



PROGRAMMA

Sabato 09 aprile 2022

15,45-16,00

Introduzione al corso

Marco Rufolo – Amministratore Nutrimedifor s.r.l.

16,00-19,00

La razione alimentare

L'alimentazione durante le fasi di allenamento Fabbisogno proteico ed acqua nell'attività sportiva

Michelangelo Giampietro – Medico Chirurgo Specialista in Medicina dello Sport e Scienza dell'Alimentazione

Domenica 10 aprile 2022

09,00-12,00

La preparazione nutrizionale per le competizioni sportive, prima, durante e dopo l'attività sportiva

Prodotti dietetici per lo sportivo

Michelangelo Giampietro – Medico Chirurgo Specialista in Medicina dello Sport e Scienza dell'Alimentazione

Sabato 30 aprile 2022

14,00-17,00

L'alimentazione del calciatore professionista e casi pratici

Francesco Aвали – Medico Chirurgo Specialista in Farmacologia Clinica Ospedaliera

17,00-20,00

La nutrizione nel ciclismo moderno

Erica Lombardi – Dietista – Astana Pro Team

Domenica 01 maggio 2022

09,00-12,00

L'alimentazione del maratoneta e dell'ironman e casi pratici

Sara Campagna – Medico Chirurgo Specialista in Medicina dello Sport

Sabato 14 maggio 2022

14,00-17,00

Principi di una corretta alimentazione per la disciplina del nuoto e canottaggio e casi pratici

Franco Alessio – Dietista – Federazione Italiana Canottaggio – Pugilistica Italiana – Italiana Hockey

17,00-18,00

Il ruolo del nutrizionista nel calcio professionistico – aspetti pratici

Rufolo Marco – Biologo Nutrizionista – Specialista in Scienza dell'Alimentazione – Nutrizionista Ssc Napoli

18,00-20,00

La Dieta dello sportivo (guida all'uso delle tabelle di composizione degli alimenti e dei mets; principi teorici e pratici nell'elaborazione di dieta fisiologica per il podista)

Dott. Sabrina Argenti – Dietista – S.S.D. Malattie Endocrine-Diabetologia c/o ASST Fatebenefratelli Sacco, Milano

Domenica 15 maggio 2022

9,00-12,00

La dieta dello sportivo (principi teorici e pratici nell'elaborazione di dieta fisiologica per il ciclista e calciatore)

Dott. Sabrina Argenti – Dietista – S.S.D. Malattie Endocrine-Diabetologia c/o ASST Fatebenefratelli Sacco, Milano

Domenica 15 maggio – Mercoledì 18 maggio

Test di Valutazione ECM



I NOSTRI DOCENTI

Michelangelo Giampietro

Medico Chirurgo, Specialista in Medicina dello Sport e Scienza dell'Alimentazione. Responsabile dell'area alimentare dell'Istituto di Formazione "R. Lombardi" della Federazione Italiana Tennis e dell'attività tecnica under 12/14/16. Docente a contratto presso la scuola di specializzazione in Medicina dello Sport e dell'Esercizio Fisico dell'Università degli Studi "Sapienza" di Roma per le materie di "dieta applicata alle attività sportive" e di "attività fisica nella 3° e 4° età". Docente di "alimentazione, nutrizione e idratazione" presso la Scuola dello Sport, Sport e Salute-Roma. Docente del Master di II livello "Alimentazione e dietetica applicata" Università degli Studi Milano-Bicocca. Coordinatore del gruppo di lavoro "Attività fisica" per la V revisione dei LARN

Francesco Avaldi

Medico specialista in Farmacologia Clinica Ospedaliera. Diploma in Omeopatia e in Medicina Funzionale. Diploma in Medicina Manuale e Neuro-Chinesiologia secondo Bourdiol-Bortolin. Master post-universitario in Nutrizione Vegetariana. Da più di 20 anni, Medico di Base dell'ASL 6 di Lodi. Svolge la propria attività libero professionale in qualità di esperto di Omeopatia, di Medicina Funzionale e di Nutrizione per lo Sport presso il suo studio di Lodi. È stato impegnato nelle seguenti Società Sportive in qualità di Responsabile per la Nutrizione e per l'Integrazione Sportiva: Vittorino da Feltre (PC), AC Milan, Prima e Seconda Squadra. È stato anche Consulente per la Nutrizione e per l'Integrazione Sportiva: dal 2002 al 2005 e dal 2010 al 2016 AC Milan, Prima Squadra e Settore Giovanile, da gennaio a giugno 2013 Paris Saint Germain FC, da giugno 2013 a giugno 2015 Real Madrid CF, Atalanta BC, Prima Squadra e Settore Giovanile da luglio 2016 a giugno 2018. Partecipa in qualità di relatore a corsi di aggiornamento per medici ed operatori sanitari nel campo dello Sport.

