

INFORMAZIONI GENERALI

INFORMAZIONI LOGISTICHE

Il Corso organizzato dal **Comitato Regionale Emilia Romagna FMSI** si terrà presso l'Istituto Alberghiero Malatesta, Viale Regina Margherita n. 4 - 47924 Rimini.

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

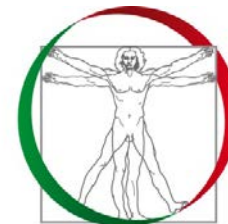
L'iscrizione, riservata ai soli Medici e Soci Aderenti tesserati FMSI, è gratuita. Essendo stata programmata, ai fini del riconoscimento dei crediti ECM, la partecipazione di un numero massimo di **50** iscritti, si prega effettuare una **pre-registrazione**, inviando la propria [scheda di iscrizione](#) entro il **01/04/2017** via e-mail a: cr.emiliaromagna@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 e di carattere logistico: **Comitato Regionale Emilia Romagna FMSI**, all'attenzione del Dott. Contento, e-mail: p.contento1@virgilio.it

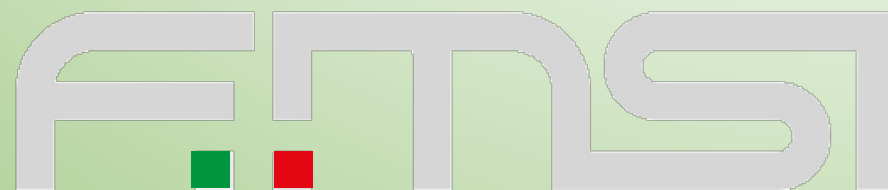


FMSI
CR EMILIA ROMAGNA

Attività istituzionale di preparazione professionale

L'APPROCCIO NUTRIZIONALE NEL PRATICANTE ATTIVITÀ SPORTIVA

Rimini ▪ 8 aprile 2017



RAZIONALE E RELATORI

Cari Soci e Colleghi,

l'attività istituzionale di preparazione professionale su "L'approccio nutrizionale nel praticante attività sportiva" che si terrà a Rimini in data 08/04/2017 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 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 e il recupero, unitamente alla possibilità di utilizzo degli integratori alimentari. Il corso prevede anche una sessione pratica volta alla valutazione antropo-plicometrica 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

Alberto Anedda

Presidente CR FMSI Emilia Romagna

PROGRAMMA

Ore 08.30 Registrazione dei partecipanti

Ore 08.45 Presentazione del Corso e saluti

Alberto ANEDDA

Presidente CR FMSI Emilia Romagna

Pasquale CONTENTO

Presidente AMS FMSI Rimini

Lorenzo BALDINI

Coordinatore Regionale della Formazione FMSI Emilia Romagna

PROGRAMMA

SESSIONE I

Ore 09.00

Principi generali di Nutrizione

Dott. Claudio Briganti

- Dieta, dietoterapia, nutrizione clinica: definizioni e ruolo terapeutico
- L'uso dei LARN per la formulazione di diete personalizzate
- Fabbisogno energetico: definizione, stima e misurazione: "l'holter metabolico"
- Macronutrienti (Glucidi, Lipidi e Protidi) e Micro Nutrienti (Vitamine e Minerali)

Ore 10.00

L'idratazione nell'atleta

Dott.ssa Flavia Bruttini

Ore 11.00

Discussione

Ore 11.15

Coffee Break

SESSIONE II

Ore 11.30

La Valutazione Nutrizionale

Dott. Claudio Briganti

- Nutrizione e composizione corporea
- Antropometria: dalla teoria alla pratica
- Principi e applicazione pratica della biimpedenzometria

Ore 12.30

Pratica: Plicometria per la misura della massa grassa (con plicometro e Fitmate)

Dott. Claudio Briganti

Ore 13.30

Lunch time

SESSIONE III

Ore 14.00

L'integrazione nello sportivo

Dott.ssa Flavia Bruttini

Tipo di integratori, normative, problematiche, l'idratazione

SESSIONE IV

Ore 15.00

La nutrizione in ambito sportivo

Dott. Claudio Briganti

La prescrizione dietetica nell'atleta, in allenamento, in gara...

Ore 16.00

Discussione

Ore 16.30

Questionario ECM

Ore 17.15

Fine del corso