

# AGGIORNAMENTI NEL CAMPO DELLA NUTRIZIONE E SUPPLEMENTAZIONE

## Razionale:

Il corso, indirizzato ai Medici, Biologi, Dietisti, Infermieri, Odontoiatri, Fisioterapisti e Farmacisti, si articola in 4 unità multimediali più una parte di approfondimento per un impegno previsto di 2 ore. Queste 4 unità didattiche forniscono una panoramica aggiornata sulle basi fisiologiche e concetti applicativi della nutrizione e integrazione nello sport. Il corso si chiude con la compilazione di un questionario a risposte multiple per verificare il grado di apprendimento.

Obiettivo formativo nazionale: Sicurezza Alimentare E/O Patologie Correlate

## Programma:

### Modulo 1

- Unità 1. Introduzione al metabolismo basale
- Unità 2. Integrazione e supplementazione post allenamento
- Unità 3. Ruolo dei carboidrati nella performance sportiva
- Unità 4. Chetogenosi e sport

## Approfondimenti

- Nonexercise activity thermogenesis (NEAT): environment and biology
- Evolving Concepts on Adjusting Human Resting Energy Expenditure Measurements for Body Size
- Regulation of muscle glycogen repletion, muscle protein synthesis and repair following exercise
- Is There an Optimal Time for Warfighters to Supplement with Protein?
- Muscle protein synthesis in response to nutrition and exercise
- Ketosis, ketogenic diet and food intake control: a complex relationship
- Beyond weight loss: a review of the therapeutic uses of very-low-carbohydrate (ketogenic) diets

**Durata del corso:** 2 ore

**Crediti:** 3

**Target del corso:** Medico chirurgo, Odontoiatra, Farmacista, Biologo, Dietista, Fisioterapista, Infermiere

**Inizio corso:** 28-05-2015

**Fine corso:** 31-12-2015

**Costo:** € 0

**Provider:** AKESIOS Group S.r.l.  
Via Alessandro Viola, 9 43126 Parma  
Iscrizione all'Albo Nazionale Provider ECM N° 403

**Responsabile Scientifico:** dott. Antonio Paoli

**Docenti:** dott. Antonio Paoli