

# INFORMAZIONI GENERALI

## INFORMAZIONI LOGISTICHE

Il Corso organizzato dal **Comitato Regionale Campania FMSI** si terrà presso L'Hotel Palazzo Murat – Via dei Mulini n. 23 - 84017 Positano (SA).

## CREDITI ECM 7 ▪ CREDITI FMSI 5

Il Corso è inserito nel "Programma di Formazione Continua" del Ministero della Salute. 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 **pre-registrazione**, inviando la propria [scheda di iscrizione](#) entro il **13/05/2017** via e-mail a: [cr.campania@fmsi.it](mailto:cr.campania@fmsi.it) o [gennarobuonfiglio@alice.it](mailto:gennarobuonfiglio@alice.it)

## ATTESTATO DI PARTECIPAZIONE

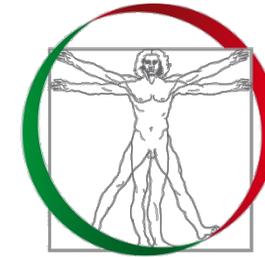
L'attestato di partecipazione sarà consegnato a tutti i partecipanti regolarmente iscritti che ne faranno richiesta presso il desk della Segreteria Organizzativa al termine dei lavori.

## PER INFORMAZIONI

Per informazioni sulla partecipazione al Corso e di carattere logistico:

**Comitato Regionale Campania FMSI** - [cr.campania@fmsi.it](mailto:cr.campania@fmsi.it)

o all'attenzione del Dott. Palumbo Gianpaolo, e-mail: [gg\\_palumbo@libero.it](mailto:gg_palumbo@libero.it)

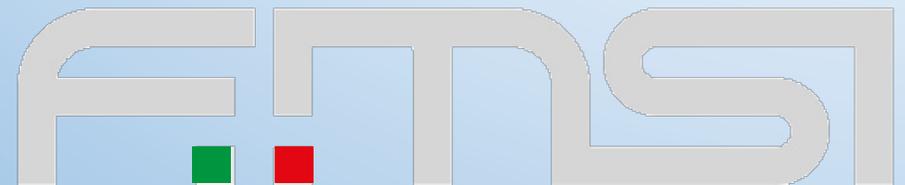


**FMSI**  
CR CAMPANIA

Attività istituzionale di preparazione professionale

## LA PRESCRIZIONE DELL'ESERCIZIO FISICO

**Positano (SA) ▪ 20 maggio 2017**



## RAZIONALE

### *Cari Soci e Colleghi,*

L'attività istituzionale di preparazione professionale su "La prescrizione dell'esercizio fisico" che si terrà a Positano il 20/05/2017 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

*Gennaro BUONFIGLIO*

*Presidente CR FMSI Campania*

## PROGRAMMA

**Ore 08.30** Registrazione dei partecipanti

**Ore 08.45** Presentazione del Corso e saluti

Vincenzo Russo

*Vice Presidente FMSI*

Gennaro Buonfiglio

*Presidente CR FMSI Campania*

Marcellino Monda

*Coordinatore Regionale della Formazione FMSI Campania*



## PROGRAMMA

### **SESSIONE I – L'attività fisica come mezzo di prevenzione primaria e secondaria**

**Ore 09.00** Il ruolo della FMSI nella prescrizione dell'esercizio fisico. Attività fisica e patologia: La giusta dose

*Dott. Antonio Gianfelici*

### **SESSIONE II – La valutazione funzionale per la corretta prescrizione dell'attività fisica**

**Ore 09.45** Principi generali

*Dott. Antonio Gianfelici*

**Ore 10.00** Valutazione antropometrica

*Dott. Antonio Gianfelici*

**Ore 10.30** Valutazione della forza, della potenza muscolare e della flessibilità

*Dott. Antonio Gianfelici*

**Ore 11.15** *Coffee Break*

**Ore 11.30** Valutazione del metabolismo aerobico

*Dott. Antonio Gianfelici*

**Ore 12.15** Dalla teoria alla pratica: Il protocollo di valutazione personalizzato

*Dott. Antonio Gianfelici*

**Ore 13.15** *Lunch*

### **SESSIONE III – Metodologia dell'allenamento e prescrizione dell'esercizio fisico**

**Ore 14.15** Principi generali dell'allenamento

*Dott. Carlo Varalda*

**Ore 15.00** Prescrizione esercizi di forza, potenza, flessibilità

*Dott. Carlo Varalda*

**Ore 15.45** Prescrizione esercizi aerobici

*Dott. Carlo Varalda*

**Ore 16.30** *Coffee Break*

**Ore 17.00** Tavola rotonda: Dalla teoria alla pratica

*Dott. Antonio Gianfelici e Dott. Carlo Varalda*

**Ore 18.00** Questionario di verifica ECM

**Ore 18.15** Chiusura dei lavori

