Augusta 4.**

COME ARRIVARE IN AUTO

Autostrada A4 Venezia - Trieste uscita Latisana, seguire le indicazioni per Lignano Sabbiadoro/Trieste e dopo 3 km, sul cavalcavia, girare a destra sulla S.S. 14 in direzione di Trieste. Arrivo a destinazione dopo 2,7 km sulla sinistra.

**SISTEMAZIONI ALBERGHIERE**

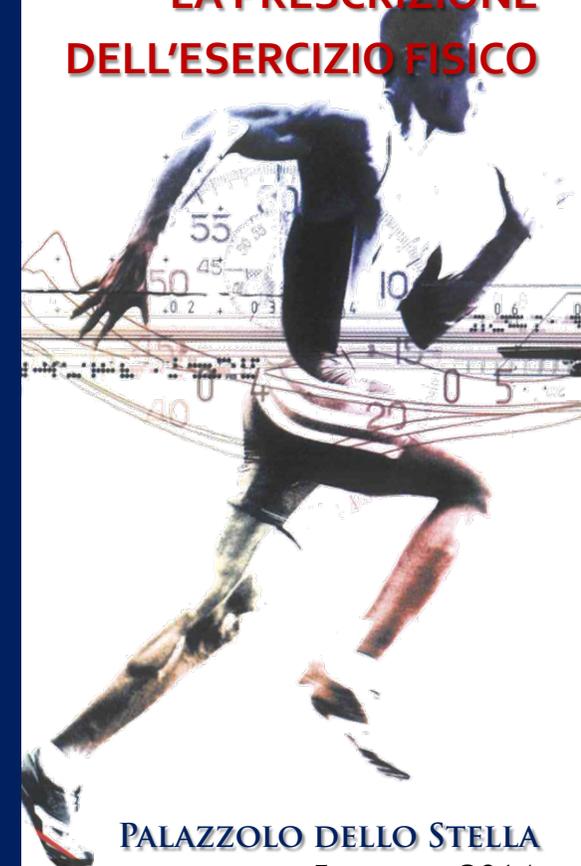
Per informazioni sulla logistica e sugli hotel convenzionati, contattare il

Dottor Ciro Antonio FRANCESCUTTO

@ cirusfra@gmail.com



Federazione Medico Sportiva Italiana
Comitato Regionale Friuli Venezia Giulia FMSI

**LA PRESCRIZIONE
DELL'ESERCIZIO FISICO**

PALAZZOLO DELLO STELLA
5 APRILE 2014

Cari Soci e Colleghi,

L'attività istituzionale di preparazione professionale sulla "Prescrizione dell'esercizio fisico" che si terrà a Palazzolo dello Stella (UD) il 05/04/2014 rientra nell'ambito dell'aggiornamento voluto dalla FMSI e proposto ai propri iscritti.

Sull'importanza dell'esercizio fisico come strumento di prevenzione di patologie epidemiologicamente rilevanti e sulla sua utilità terapeutica in alcune malattie, vi è unanime convergenza di vedute.

La prescrizione dell'esercizio fisico, laddove supportata da specifiche conoscenze e competenze consente di personalizzarne la somministrazione, onde ottimizzarne gli effetti.

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

Presidente dei lavori

Dottor Fernando AGRUSTI

Presidente CR Friuli Venezia Giulia FMSI

Dottor Ciro Antonio FRANCESCUTTO

Coordinatore Regionale della Formazione Friuli Venezia FMSI

INIZIO DEI LAVORI

- Ore 08.30** Registrazione dei partecipanti
- Ore 08.45** Presentazione dei lavori
Fernando AGRUSTI
Presidente CR Friuli Venezia Giulia FMSI
Ciro Antonio FRANCESCUTTO
Coordinatore Regionale della Formazione Friuli Venezia Giulia FMSI

SESSIONE PRIMA

L'ATTIVITÀ FISICA COME MEZZO DI PREVENZIONE PRIMARIA E SECONDARIA

- Ore 09.00** L'attività fisica come mezzo di prevenzione primaria e secondaria nelle patologie sport sensibili. Il ruolo della FMSI nella prescrizione dell'esercizio fisico.
Filippo QUATTRINI

SESSIONE SECONDA

LA VALUTAZIONE FUNZIONALE PER LA CORRETTA PRESCRIZIONE DELL'ATTIVITÀ FISICA. IL MEDICO DELLO SPORT

- Ore 09.45** Aspetti generali
Filippo QUATTRINI
- Ore 10.00** Valutazione antropometrica
Christel GALVANI
- Ore 10.30** Valutazione della forza, della potenza muscolare e della flessibilità
Christel GALVANI
- Ore 11.15** Coffee break

- Ore 11.30** Valutazione del metabolismo aerobico
Filippo QUATTRINI

- Ore 12.45** Discussione

- Ore 13.15** Lunch

SESSIONE TERZA

PRINCIPI GENERALI DI METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO E DI PRESCRIZIONE DELL'ESERCIZIO FISICO

- Ore 14.15** Principi generali dell'allenamento
Christel GALVANI
- Ore 15.00** Prescrizione esercizi di forza, potenza, flessibilità
Christel GALVANI
- Ore 15.45** Prescrizione esercizi aerobici
Filippo QUATTRINI
- Ore 16.30** Coffee break
- Ore 17.00** Esercitazione: valutazione, prescrizione, esempi di progetti realizzati, ecc.
Filippo QUATTRINI
Christel GALVANI
- Ore 17.45** Discussione
- Ore 18.00** Questionario di verifica ECM
- Ore 18.30** Chiusura dei lavori