

# Lo sport come miglior ricetta per la salute: l'importanza della giusta dose



*Sport als bestes Rezept für die Gesundheit: die  
Bedeutung der richtigen Dosis*

18 NOVEMBRE 2023

CIRCOLO UNIFICATO DELL'ESERCITO DI MERANO - MERANO (BZ)

# RAZIONALE SCIENTIFICO / WISSENSCHAFTLICHER HINTERGRUND

Quando si parla dei benefici dell'attività fisica e della riduzione della sedentarietà si pone l'accento sul mantenimento del benessere e della salute, sull'importanza di rimanere in forma ed evitare l'eccesso ponderale e lo sviluppo di patologie croniche, tipiche della nostra era. Scopo del convegno è sottolineare il ruolo dello sport e dell'esercizio in termini di prevenzione primaria, come strumento per evitare l'insorgere di malattie che dipendono, almeno in parte, da fattori modificabili, come lo stile di vita.

È però altrettanto importante che maturi una piena consapevolezza della funzione dell'attività fisica anche sulle persone che già presentano comorbidità. Una pratica motoria individualizzata, prescritta dal medico e svolta anche sotto la guida di professionisti del settore, potrebbe rappresentare per questi pazienti un vero e proprio supporto terapeutico in grado di migliorare la prognosi e di avere un impatto positivo anche sulla qualità della vita più in generale.

Saranno trattati, tra gli altri, argomenti inerenti la politica sanitaria ed il piano provinciale di sviluppo per l'impiantistica sportiva in Alto Adige, l'educazione al movimento ed il ruolo educativo della scuola. Ci si avvale anche di racconti e testimonianze di vita sportiva. La tavola rotonda contribuisce a rendere interattivo l'evento e le letture magistrali impreziosiscono i contenuti scientifici del meeting.

*Wenn es um die Vorteile von körperlicher Aktivität und die Verringerung von Bewegungsmangel geht, liegt der Schwerpunkt auf Erhaltung von Gesundheit, der Wichtigkeit, fit zu bleiben, Übergewicht zu kontrollieren und die Entwicklung chronischer Krankheiten, die typisch für unsere Zeit sind, zu vermeiden.*

*Ziel des Symposiums ist es, die Rolle von Sport und Bewegung im Rahmen der Primärprävention als Mittel zur Vermeidung des Auftretens von Krankheiten, welche zumindest teilweise von veränderbaren Faktoren wie dem Lebensstil abhängen, hervorzuheben.*

*Genauso wichtig ist es jedoch, dass das Bewusstsein über die Vorteile körperlicher Aktivität auch bei Menschen, die bereits an Krankheiten leiden, gestärkt wird. Ein individuelles Bewegungsprogramm - vom Arzt verschrieben und unter der Anleitung von Fachleuten durchgeführt - könnte für diese Patienten eine echte therapeutische Unterstützung darstellen, welche die Prognose verbessern und sich positiv auf die Lebensqualität auswirken.*

*Es werden auch Themen der Gesundheitspolitik besprochen, der Entwicklungsplan der Provinz Bozen für Sportanlagen erörtert, es wird auf Aspekte der Bewegungsförderung und die erzieherische Rolle der Schulen eingegangen .*

*Memorials und Erfahrungsberichte aktiver Sportler kommen zur Sprache.*

*Eine Podiumsdiskussion trägt zum interaktiven Charakter der Veranstaltung bei und Festvorträge bereichern den wissenschaftlichen Inhalt der Veranstaltung.*

# RESPONSABILE SCIENTIFICO / WISSENSCHAFTLICHER VERANTWORTLICHER

Dr. Elio Assisi

## FACULTY

Assisi Elio  
Andergassen Günther  
Andriollo Juri  
Chiusole Franz  
Crazzolaro Dalia  
Ferrari Astrid  
Gennaccaro Angelo  
Hölzl Armin  
Lorenz Clara  
Lubian Francesca  
Marine Ottavio  
Melani Carla  
Nerio Zaccaria  
Neunhäuserer Daniel  
Piazza Alberto  
Piccoliori Giuliano  
Pichler-Rolle Elmar  
Prenner Michael  
Sartori Cristina  
Savoia Laura  
Schrott Fischnaller Laura  
Tabbi Maria Grazia  
Trotter Paolo  
Vecellio Valentina

