

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 50 iscritti, si prega effettuare una **pre-registrazione entro il 18/05/2013** inviando la [scheda di iscrizione](#) debitamente compilata in ogni sua parte via e-mail a: ams.siena@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 Toscana FMSI**

Dott. Andrea Luchini:

☎ 0577 .52428 @ cr.toscana@fmsi.it

Coordinatore Regionale della Formazione

Dott. Marcello Bozzo

☎ 347 .8562766 @ marcellobozzo@libero.it

INFORMAZIONI LOGISTICHE

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

Piccolo Castello Monteriggioni

Via Colligiana n.8 ■ 53035 Monteriggioni (SI)

☎ 0577 307300 ☎ 0577 306126

@ info@ilpiccolocastello.com

www.ilpiccolocastello.com

COME ARRIVARE IN AUTO**Da Nord (Firenze – Bologna)**

Uscita: Firenze Certosa dell'A1, percorrere la superstrada «Autopalio» Firenze-Siena (direzione Siena). Dopo 46 km circa prendere l'uscita per Monteriggioni

Da Sud (Roma)

Uscita: Val di Chiana/Bettolle dell'A1, prendere la Superstrada e proseguire seguendo le indicazioni per Siena- Firenze. Arrivati a Siena attraverso la tangenziale proseguire per la Superstrada per Firenze. Dopo circa 10 Km prendere l'uscita per Monteriggioni.

SISTEMAZIONI ALBERGHIERE

Per informazioni sulla logistica e sugli hotel convenzionati, contattare:

CR Toscana FMSI @ cr.toscana@fmsi.it

oppure Dottor Marcello Bozzo

@ marcellobozzo@libero.it



Federazione Medico Sportiva Italiana

Comitato Regionale Toscana

L'APPROCCIO NUTRIZIONALE NEL PRATICANTE ATTIVITÀ SPORTIVA



MONTERIGGIONI

25 MAGGIO 2013

Cari Soci e Colleghi,

L'attività istituzionale di preparazione professionale su "L'approccio nutrizionale nel praticante attività sportiva" che si terrà a Monteriggioni il 25 maggio 2013 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

Dottor Andrea LUCHINI

Presidente CR Toscana FMSI

INIZIO DEI LAVORI

Ore 08.30 Registrazione dei partecipanti

Ore 08.45 Presentazione del Corso
Andrea LUCHINI
Presidente CR Toscana FMSI

Marcello BOZZO
*Coordinatore Regionale della
Formazione Toscana FMSI*

SESSIONE PRIMA

Ore 09.00 Principi generali di nutrizione
Pier Luigi FIORELLA

Ore 10.00 Il counseling nutrizionale negli
adolescenti sovrappeso
Gloria TURI

Ore 10.40 Discussione

Ore 11.00 Coffee Break

SESSIONE SECONDA

Ore 11.15 La nutrizione in ambito sportivo
Pier Luigi FIORELLA

Ore 12.45 Discussione

Ore 13.00 Lunch

SESSIONE TERZA

Ore 14.00 La valutazione nutrizionale
Pier Luigi FIORELLA

Ore 15.00 Pratica: Antropo-plicometria per
la valutazione della massa grassa
e misurazione del metabolismo
basale (con Fitmate)
Pier Luigi FIORELLA

Ore 16.30 Coffee Break

SESSIONE QUARTA

Ore 17.00 L'integrazione nello sportivo
Pier Luigi FIORELLA

Ore 18.15 Discussione

Ore 18.30 Questionario di verifica ECM e
chiusura dei lavori