

# INFORMAZIONI GENERALI

## INFORMAZIONI LOGISTICHE

Il Corso organizzato dal **Comitato Regionale Calabria FMSI** si terrà presso l'Hotel Europa, Via J.F. Kennedy – 87036 Rende (CS).

## 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 **03/06/2017** via e-mail all'attenzione del Dott. Sireno: [ams.cosenza@fmsi.it](mailto:ams.cosenza@fmsi.it)

## ATTESTATO DI PARTECIPAZIONE

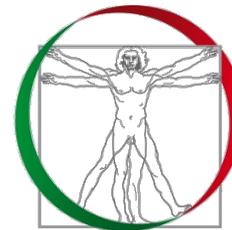
L'attestato di partecipazione sarà consegnato a tutti i partecipanti regolarmente iscritti che ne faranno richiesta presso il desk della Segreteria Organizzativa al termine dei lavori.

## PER INFORMAZIONI

Per informazioni sulla partecipazione al Corso e di carattere logistico:

**Comitato Regionale Calabria FMSI**, e-mail: [cr.calabria@fmsi.it](mailto:cr.calabria@fmsi.it) o

all'attenzione del Dott. Sireno, e-mail: [ams.cosenza@fmsi.it](mailto:ams.cosenza@fmsi.it)



**FMSI**  
CR CALABRIA

Attività istituzionale di preparazione professionale

## L'APPROCCIO NUTRIZIONALE NEL PRATICANTE ATTIVITÀ SPORTIVA

**Rende (CS) ▪ 10 giugno 2017**



# RAZIONALE

## *Cari Soci e Colleghi,*

l'attività istituzionale di preparazione professionale su "L'approccio nutrizionale nel praticante attività sportiva" che si terrà a Rende (CS) in data 10/06/2017 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  
*Carmelo PUNTORIERE*  
Presidente CR FMSI Calabria

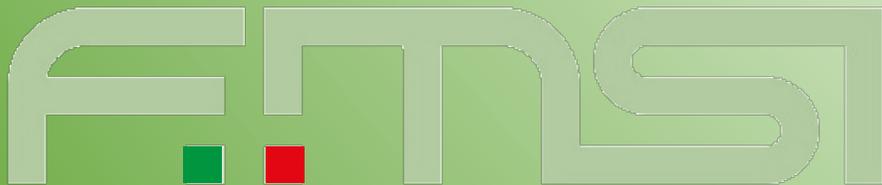
# PROGRAMMA

Ore 08.30 Registrazione dei partecipanti

Ore 08.45 Presentazione del Corso e saluti

Carmelo PUNTORIERE  
Presidente CR FMSI Calabria

Domenico SIRENO  
Presidente AMS FMSI Cosenza  
Coordinatore Regionale della Formazione FMSI Calabria



# PROGRAMMA

## SESSIONE I

Ore 09.00 Principi generali di Nutrizione  
*Dott. Claudio Briganti*

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*

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*

## SESSIONE IV

Ore 15.00 La nutrizione in ambito sportivo  
*Dott. Claudio Briganti*

Ore 16.00 Discussione

Ore 16.30 Questionario ECM

Ore 17.15 **Fine del corso**