# PROGRAMMA SCIENTIFICO

## / WISSENSCHAFTLICHES PROGRAMM

- 8.00 Registrazione dei partecipanti / *Registrierung der Teilnehmer*
- 8:30 Apertura Convegno e saluto delle Autorità / *Eröffnung und Grußworte der Behörden*
- 8:40 Promozione di stili di vita e comportamenti favorevoli la salute : la prevenzione primaria e secondaria nel paziente cardiopatico  
*Förderung gesunder Lebensstile und gesundheitsförderndes Verhalten: Primär - und Sekundärprävention ischämischer Herzkrankheiten*  
**Daniel Neunhäuserer**
- 9:00 Il ruolo degli integratori e dei farmaci per il buon compenso metabolico  
*Die Rolle von Nahrungsergänzungsmitteln und Medikamenten für einen ausgeglichenen Stoffwechsel*  
**Ottavio Marine**
- 9:20 Promozione alla salute-movimento per tutti – parte integrante nella politica della sanità  
*Gesundheitsförderung-Bewegung für alle - ein integraler Bestandteil der Gesundheitspolitik*  
**Laura Schrott Fischnaller**
- 9:40 Popolazione dell'Alto Adige – popolo in movimento? I dati statistici  
*Bevölkerung Südtirols - Menschen in Bewegung? Statistische Daten*  
**Carla Melani**
- 10:00 Piano Provinciale di sviluppo per l'impiantistica sportiva  
*Entwicklungsplan für Sportanlagen der Provinz Bozen*  
**Laura Savoia**
- 10:20 Coffee break

- 10:50 VSS - L'importanza dello sport nella nostra società  
*VSS - Die Bedeutung des Sports in unserer Gesellschaft*  
**Günther Andergassen**
- 11:10 USSA - Movimento è vita  
*USSA - Bewegung ist Leben*  
**Paolo Trotter**
- 11:30 Educazione al movimento – ruolo educativo della scuola? Il punto di vista dell'intendenza scolastica italiana  
*Bewegungserziehung - Aufgabe der Schule? Die Sichtweise des italienischen Schulamtes*  
**Cristina Sartori**
- 11:50 Educazione al movimento – ruolo educativo della scuola? Il punto di vista dell'intendenza scolastica tedesca  
*Bewegungserziehung - Aufgabe der Schule? Die Sichtweise des deutschen Schulamtes*  
**Astrid Ferrari**
- 12:10 Educazione al movimento – ruolo educativo della scuola? Il punto di vista dell'intendenza scolastica ladina  
*Bewegungserziehung - Aufgabe der Schule? Der Standpunkt des ladinischen Schulamtes*  
**Clara Lorenz**
- 12:30 Light Lunch / Mittagessen
- 13:30 Promozione del movimento per la salute del cittadino- iniziative a livello Comunale  
*Bewegungsförderung für die Bürger - Initiativen auf kommunaler Ebene*  
**Juri Andriollo**
- 13:50 Movimento – salute per tutti – Il ruolo del MMG e del PLS  
*Bewegung - Gesundheit für alle - die Rolle des Hausarztes und des Kinderarztes*  
**Giuliano Piccoliori**

14:10 Memorials

- L'importanza dello sport dopo il trapianto / *Die Bedeutung von Sport nach der Transplantation* - **Michael Prenner**
- I benefici del movimento dopo riscontro di tumore / *Die Vorteile von Sport nach einer Krebserkrankung* - **Valentina Vecellio**
- FC Südtirol / *FC Südtirol* - **testimonianza**

15:10 Tavola rotonda - Lo sport come miglior ricetta per la salute: l'importanza della giusta dose

*Podiumsdiskussion - Sport als bestes Rezept für die Gesundheit: die Bedeutung der richtigen Dosis*

**Moderatore/Moderator: Elmar Pichler-Rolle**

**Günther Andergassen, Juri Andriollo, Franz Chiusole, Dalia Crazzolara, Angelo Gennaccaro, Armin Höelzl, Francesca Lubian, Ottavio Marine, Carla Melani, Zaccaria Nerio, Daniel Neunhäuserer, Giuliano Piccoliori, Laura Savoia, Laura Schrott Fischnaller, Paolo Trotter, Maria Grazia Tabbi**

Lecture Magistrali / *Festvorträge*

16:10 Il ruolo delle glifozine nel paziente diabetico anche sportivo: relazione paziente-MMG-specialista

*Die Rolle der Glyphozine bei Diabetikern, einschließlich Sportlern: Beziehung Patient - Hausarzt-Facharzt*

