

CREDITI ECM

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.

MODALITÀ DI ISCRIZIONE

L'iscrizione, riservata ai soli Medici tesserati FMSI, è gratuita. Essendo stata programmata, ai fini del riconoscimento dei crediti ECM, la partecipazione di un numero massimo di 60 iscritti, si prega effettuare una **pre-registrazione entro il 20/10/2011** inviando la [scheda di iscrizione](#) debitamente compilata in ogni sua parte via e-mail a: cr.sicilia@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**Comitato Regionale Sicilia FMSI**

Via L. Capuana, 6 - 95030 Sant'Agata Li Battiati (CT)

☎ 336 882197 - @ cr.sicilia@fmsi.it

Coordinatore della Formazione

Dott. Giovanni Alberti

☎ 348 8556496 @ giovannialberti@libero.it

Presidente AMSD Enna

Dott. Angelo Sberna

☎ 347 3403832 @ ams.enna@fmsi.it

INFORMAZIONI LOGISTICHE

L'attività istituzionale di preparazione professionale su "L'approccio nutrizionale nel praticante attività sportiva" organizzata dal **CR Sicilia FMSI** si terrà presso:

Università degli Studi di Enna «Kore»

c/o Facoltà di Scienze Motorie e del Benessere
Cittadella Universitaria - 94100 Enna
Tel. 0935 536.536

COME ARRIVARE IN AUTO

La sede universitaria è ubicata nella zona a valle della città vecchia, detta "Enna Bassa", a soli 3 km dallo svincolo di Enna dell'Autostrada Palermo-Catania.

- Facoltà di Scienze Motorie e del Benessere

**SISTEMAZIONI ALBERGHIERE**

Per informazioni sugli hotel convenzionati:

Palace Hotel Federico II - C.da Salerno Enna Bassa

☎ 0935.20176 - @ info@hotelfedericoenna.it

Hotel Riviera - Villaggio Pergusa 21 (Enna)

☎ 0935.541267 - @ riviera.hotel@tiscali.it

Casa dello Studente – Sixty Four Rooms

Università Via S. Ingrà – Enna Bassa

☎ 0935.20410 - 331.5873451



Federazione Medico Sportiva Italiana

Comitato Regionale Sicilia

L'APPROCCIO NUTRIZIONALE NEL PRATICANTE ATTIVITÀ SPORTIVA



ENNA

UNIVERSITÀ DEGLI STUDI «KORE»

22 OTTOBRE 2011

Cari Soci e Colleghi,

L'attività istituzionale di preparazione professionale su "L'approccio nutrizionale nel praticante attività sportiva" che si terrà a Enna il 22 ottobre 2011 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 (definizioni e ruolo terapeutico; l'uso dei LARN per la formulazione di diete personalizzate; definizione, stima e misurazione del fabbisogno energetico; macronutrienti e micronutrienti..) 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 ed il recupero, unitamente alla possibilità di utilizzo degli integratori alimentari. Il corso prevede anche una sessione pratica volta alla valutazione antropometrica 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

Prof. Gennaro La Delfa

Presidente Comitato Regionale FMSI Sicilia

Dott. Giovanni Alberti

Coordinatore Regionale della Formazione Sicilia

Dott. Angelo Sberna

Presidente AMSD di Enna

INIZIO DEI LAVORI

Ore 08.30 Registrazione dei partecipanti

Ore 08.45 Presentazione del Corso

Gennaro LA DELFA

Presidente

Comitato Regionale FMSI Sicilia

Giovanni ALBERTI

Coordinatore Regionale della

Formazione Sicilia

Interventi:

Mario LIPOMA

Preside Facoltà di Scienze Motorie

Roberto PREGADIO

Presidente

Comitato Provinciale CONI Enna

SESSIONE PRIMA

Ore 09.00 Principi generali di nutrizione
Pier Luigi FIORELLA

Ore 10.00 La fisiopatologia dell'obesità
Maria Laura LO CASCIO

Ore 10.20 La misura del dispendio energetico
Gennaro LA DELFA
Angelo SBERNA

Ore 10.40 Discussione

Ore 11.00 Coffee Break

SESSIONE SECONDA

Ore 11.15 La nutrizione in ambito sportivo
Pier Luigi FIORELLA

Ore 12.15 La nutrizione negli sport di resistenza (recupero e gare a tappa); le diete «speciali» negli atleti
Gaetano IACHELLI

Ore 12.45 Discussione

Ore 13.00 Lunch

SESSIONE TERZA

Ore 14.00 La valutazione nutrizionale
Claudio BRIGANTI

Ore 15.00 Pratica: Plicometria per la misura della massa grassa (con plicometro e Fitmate)
Claudio BRIGANTI

Ore 16.30 Coffee Break

SESSIONE QUARTA

Ore 16.45 L'integrazione nello sportivo
Pier Luigi FIORELLA

Ore 17.45 Il ruolo degli antiossidanti nell'alimentazione umana; i disturbi del comportamento alimentare nello sportivo
Giovanni ALBERTI

Ore 18.15 Discussione

Ore 18.30 Questionario di verifica ECM e chiusura dei lavori