

Scuola Superiore di Catania

Corso specialistico
a.a. 2019-2020

“La medicina sportiva nel terzo millennio: nuove prospettive in campo nutrizionale, farmacologico, psicologico e cognitivo, con riferimento alle nuove norme legislative”

“Sports medicine in the third millennium: new trends in nutrition, pharmacology, psychology and cognition, with regard to new legislative rules”

Modulo I: Effetti dell'esercizio fisico su neuroplasticità, apprendimento e memoria: effetti metabolici e modulazione di processi alla base delle funzioni cognitive (neurogenesi; sinaptogenesi; trasmissione e plasticità sinaptica).

Modulo II: Valutazione delle esigenze nutrizionali dell'atleta. Valutazione della composizione corporea dell'atleta e monitoraggio dei cambiamenti. Nutrizione sportiva: gestione dell'alimentazione in funzione dell'attività fisica praticata; elaborazione di una dieta adeguata a ciascuna disciplina sportiva. Integratori nutrizionali nello sport.

Modulo III: Normative legislative e federali sulla tutela sanitaria delle attività sportive e della lotta contro il doping. Tutela sanitaria negli impianti sportivi e durante le manifestazioni. Classi di sostanze dopanti e rischi alla salute. Uso di integratori nello sport.