



Certificazione
TÜV Italia
n. 501004518

edi-ermes
per la formazione



Novità

Milano - 18-19 febbraio 2006

Crediti ECM richiesti
per Medici e Dietisti

Nutrizione dello sportivo

Integratori, Supplementi e Sport Foods: aspetti pratici

Direzione scientifica: prof. Fulvio Marzatico

Docenti:

dott. Massimo Negro, prof. Fulvio Marzatico, Pavia,
dott. Pierluigi Pompei, Camerino (MC)

Sede: **edi.ermes** - Viale Enrico Forlanini, 65 - 20134 Milano *Durata:* due giorni, per un totale di 16 ore

Destinatari: Medici, Dietisti, Allenatori, Preparatori atletici, Laureati in Scienze motorie

Numero max partecipanti: 50

Costo: 280 € IVA compresa per Medici e Dietisti; 240 € IVA compresa per Allenatori, Preparatori atletici, Laureati in Scienze motorie (comprensivo di materiale didattico, *coffee break, lunch*)

PROGRAMMA

16 ore

18 febbraio 9.00-18.30

- Integrazione e supplementazione: finalità degli interventi e classificazione dei prodotti impiegati in campo sportivo - *F. Marzatico*
- Sport foods: caratteristiche biotecnologiche - *F. Marzatico*
- Integratori, supplementi e sport foods: utilizzo pratico nelle **diverse attività sportive** - *M. Negro*
 - nella modulazione della composizione corporea;
 - nella preparazione atletica e nel corso della stagione agonistica;
 - prima di un evento sportivo;
 - durante l'esercizio;
 - nel recupero.
- Esercizio fisico e sistema immunitario: ruolo della supplementazione - *M. Negro*
- Interazioni farmaco-nutriente - *F. Marzatico*

19 febbraio 8.30-18.00

- Integratori, supplementi e sport foods **in situazioni particolari** - *M. Negro*
 - impegni di lavoro e trasferte sportive;
 - post-infortunio e recupero funzionale dell'atleta.
- Integratori, supplementi e sport foods **in soggetti particolari** - *P. Pompei*
 - atleti vegetariani;
 - atleti con diverse culture alimentari;
 - giovani atleti;
 - atleti master e anziani;
 - atlete.
- Integratori, supplementi e sport foods: controindicazioni, abusi ed effetti indesiderati - *P. Pompei*
- **Esercitazione pratica** - *M. Negro, F. Marzatico, P. Pompei*
- Pianificazione alimentare dell'atleta: utilizzo ragionato di integratori, supplementi e sport foods
- Elaborazione e discussione di proposte dei partecipanti

edi-ermes

Viale Enrico Forlanini, 65 - 20134 Milano

Tel. 02.70.21.12.74 - Fax 02.70.21.12.83

E-mail: formazione@eenet.it - www.ediacademy.it