

13-15 ottobre 2017  
**Bologna, Relais Bellaria**

corso congiunto

**S** **INut**  
**INSeB**  
**IMF**

Integrazione e nutraceutica  
per l'attività fisica:  
dalla prevenzione alla performance



## Razionale

Il variegato mondo medico della prevenzione acquisisce sempre di più un ruolo fondamentale. Le evidenze scientifiche da tempo confermano l'importanza della nutrizione, dell'attività fisica, dell'integrazione alimentare e della nutraceutica, nel promuovere la salute intesa con l'accezione più ampia. Si passa dal perfezionamento dell'atto atletico all'ottimizzazione della performance fisiologica per potenziare la resilienza. La capacità di rispondere adeguatamente a stressor di varia natura (fisici, chimici, biologici e psicosociali) è una caratteristica prioritaria del nostro organismo che può essere potenziata da un idoneo piano alimentare, affiancato dall'esercizio fisico regolare e dalla nutraceutica. In tal modo è possibile prevenire gran parte delle malattie croniche o migliorare la storia clinica di molteplici patologie come lo scompenso cardiaco, il diabete mellito, l'obesità e l'osteoporosi, solo per citarne alcune. Ad esempio, la nutraceutica e l'attività fisica sono essenziali nel modificare favorevolmente la prognosi e la qualità di vita del paziente con insufficienza cardiaca. Per questi malati, l'importanza di tale strategia è supportata dal crescente consenso nel considerare l'esercizio fisico come una vera e propria terapia, da affiancare a quella farmacologica. La nutraceutica offre inoltre brillanti soluzioni per prevenire e trattare alcune malattie correlate all'età, come la sarcopenia, l'artrosi e l'osteoporosi. Altri argomenti di crescente interesse sono quelli relativi alla modulazione dell'infiammazione cronica silente, dello stress ossidativo e dell'acidosi cronica di basso grado. Queste tre alterazioni rappresentano la causa di numerose patologie o di squilibri come l'alterata funzione endoteliale a sua volta precursore di numerose malattie come la depressione, la disfunzione erettile e la cardiopatia ischemica. L'intervento precoce con nutraceutica, nutrizione e attività fisica è spesso in grado di evitare l'insorgenza di queste patologie. Non meno importante è la regolazione del sistema nervoso autonomo il cui equilibrio è alla base della prevenzione a tutto tondo. In ambito sportivo nutrizione e nutraceutica sono sempre più attuali e in grado di migliorare la performance atletica, grazie anche all'impiego di ergogenici, anticatabolici e adattogeni. Relativamente a quest'ultimo punto, emergono interessanti impieghi degli adattogeni nella psicofisiologia dello sport, ad esempio potenziando la capacità di concentrazione dello sportivo e la sua resistenza allo stress, favorendo un completo recupero e migliorando la qualità del sonno.

La nutraceutica, la nutrizione e l'esercizio fisico rappresentano quindi un capitolo molto vasto della medicina che necessita di un approccio multidisciplinare in grado di coinvolgere numerose branche mediche. Ecco l'idea di unire, in un corso residenziale, le competenze e le professionalità provenienti da tre società scientifiche che da anni operano in questo settore: la Società Italiana di Nutraceutica (SINut), la Società Italiana Nutrizione Sport e Benessere (SINSeB) e la Società Italiana di Medicina Funzionale (SIMF). Ognuna delle tre società scientifiche ha una propria sessione in cui si discuterà, appunto, di nutraceutica, nutrizione e esercizio fisico secondo un'ottica particolare e di rilevante interesse. Il corso si arricchisce di una sessione pratica dove saranno presentati particolari casi clinici in cui la bioimpedenziometria fornisce utili indicazioni al percorso terapeutico da seguire.

## Faculty

### **Fabrizio Angelini**

Presidente SINSeB - ISSN fellow and Italian Ambassador.  
Responsabile Servizio Nutrizione Sport VR46 Academy - UC Sampdoria - Empoli FC

### **Arrigo F. G. Cicero**

Presidente SINut, Dipartimento di Scienze Mediche e Chirurgiche  
Università degli Studi di Bologna

### **Alessandro Colletti**

Dipartimento di scienze mediche e chirurgiche, Università degli studi di Bologna/Amministratore delegato di HealthyVis srl

### **Amelia Di Giusto**

Medico Chirurgo, Docente in Medicina Funzionale (SIMF),  
Omeopata, Omotosicologa ed Esperta in medicina Estetica

### **Andrea Fratrer**

Responsabile Ricerca e Innovazione Tecnologica, Labomar Research, Istrana (TV). Docente Corso di Perfezionamento in Farmacia e Farmacologia Cliniche, Università di Padova

### **Luca Gatteschi**

Responsabile Area Medica Watford F.C. - Medico della Nazionale Under 21 maschile calcio - Consigliere Società Italiana Nutrizione Sport e Benessere (SINSeB) - Componente Advisory Board International Society of Sport Nutrition

