

## Cari Soci e Colleghi,

L'attività istituzionale di preparazione professionale sulla "Prescrizione dell'esercizio fisico" che si terrà a Marsala (TP) il 24/05/2014 rientra nell'ambito dell'aggiornamento voluto dalla FMSI e proposto ai propri iscritti.

Sull'importanza dell'esercizio fisico come strumento di prevenzione di patologie epidemiologicamente rilevanti e sulla sua utilità terapeutica in alcune malattie, vi è unanime convergenza di vedute.

La prescrizione dell'esercizio fisico, laddove supportata da specifiche conoscenze e competenze consente di personalizzarne la somministrazione, onde ottimizzarne gli effetti. Scopo dell'incontro è quello di migliorare le conoscenze e competenze specifiche sull'argomento.

Presidente dei lavori  
**Dottor Gennaro La Delfa**  
Presidente CR SICILIA FMSI

PEFfmsi

### Programma

#### Inizio dei Lavori

Ore 08.30 Registrazione dei partecipanti

Ore 08.45 Presentazione dei lavori  
*Gennaro LA DELFA*  
*Presidente CR Sicilia FMSI*

*Pietro DI FIORE*  
*Coordinatore Regionale della*  
*Formazione Sicilia FMSI*

*Antonio DE VITA*  
*Presidente AMS Trapani*

#### SESSIONE PRIMA

##### L'attività fisica come mezzo di prevenzione primaria e secondaria

Ore 09.00 L'attività fisica come mezzo di prevenzione primaria e secondaria nelle patologie sport sensibili. Il ruolo della FMSI nella prescrizione dell'esercizio fisico.  
*Filippo QUATTRINI*

#### SESSIONE SECONDA

##### La valutazione funzionale per la corretta prescrizione dell'attività fisica. Il medico dello sport

Ore 09.45 Aspetti generali  
*Filippo QUATTRINI*

Ore 10.00 Valutazione antropometrica  
*Corrado MORANDINI*

Ore 10.30 Valutazione della forza, della potenza muscolare e della flessibilità  
*Corrado MORANDINI*

Ore 11.15 Coffee break

PEFfmsi

### Programma

Ore 11.30 Valutazione del metabolismo aerobico  
*Filippo QUATTRINI*

Ore 12.45 Discussione

Ore 13.15 Lunch

#### SESSIONE TERZA

##### Principi generali di metodologia dell'allenamento e di prescrizione dell'esercizio fisico

Ore 14.15 Principi generali dell'allenamento  
*Corrado MORANDINI*

Ore 15.00 Prescrizione esercizi di forza, potenza, flessibilità  
*Corrado MORANDINI*

Ore 15.45 Prescrizione esercizi aerobici  
*Filippo QUATTRINI*

Ore 16.30 Coffee break

Ore 17.00 Esercitazione: valutazione, prescrizione, esempi di progetti realizzati, ecc.  
*Filippo QUATTRINI*  
*Corrado MORANDINI*

Ore 17.45 Discussione

Ore 18.00 Questionario di verifica ECM

Ore 18.30 Chiusura dei lavori

PEFfmsi

### 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 e Soci Aderenti tesserati FMSI, è gratuita. Essendo stata programmata, ai fini del riconoscimento dei crediti ECM, la partecipazione di un numero massimo di 40 iscritti, si prega effettuare una preregistrazione entro il 20 maggio 2014 inviando la scheda di iscrizione via e-mail a: [cr.sicilia@fmsi.it](mailto:cr.sicilia@fmsi.it) oppure [pietro.difiore1@tiscali.it](mailto:pietro.difiore1@tiscali.it) oppure [ams.nuovatrapani@fmsi.it](mailto:ams.nuovatrapani@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 Sicilia FMSI  
Dottor Gennaro La Delfa:  
Tel. 336 8821297 e-mail: [cr.sicilia@fmsi.it](mailto:cr.sicilia@fmsi.it)

