

## RAZIONALE

Nei paesi occidentali, il benessere e la motorizzazione portano sempre più alla sedentarietà. Quest'ultima associata ad una alimentazione ricca di cibi ipercalorici favoriscono il sovrappeso e l'obesità, che costituiscono la premessa per il diabete, sindrome metabolica e da qui alle malattie cardiovascolari, tumorali, osteoarticolari, respiratorie, che sono la causa più frequente di morbilità, mortalità e disabilità.

Una corretta alimentazione, la correzione dei fattori di rischio, l'esercizio fisico intervengono nella prevenzione delle malattie cardiovascolari con diversi meccanismi: incremento della capacità funzionale, miglioramento dello stato di benessere e qualità della vita, riduzione della sintomatologia nella malattia (ad esempio innalzando la soglia di angina e dispnea), contribuendo alla modifica globale dello stile di vita (ad esempio chi fa esercizio fisico regolarmente, ha maggiore facilità di astenersi dal fumo, miglior controllo fame-sazietà), alla riduzione conseguente dei fattori di rischio attraverso gli effetti diretti sui lipidi, ipertensione, diabete, neoplasie, sovrappeso, fattori trombotici può determinare in coronaropatici un aumento della contrattilità miocardica e di perfusione coronarica. Negli asmatici e nei bronchitici cronici l'esercizio fisico associato alla terapia farmacologica (associazioni precostituite, broncodilatatori) migliora i parametri respiratori; previene l'osteoporosie la sarcopenia, migliora il tono dell'umore e lo rende l'antidepressivo fisiologico più efficace.

L'esercizio fisico, come mezzo per mantenere o migliorare lo stato di salute, deve essere considerato alla stregua di un farmaco: è necessario conoscerne indicazioni e controindicazioni, il meccanismo d'azione ed effetti indesiderati, le precauzioni da osservare durante l'esecuzione. Deve avere una dose e una frequenza soglia per attivare i meccanismi biologici protettivi. Deve essere infine adattato alle patologie preesistenti e alle terapie farmacologiche in corso. In ogni caso: seguire un'adeguata alimentazione e accompagnarla alla giusta attività fisica è fondamentale per stare in forma

**Obiettivo formativo:** Documentazione clinica. Percorsi clinico-assistenziali diagnostici e riabilitativi, profili di assistenza - profili di cura.

### Max 100 partecipanti appartenenti alle seguenti discipline

Medico Chirurgo: Medicina dello Sport, Cardiologia, Diabetologia, Medicina fisica e riabilitazione, Medicina Generale, Pediatria, Medicina interna, Endocrinologia, Scienza dell'Alimentazione, Malattie dell'apparato respiratorio, Allergologia e Immunologia, Clinica, Ortopedia e Traumatologia, Oncologia, Ematologia, Urologia, Nefrologia, Neurologia, Psichiatria, Geriatria, Odontoiatria, Chirurgia Maxillo facciale, Dietista, Farmacologia e Tossicologia, Radiodiagnostica, Epidemiologia e Sanità pubblica, Ginecologia e Ostetricia, Medici Veterinari

#### ALTRE CATEGORIE

Infermiere, Oss, Dietista, Fisioterapista, Biologo, Psicologia, Psicoterapia, Insegnanti di Educazione Fisica e DiplomatI Isef

**Iscrizioni a pagamento** (esclusi i SOCI FMSI\* E MMG), per le seguenti categorie: Medici, Infermieri, Dietisti, Fisioterapisti, Psicologi, Biologi, DiplomatI ISEF, Insegnanti, Odontoiatri .

#### QUOTA DI ISCRIZIONE: € 35,00 (IVA COMPRESA)

(\* dietro presentazione della Tessera Socio valida per l'anno in corso)

**Iscrizioni e info sono riportate sulla scheda di registrazione [online sul sito della Kassiopea Group](#)**

### Segreteria Organizzativa

Provider Nazionale Id 305

**Kassiopea**  
group

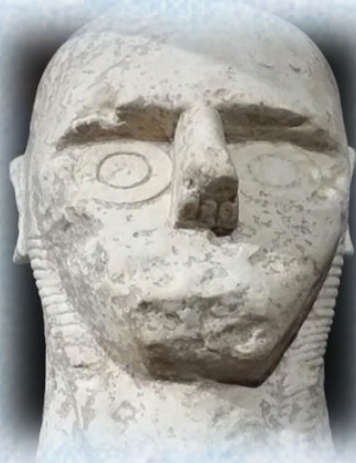
KASSIOPEA GROUP S.r.l.

Via Tommaso D'Aquino, 20 - 09134 Cagliari

Tel. 070 651242

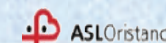
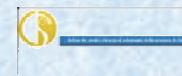
e-mail: [gianlucasotgiu@kassiopeagroup.com](mailto:gianlucasotgiu@kassiopeagroup.com)

[www.kassiopeagroup.com](http://www.kassiopeagroup.com)



## Associazione Medico Sportiva di Oristano

Con il Patrocinio di



### XV CONGRESSO MEDICINA DELLO SPORT CITTA' DI CABRAS VII MEMORIAL MARCELLO FAINA

*Corso di Aggiornamento ECM*

***“Sport Alimentazione e Salute:  
le Nuove Evidenze Scientifiche”***

Cabras - 24/25 Maggio 2024

Sala Convegni Centro Polivalente  
Via Tharros – CABRAS (OR)



