

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 31/10/2015** 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
 Dott. **Ciro Antonio FRANCESCUTTO**
 @ cirusfra@gmail.com

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 a **Palazzolo dello Stella (UD)** presso il **Ristorante 900 all'Isola**, Casali Isola Augusta 4.

INFO TRASPORTI E DISTANZE:

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

L'APPROCCIO NUTRIZIONALE NEL PRATICANTE ATTIVITÀ SPORTIVA



PALAZZOLO DELLO STELLA
7 NOVEMBRE 2015

Cari Soci e Colleghi,

L'attività istituzionale di preparazione professionale su "L'approccio nutrizionale nel praticante attività sportiva" che si terrà Palazzolo dello Stella (UD) il 7 novembre 2015 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

Dottor Fernando AGRUSTI

Presidente CR Friuli Venezia Giulia FMSI

INIZIO DEI LAVORI

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

SESSIONE PRIMA

- Ore 09.00** Principi generali di nutrizione
Claudio BRIGANTI
- Ore 10.00** L'idratazione nell'atleta
Flavia BRUTTINI
- Ore 11.00** Discussione
- Ore 11.15** Coffee Break

SESSIONE SECONDA

- Ore 11.30** La valutazione nutrizionale
Claudio BRIGANTI
- Ore 12.30** Pratica: Antropo-plicometria per la valutazione della massa grassa e misurazione del metabolismo basale (con Fitmate)
Claudio BRIGANTI
- Ore 13.30** Lunch

SESSIONE TERZA

- Ore 14.00** L'integrazione nello sportivo
Flavia BRUTTINI

SESSIONE QUARTA

- Ore 15.00** La nutrizione in ambito sportivo
Claudio BRIGANTI
- Ore 16.00** Discussione
- Ore 16.30** Verifica con questionario ECM
- Ore 17.15** Chiusura dei lavori