

16 settembre 2023

EM296: CATANIA - Exercise Medicine



FRANCESCO BETTARIGA

BSc, MSc, PhD candidate

L'importanza dell'esercizio fisico è ampiamente riconosciuta a livello mondiale non solo come strategia preventiva, ma anche come effettivo trattamento di varie patologie, al punto che si è giunti a coniare il termine "exercise is medicine".

Attualmente, infatti, patologie quali diabete, disturbi cardiovascolari e cancro sono in costante aumento, indicatore del fatto che sia necessario ricercare nuove strategie di intervento.

La ricerca scientifica ha dimostrato che l'esercizio fisico può influire positivamente sulla salute di pazienti affetti da varie patologie, incluso il cancro. Inoltre, l'esercizio fisico è in grado di migliorare la forza muscolare, funzionalità fisica, il sistema cardiovascolare ed i possibili disturbi correlati (e.g., osteoporosi e sarcopenia).

L'esercizio fisico come una medicina necessita di una sua precisa posologia per indurre i benefici.

Questo corso analizza i principi dell'allenamento per adattarli alle specifiche condizioni cliniche nel paziente, con un focus particolare sul paziente oncologico.

La parte pratica permetterà di provare le differenti forme di esercizio attualmente utilizzate in riabilitazione nei pazienti affetti da patologie, tra cui resistance and aerobic training, e capirne il loro utilizzo adeguato.

Verranno poi analizzati i principi di autoregolazione e somministrazione del carico in base allo stadio e/o tipologia della malattia.

Collettivamente, quindi, questo workshop consentirà ai partecipanti di progettare programmi di allenamento dettagliati, basati sui benefici dell'exercice is medicine, specifici per le varie patologie, incluso il cancro, e le comorbidity correlate.



28 Posti



390,00 €



16 Ore



18,7 ECM

DESTINATARI

Medici, Fisioterapisti

PAGAMENTO

Acconto 195,00 € entro 7 giorni dall'iscrizione

Saldo 195,00 € entro il 11 settembre 2023

Totale: 390,00 €

CALENDARIO

16 - 17 Settembre 2023

LINGUA

Italiano

Early Booking per iscrizioni entro 15 luglio 2023: 360€ (risparmi 30,00 €)

Acconto: 165,00 €

Saldo: 195,00 €

PROGRAMMA

DAY 1

08.30-09.00 Registrazione partecipanti

09.00-10.00: Lecture 1

- L'esercizio come medicina
- I benefici dell'esercizio fisico nella popolazione sana e con patologia

10.15-10.30: Break

10.30-12.00: Lecture 2

- I meccanismi fisiologici che sottendono i benefici dell'esercizio
- Il sistema muscolo-scheletrico come organo endocrino

12.00-13.00: Pranzo

13.00-14.00: Lecture 3

- Principi di Strength and Conditioning

14.00-16.00: Practical 1

- Resistance and Power training

16.00-16.15: Break

16.15-18.15: Practical 2

- Aerobic and HIIT

DAY 2

08.45-10.00: Lecture 1

- Il ruolo dell'esercizio nelle patologie diabete e nei disturbi cardiovascolari
- L'esercizio nel diabete, disturbi cardiovascolari, sarcopenia, osteoporosi

10.00-10.15: Break

10.15-12.00: Lecture 2

- Il ruolo dell'esercizio nel cancro
- I benefici dell'esercizio nel paziente oncologico

12.00-13.00: Lunch

13.00-15.00: Practical 1

- Applicazione degli esercizi nel paziente oncologico

15.00-15.15: Break

15.15-17.00: Practical 1

- Applicazione degli esercizi adattati nelle patologie

17.00-18.00: Practical 2

- Casi clinici

18.00-18.30: Test ECM