**Dalia Crazzolara**

16:30 Attività fisica e fibrillazione atriale: dalla prevenzione al trattamento

*Körperliche Aktivität und Vorhofflimmern: von der Prävention bis zur Behandlung*

**Ottavio Marine**

16:50 Vitamina D3 e dolore osteo-articolare: le nuove frontiere terapeutiche

*Vitamin D3 und osteoartikuläre Schmerzen: neu therapeutische Grenzen*

**Alberto Piazza**

17:10 Discussione e conclusioni / *Diskussion und Schlussfolgerungen*

18:00 Chiusura corso / *Kursabschluss*

## INFORMAZIONI GENERALI

### REGISTRAZIONE E ACCESSO

Da effettuarsi prima o contestualmente all'inizio del corso ECM (la mancata iscrizione al corso prima dell'inizio dello stesso comprometterà la possibilità di compilazione dei questionari)

1. Collegarsi all'indirizzo: <https://res.summeet.it>
2. In caso di primo accesso: creare l'account personale, cliccando su "REGISTRAZIONE"

In caso di utente già registrato a corsi FAD (Formazione a Distanza): potrà utilizzare le stesse credenziali che utilizza per l'accesso a [fad.summeet.it](https://res.summeet.it)

3. Trovare il corso attraverso la funzione cerca, inserendo codice ECM **604** –
4. Inserire la seguente chiave di accesso per iscriversi al corso: **TBD**
5. Sarà possibile compilare il questionario di apprendimento ECM e di gradimento entro 3 giorni dal termine del corso (il test si riterrà superato con almeno il 75% di risposte corrette)

### HELPDESK

Per eventuali problematiche di accesso, potrà contattare l'help desk via mail alla casella attiva: [helpdesk@summeet.it](mailto:helpdesk@summeet.it)

### ECM (Educazione Continua in Medicina) CODICE ECM: 604 –

Summeet Srl (Provider standard n° 604) ha inserito nel programma formativo 2023 l'evento "**Lo sport come miglior ricetta per la salute: l'importanza della giusta dose**" assegnando n° **xx** crediti formativi. L'evento formativo è destinato a n° **60 Medici Chirurghi** (Cardiologia, Malattie dell'Apparato Respiratorio, Medicina e Chirurgia di Accettazione e di Urgenza, Medicina Fisica e Riabilitazione, Medicina Interna, Medicina dello Sport, Pediatria, Psichiatria, Medicina Legale, Medicina del Lavoro e sicurezza degli ambienti di lavoro, Medicina Generale (Medici di Famiglia)). Il rilascio della certificazione dei crediti è subordinato: alla corrispondenza tra la professione del partecipante e quella cui l'evento è destinato, alla partecipazione all'intera durata del corso, al superamento del test di apprendimento con almeno il 75% di risposte corrette e compilazione del questionario di gradimento (entrambi compilabili in piattaforma online, entro 3 giorni dal termine del corso).

**Obiettivo formativo: 1** - Applicazione nella pratica quotidiana dei principi e delle procedure dell'evidencebased practice (EBM - EBN - EBP)

## DATA E SEDE / DATUM UND HAUPTSITZ

18 novembre 2023

Circolo Unificato dell'Esercito di Merano  
Via Mainardo, 132, 39012 Merano (BZ)

Provider ECM e Segreteria Organizzativa / CME Provider

# SUMMEET

SUMMEET Srl  
Via P. Maspero, 5 - 21100 Varese  
Tel. 0332 231416 - Fax 0332 317748  
info@summeet.it - www.summeet.it  
Provider ECM n° 604

CON IL PATROCINIO DI



AUTONOME  
PROVINZ  
BOZEN  
SÜDTIROL



PROVINCIA  
AUTONOMA  
DI BOLZANO  
ALTO ADIGE



STADTGEMEINDE MERAN  
COMUNE DI MERANO



**FNOMCeO**  
Federazione Nazionale degli Ordini  
dei Medici Chirurghi e degli Odontoiatri



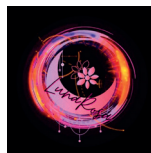
**ITALIA**  
**CONI**  
COMITATO  
BOLZANO  
LANDESKOMITEE  
BOZEN



CON LA SPONSORIZZAZIONE  
NON CONDIZIONANTE DI



Caring Innovation



**GUNA**  
terapie d'avanguardia