### **Carlo Maggio**

Specialista in Cardiologia e Direttore del Centro Medico Salus Project a Rivoli (TO); Direttore scientifico Società Italiana di Medicina Funzionale (SIMF medici)

### **Carmine Orlandi**

Docente della facoltà di Medicina, corso di laurea in Scienze Motorie presso l'università di Roma, Tor Vergata e Consigliere SINSeB

### **Herbert Rainer**

Docente in Medicina Funzionale (SIMF) e Consulente in Gastroenterologia ed Endoscopia Digestiva presso la Casa di Cura "Le Betulle" di Appiano Gentile (CO)

## 13 ottobre 2017

14.00-14.30 Registrazione dei partecipanti

### Sessione SINut

14.30-15.10 Sessione propedeutica: selezione dei principi attivi e tecnica biofarmaceutica per ottimizzare la biodisponibilità  
**A. Fratter**

15.10-15.50 Attività fisica per la prevenzione cardiovascolare: la nutraceutica a supporto del paziente a rischio  
**A. Cicero**

15.50-16.30 Nutraceutici e scompenso cardiaco: per aumentare la resistenza all'esercizio del paziente cardiopatico  
**A. Cicero**

16.30-17.00 Coffee break

17.00-17.40 Intolleranze alimentari ed attività fisica: un ruolo per in nutraceutici?  
**A. Colletti**

17.40-18.20 Nutraceutici antinfiammatori e condroprotettori per l'anziano in movimento  
**A. Colletti**

18.20-18.30 Discussione

## 14 ottobre 2017

### Sessione SIMF

09.00-10.00 Medicina funzionale, nutraceutica e sistema nervoso autonomo  
**H. Rainer**

10.00-10.10 Discussione

10.10-11.10 Medicina funzionale, nutraceutica, infiammazione silente e sarcopenia  
**C. Maggio**

11.10-11.20 Discussione

11.20-11.50 Coffee break

11.50-12.50 Medicina funzionale, nutrizione, ormoni e regolazione psicoaffettiva  
**A. Di Giusto**

12.50-13.00 Discussione

13.00-14.30 Lunch

14.30-17.30 Sessione pratica SINUT, SINSeB e SIMF

## 15 ottobre 2017

### Sessione SINSeB

09.00-10.00 Assessment in nutrizione dello sport e nutraceutici anticatabolici e adattogeni  
**F. Angelini**

10.00-10.10 Discussione

10.10-11.10 Nutraceutici ergogenici, Nitrati e Betaina  
**C. Orlandi**

11.10-11.20 Discussione

11.20-11.50 Coffee break

11.50-12.50 Nutraceutici in medicina dello sport  
**L. Gatteschi**

12.50-13.00 Discussione

13.00-13.15 Chiusura del corso e questionario ECM

## Sede del corso

### Bellaria Hotel & Congressi

Via Altura, 11/bis - 40139 Bologna

Tel. +39 051 453103

www.hotelrelaisbellaria.com

## Educazione Continua in Medicina

Planning Congressi Srl, Provider ECM n.38, ha accreditato il Corso per 100 persone, attribuendo 13,9 crediti formativi ECM, per le professioni MEDICO CHIRURGO per tutte le discipline, DIETISTA, BIOLOGO, FARMACISTA e INFERMIERE.

Si rende noto che ai fini dell'acquisizione dei crediti formativi è **INDISPENSABILE** la presenza effettiva al 100% della durata complessiva dei lavori e almeno il 75% delle risposte corrette al questionario di valutazione dell'apprendimento.

## Iscrizioni

L'iscrizione include:

- Partecipazione alle sessioni scientifiche
- Kit congressuale
- N. 3 Coffee Break
- N. 1 Light Lunch
- Attestato ECM (per gli aventi diritto)

## Quote di iscrizione

Socio SINut, SIMF, SINSeB (in regola con il pagamento della quota) € 250,00 + IVA 22%

Non Socio € 300,00 + IVA 22%

Per iscriversi è necessario collegarsi al sito [www.planning.it](http://www.planning.it) e selezionare la pagina eventi.

Cercare negli eventi in programmazione l'icona del Corso e, dopo averne selezionato il titolo, procedere con la registrazione compilando la schermata. Nel caso in cui il sistema evidenzi che è stato raggiunto il numero massimo di iscrizioni per una categoria, contattare Valeria Belleri: [v.belleri@planning.it](mailto:v.belleri@planning.it)

## Provider e Segreteria Organizzativa

WE DRIVE YOUR EDUCATION

## PLANNING

### Planning Congressi Srl

Via Guelfa 9 - 40138 Bologna (Italy)

Valeria A. Belleri

T. +39 051 300100 int. 183

F. +39 051 309477

M. +39 338 6086412

[v.belleri@planning.it](mailto:v.belleri@planning.it)

**Con il contributo non condizionato di:**



**A STEP AHEAD**  
IN BODY COMPOSITION