

**CREDITI ECM 7,1 ▪ CREDITI FMSI 5**

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. La partecipazione al Corso permette di ottenere 5 Crediti FMSI.

**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 14/04/2016** inviando la **scheda di iscrizione** via e-mail a: [cr.piemonte@fmsi.it](mailto:cr.piemonte@fmsi.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**

Per informazioni sulla partecipazione al Corso:

**Comitato Regionale Piemonte FMSI**

Via Filadelfia 88 c/o Stadio Olimpico  
10134 Torino

Tel. 011/ 396275 – Fax 011/ 325003

@ [cr.piemonte@fmsi.it](mailto:cr.piemonte@fmsi.it)

**INFORMAZIONI LOGISTICHE**

L'attività istituzionale di preparazione professionale sulla "Prescrizione dell'esercizio fisico" organizzata dal **Comitato Regionale Piemonte FMSI** si terrà presso l'Aula Magna dell'**Istituto di Medicina dello Sport di Torino**

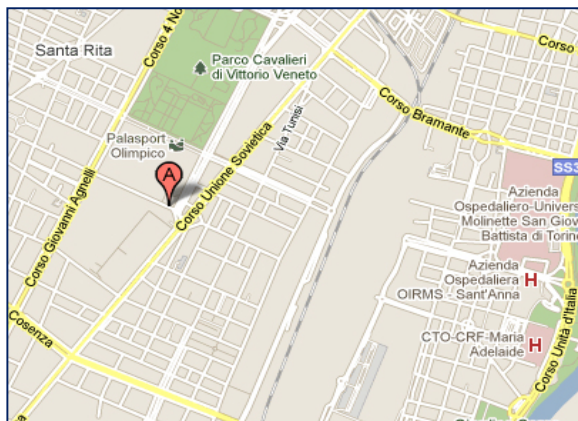
Via Filadelfia 88 c/o Stadio olimpico – Torino

Tel. 011/ 396275 - Fax 011/ 325003

**COME ARRIVARE**

**In auto** → una volta arrivati a Torino, seguire le indicazioni per «Palasport Olimpico».

**Con i mezzi pubblici** → Tram: 4 e 10 / Autobus: 17

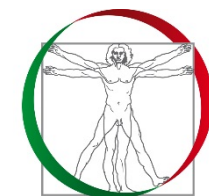
**INFORMAZIONI LOGISTICHE & SISTEMAZIONI ALBERGHIERE**

Per informazioni sulla logistica e sugli hotel convenzionati, contattate:

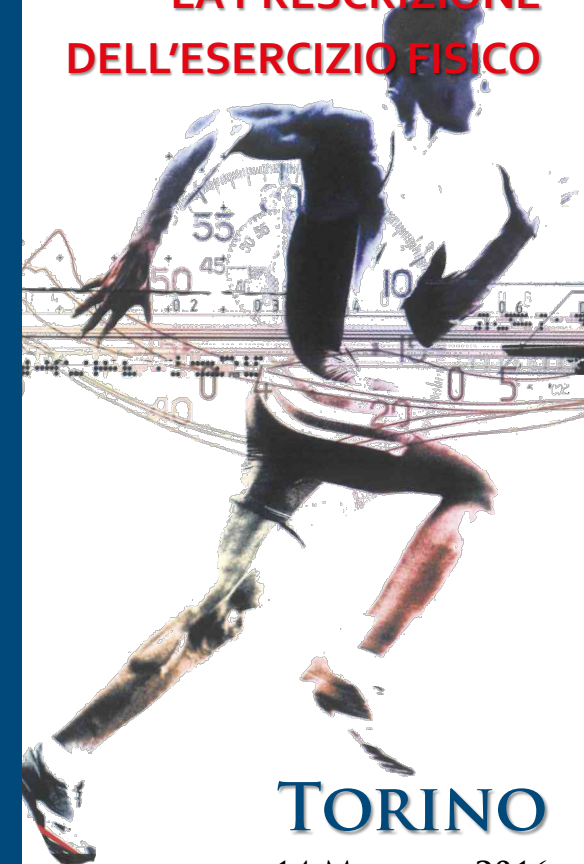
Referente: Signora Chiara Spatafora

Tel. 011/396275 – Fax 011/325003

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



**FMSI**  
CR PIEMONTE

**LA PRESCRIZIONE  
DELL'ESERCIZIO FISICO**

**TORINO**  
14 MAGGIO 2016

## Cari Soci e Colleghi,

L'attività istituzionale di preparazione professionale sulla "Prescrizione dell'esercizio fisico" che si terrà ad Torino il 14/05/2016 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  
**Prof. Carlo Gabriele GRIBAUDO**  
 Presidente CR Piemonte

## INIZIO DEI LAVORI

- Ore 08.30 Registrazione dei partecipanti
- Ore 08.45 Presentazione dei lavori  
 Prof. Carlo Gabriele GRIBAUDO  
*Presidente CR FMSI Piemonte*  
 Dott. Fabrizio VERZINI  
*Coordinatore Formazione FMSI Piemonte*

### 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