Erica Lombardi

Dietista. Collabora con lo staff medico, gestione logistica nutrizionale del Team Astana, Squadra di Ciclismo Professionistico World Tour. Ha collaborato con lo staff medico, gestione logistica nutrizionale del Team Nippo Fantini Faizanè, squadra di Ciclismo Professionistico professional partecipando al Giro d'Italia per le edizioni 2016 e 2017. In precedenza ha preso parte al GiroBio, Giro d'Italia Ciclistico Under 27 ed alle prove italiane di Coppa delle Nazioni Under 23, per quanto concerne l'aspetto della logistica nutrizionale dei partecipanti. Collabora come dietista con i medici sociali per atleti/e e team professionistici e con medici per quanto attiene altre categorie e varie discipline sportive in particolare ciclismo su strada e pista. Master in Business Administration di I° livello in Diritto e Management dello Sport.

Sara Campagna

Medico Chirurgo Specialista in Medicina dello Sport. Ha svolto funzione di medico sociale ACF Brescia Calcio Femminile (serie A) e nutrizionista delle squadre di Pallavolo Femminile Metalleghe Sanitars Montichiari (serie A1) ed attualmente segue diverse mezzofondiste e maratonete. Dal 2011 al 2013 docente di anatomia e fisiologia presso Università degli Studi di Brescia, Facoltà di Medicina e Chirurgia al Corso di Laurea in Scienze della prevenzione nell'ambiente e nei luoghi di lavoro. Ha frequentato la sezione di Medicina Sportiva del CONI (Roma) seguendo test funzionali in laboratorio e sul campo, valutazioni antropometriche (plicometria e pesata idrostatica) della squadra nazionale di Triathlon. Appassionata di sport e di fitness, ha lavorato come Personal Trainer e insegnante di corsi fitness presso diverse palestre. Attualmente si dedica alla pratica della corsa a livello amatoriale (gare brevi, mezza maratona e maratona). Svolge con successo attività libero professionale in ambulatorio polispecialistico di Medicina dello Sport occupandosi anche dell'alimentazione dello sportivo.

Alessio Franco

Dietista. In servizio presso l'Istituto Nazionale di Medicina e Scienze dello Sport – C.O.N.I. di Roma. Dietista della Nazionale Italiana di Canottaggio (F.I.C.), della Federazione Pugilistica Italiana e della Federazione di Hockey su prato. Docente per il master "Dietetica e nutrizione" presso la facoltà di "Medicina e chirurgia" dell'Università Cattolica Sacro Cuore (Policlinico A. Gemelli) di Roma. Docente per l'Università Campus Bio-Medico di Roma, per il corso "Nutrizione e sport".

Marco Rufolo

Biologo Nutrizionista e Tecnologo Alimentare. Specialista in Scienza dell'Alimentazione. Nutrizionista prima squadra e settore giovanile Società Sportiva Calcio Napoli. Consigliere Nazionale dell'Ordine Nazionale dei Biologi. Componente del gruppo di lavoro per la revisione dei LARN per la parte relativa all'Attività Fisica e allo Sport (2021). Ha svolto numerose ore di docenza in diversi corsi professionalizzanti nel settore alimentare. È stato consulente per la commissione di appalto del servizio di refezione del Ministero degli Esteri e consulente-ricercatore per l'Associazione Difesa ed Orientamento dei Consumatori. È stato Ispettore Agroqualità per i prodotti comunitari a marchio garantito Dop-Igp. Amministratore unico di Nutrimedifor.

Argenti Sabrina

Dietista. Ha partecipato come relatore a diversi congressi, alla pubblicazione scientifica di diversi poster e alla stesura di Linee Guida in pazienti affetti da iperomocisteinemia, e successiva revisione. Ha effettuato attività di tirocinio in diverse strutture pubbliche. Svolge la professione di Dietista come lavoratore dipendente della S.S.D Malattie Endocrine-Diabetologia presso ASST Fatebenefratelli Sacco, Milano. Ha svolto la professione di Dietista come lavoratore dipendente del Servizio di Dietologia e Nutrizione Clinica presso il Presidio Ospedaliero di Melegnano e ha collaborato con medici di base, pediatri, psichiatri, specialisti in diabetologia, endocrinologia, medicina sportiva, ginecologia, chirurgia vascolare e cardiologia.