PRESIDENTE DEL CONVEGNO

Dott. Antonello Trincas

(Presidente Associazione Medico Sportiva di Oristano)

EVENTO ACCREDITATO CON N°413363

N° 15 CREDITI ECM

## PROGRAMMA

### Venerdì 24 Maggio 2024

#### I Sessione BLSD - Moderatore Dott. Vittorio Pinna

14.00/14.30 Registrazione partecipanti

14.30/14.45 Saluti delle Autorità e presentazione corso

**Dott. Antonello Trincas**, (Presidente FMSI sezione di Oristano **Dott. Antonio Sulis** (Presidente Ordine Medici chirurghi prov Oristano) **Ing. Andrea Abis** (Sindaco di Cabras)

14.45/16.00 Primo Soccorso - **Dott.ssa Natalina Tanda**

16.00/18.00 BLSD - Role playing Istruttore: **Dott.ssa Natalina Tanda**

18.00/20.00 Prove pratiche BLSD (a piccoli gruppi con manichino e DAE didattico)

### Sabato 25 Maggio 2024

#### II Sessione Cardiologia Moderatori Dott. Enrico Cuozzo Dott. Giuseppe Cuozzo, Dott. Gianfilippo Grova, Dott.ssa Carla Ciuti

08.30/09.20 Lezione Magistrale: Bassi Voltaggi del RRS: Che significato clinico nello Sport? **Prof. Antonio Pelliccia**

09.20/09.40 Lezione Magistrale: nuova disciplina nella prevenzione cardiovascolare "La occupational Cardiology" **Prof. Alessandro Biffi**

09.40/10.00 Invecchiamento: da criticità a risorsa **Prof. Paolo Putzu**

10.00/10.20 L'attività Fisica intensa negli over 40 riduce il rischio cardio-vascolare? **Dott. Alessandro Bina**

10.20/10.40 Cardiomiopatia aritmogena: "Nuovi criteri diagnostici e idoneità alla luce del nuovo COCIS"

**Dott. Alessandro Zorzi**

10.40/11.20 **Coffe Break**

11.20/11.40 Invecchiamento: performance atletica e salute cardio-vascolare **Dott. Pieluigi Fiorella**

11.40/12.10 Protocollo sulla prescrizione dell'esercizio fisico in ambito cardiologico **Dott. Marco Scorcu**

#### III Sessione Alimentazione Moderatori

**Dott. Carlo Trincas**

12.10/12.40 Obesità: stile di vita attività fisica e terapia farmacologica per la promozione della salute

**Dott. Guido Almerighi**

12.40/13.10 Attività del Medico Veterinario e dell'alimentarista a supporto della produzione degli alimenti di origine animale nello sport

**Dott. Chicco Argiolas, Dott. Roberto Boi**

13.10/13.30 Discussione

13.30/14.20 **Pausa pranzo**

### Sabato 25 Maggio 2024

#### IV Sessione Malattie Renali e Metaboliche

Moderatori **Dott. Trincas Antonello**

**Dott. Mauro Frongia**

14.20/14.40 Importanza dello Sport nei tumori renali

**Dott. Mauro Frongia**

14.40/15.10 Terapia fisica di precisione nel Diabete

**Dott. Marco Songini**

15.10/15.40 Nuovi Farmaci Innovativi **Dott. Tito Sedda**

#### V Sessione Ortopedia e Riabilitazione

Moderatore **Dott. Andrea Ruiu**

15.40/16.10 Lezione Magistrale: la dose minima di esercizio fisico efficace nella prevenzione **Prof. Marco Bonifazi**

16.10/16.40 Sport, alimentazione e salute nell'età pediatrica **Dott. Giuseppe Varrasi**

16.40/17.10 Lezione Magistrale: Gestione dell'atleta in traumatologia e riabilitazione nello sport: novità

**Dott. Pietro Braina, Dott. Marco Conte**

17.10/17.40 Invecchiamento attivo

**Dott. Lorenzo Fiorin**

17.40/18.10 **Coffee Break**

18.10/18.40 L'esercizio fisico come nuovo strumento di prevenzione e terapia delle patologie croniche su prescrizione medica

**Dott. Andrea Pinna**

18.40/19.10 Problemi di Cuore

**Dott. Gianfranco Delogu e Dott.ssa**

**Maria Delogu**

19.10/19.45 Test di apprendimento

20.00 Chiusura Lavori

#### RELATORI E MODERATORI

**Almerighi Guido**  
**Argiolas Giuseppe**  
**Biffi Alessandro**  
**Bina Alessandro**  
**Boi Roberto**  
**Bonifazi Marco**  
**Braina Pietro**  
**Conte Marco**  
**Cuozzo Enrico**  
**Cuozzo Giuseppe**  
**Delogu Gianfranco**  
**Delogu Maria**  
**Fiorella Pierluigi**  
**Fiorin Lorenzo**  
**Frongia Mauro**  
**Gazzale Giovanni**  
**Grova Gianfilippo**  
**Pelliccia Antonio**  
**Pinna Andrea**  
**Pinna Vittorio**  
**Putzu Paolo**  
**Ruiu Andrea**  
**Scorcu Marco**  
**Sedda Tito**  
**Songini Marco**  
**Tanda Natalina**  
**Trincas Antonello**  
**Trincas Carlo**  
**Varrasi Giuseppe**  
**Zorzi Alessandro**

In Collaborazione con

