

INFORMAZIONI GENERALI

INFORMAZIONI LOGISTICHE

Il Corso organizzato dal **Comitato Regionale Sicilia FMSI** si terrà presso la **Sala Convegni Garden – Viale dei Miti, 72 - 94100 Pergusa (EN)**.

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 **70** iscritti, si prega effettuare una **pre-registrazione**, inviando la propria [scheda di iscrizione](#) entro il **10/11/18** via e-mail a: amsdpalermosegreteria@gmail.com o cr.sicilia@fmsi.it o ams.enna@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.

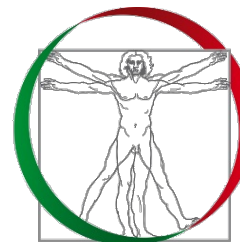
PER INFORMAZIONI

Per informazioni sulla partecipazione al Corso e di carattere logistico:

Coordinatore Formazione FMSI Sicilia: amsdpalermosegreteria@gmail.com

Associazione Medico Sportiva Enna: ams.enna@fmsi.it

Comitato Regionale Sicilia FMSI: cr.sicilia@fmsi.it

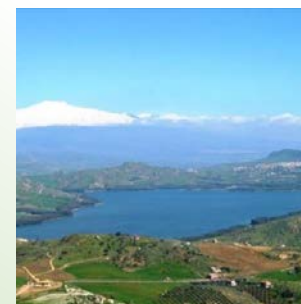


FMSI
CR SICILIA

Attività istituzionale di preparazione professionale

L'APPROCCIO NUTRIZIONALE NEL PRATICANTE ATTIVITÀ SPORTIVA

Pergusa (EN) ▪ 17 novembre 2018



RAZIONALE

Cari Soci e Colleghi,

l'attività istituzionale di preparazione professionale su "L'approccio nutrizionale nel praticante attività sportiva" che si terrà a Pergusa (EN) in data 17/11/2018 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 CR Sicilia FMSI – Gennaro La Delfa

Presidente AMS Enna FMSI – Angelo Sberna

Coordinatore Regionale Formazione FMSI Sicilia – Vittorio Virzi

PROGRAMMA

Ore 08.30 Registrazione dei partecipanti

Ore 08.45 Presentazione del Corso e saluti

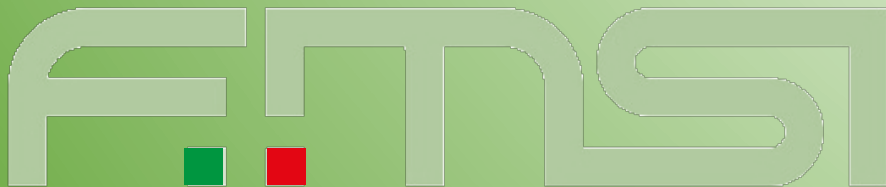
Maria TRIASSI - Consigliere Federale FMSI

Angelo SBERNA - Presidente AMS Enna FMSI

Silvana FERRARELLO - Consigliere Regionale FMSI

Vittorio VIRZI - Coordinatore Regionale Formazione FMSI Sicilia

Gennaro LA DELFA - Presidente CR Sicilia FMSI



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**