Coordinatore Regionale Formazione  
Sicilia FMSI

Dottor Pietro Di Fiore  
tel. 091 6888030 e-mail: [pietro.difiore1@tiscali.it](mailto:pietro.difiore1@tiscali.it)

AMS TRAPANI

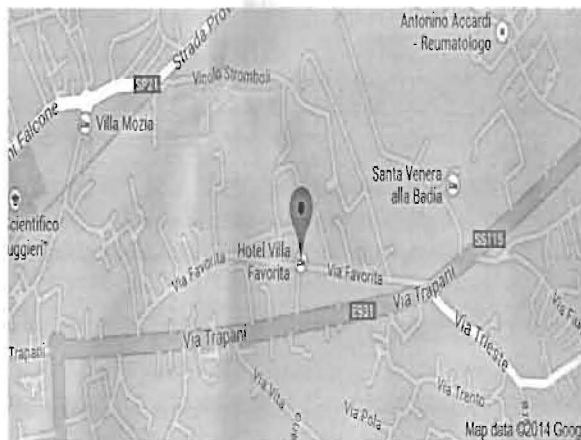
Dott. Antonio G. De Vita  
Tel. 330 899819 e-mail: [ams.nuovatrapani@fmsi.it](mailto:ams.nuovatrapani@fmsi.it)

### Informazioni logistiche

L'attività istituzionale di preparazione professionale sulla "Prescrizione dell'esercizio fisico" organizzata dalla Delegazione Regionale Basilicata FMSI si terrà a Marsala (TP) presso il Centro Convegni di Villa Favorita - Via di Villa Favorita

### Come arrivare:

Dall'aeroporto di Trapani proceder in direzione nord-ovest, alla rotonda prendere la 2° uscita e imboccare Scorrimento veloce Trapani - Marsala, prendere lo svincolo per Marsala - Trapani, Proseguire dritto per 550 mt e, svoltare a sx e imboccare SS115, dopo 6,7 km svoltare a dx e imboccare Via Favorita.



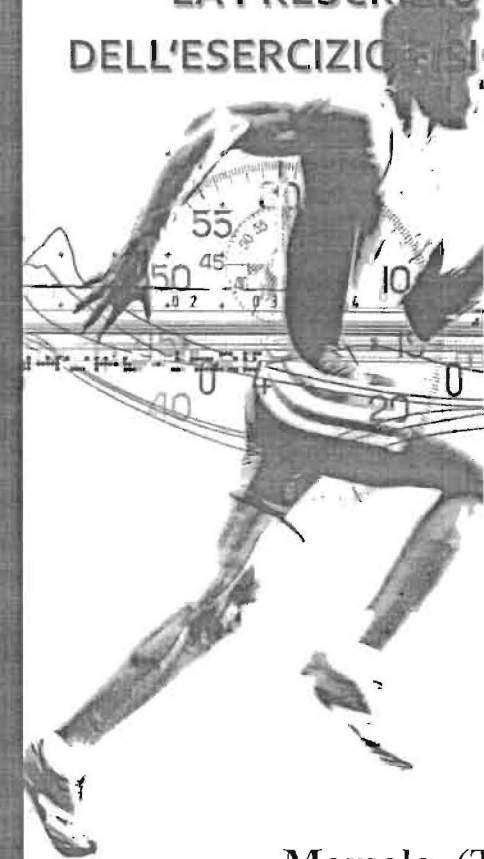
### Sistemazioni alberghiere:

Per informazioni sulla logistica e sugli hotel convenzionati, contattare il Dottor Antonio De Vita, Presidente AMS Trapani  
@ [ams.nuovatrapani@fmsi.it](mailto:ams.nuovatrapani@fmsi.it)



Federazione Medico Sportiva Italiana  
Comitato Regionale Sicilia

## LA PRESCRIZIONE DELL'ESERCIZIO FISICO



Marsala (TP)  
24 maggio 2014