

“L'alimentazione per la popolazione attiva e sportiva, V revisione LARN 2024”

27 settembre 2025



Con il patrocinio di

PROGRAMMA

9.00 - 9.30	Accredito dei partecipanti	
9.30 - 9.45	Saluti Istituzionali e Apertura del Seminario	
9.45 - 10.00	Introduzione alla Prima Sessione	<i>Rossana Ciuffetti</i> <i>Donatella Minelli</i> <i>Anna Tagliabue</i> <i>Pasquale Strazzullo</i> <i>Cristina Limatola</i> <i>Anna Tagliabue</i>
10.00 - 10.30	Razionale della V Revisione dei LARN e Metodologia del Lavoro	<i>Michelangelo Giampietro</i> <i>Pasquale Strazzullo</i> <i>Giulia Cairella</i>
10.30 - 11:00	L'alimentazione per la popolazione attiva e sportiva	<i>Michelangelo Giampietro</i>
11.00 - 11.30	Fabbisogno idrico negli sportivi	<i>Erminia Ebner</i>
11.30 - 12:00	Disponibilità energetica e pratica sportiva	<i>Cinzia Ferraris</i>
12.00 - 12.30	Fabbisogno di carboidrati negli sportivi	<i>Maria Lorena Tondi</i>
12.30 - 13:00	Discussione	
13.00 - 15.00	<i>Pausa Pranzo</i>	
15.00 - 15.15	Introduzione alla Seconda sessione	<i>Pasquale Strazzullo</i> <i>Michelangelo Giampietro</i>
15.15 - 15.45	Fabbisogno di lipidi	<i>Cinzia Ferraris-Marco Rufolo</i>
15.45 - 16.15	Fabbisogno di proteine	<i>Michele Sculati</i>
16.15 - 16.45	Fabbisogno di minerali e composti bioattivi	<i>Bertini Iacopo</i>
16.45 - 17.15	Standard quantitativi delle porzioni	<i>Umberto Scognamiglio</i>
17.15	Discussione	
18:00	Conclusioni	<i>Rossana Ciuffetti</i> <i>Anna Tagliabue,</i> <i>Pasquale Strazzullo,</i> <i>Michelangelo Giampietro</i>

Relatori ed Esperti partecipanti ai lavori

Rossana Ciuffetti

Direttore Sport Impact - Sport e Salute spa

Donatella Minelli

Responsabile Scuola dello Sport, Direzione Sport Impact - Sport e Salute Spa

Pasquale Strazzullo

Già Professore Ordinario di Medicina Interna, Università Federico II, Napoli
Past president Società Italiana Nutrizione Umana-SINU
Comitato di coordinamento V revisione LARN-SINU

Cristina Limatola

Prorettore allo Sport e Benessere. Coordinatore del Dottorato in Neuroscienze clinico-sperimentali e Psichiatria
Direttore della Scuola di Specializzazione in Medicina dello Sport e dell'esercizio Fisico
Università Sapienza di Roma

Anna Tagliabue

Professore Ordinario Scienza Alimentazione - Università di Pavia. Presidente Società Italiana Nutrizione Umana (SINU).

Giulia Cairella

U.O.S.D. Promozione della Salute, Piani di Prevenzione e Medicina dello Sport
Servizio di Medicina dello Sport, Asl Roma 2
Comitato di coordinamento V revisione LARN-SINU

Cinzia Ferraris

Laboratorio Educazione Alimentare e Nutrizione Sportiva - Dipartimento Sanità Pubblica -
Medicina Sperimentale e Forense Università di Pavia

Michele Sculati

Medico, Specialista in Scienza dell'Alimentazione, Ph.D.
Professore a c. Università degli Studi di Pavia e Milano Bicocca Master di II livello in Dietetica e Nutrizione Applicata

Iacopo Bertini

Biologo Nutrizionista - Ph.D. - Erborista
Vicepresidente Associazione Italiana Nutrizionisti

Umberto Scognamiglio

Primo Ricercatore Centro di ricerca Alimenti e Nutrizione, Consiglio per la ricerca in agricoltura e l'analisi dell'economia agraria (CREA) Roma

Erminia Ebner

Biologa nutrizionista - Docente Scuola dello Sport. Sport e salute Spa - Docente ISF R. Lombardi Federazione Italiana Tennis e Padel - Docente Master ADA Università Milano-Bicocca - Istituto di Medicina dello Sport - Sport e salute Spa, Roma

Maria Lorena Tondi

Biologa nutrizionista - Docente Scuola dello Sport. Sport e salute Spa - Docente ISF R. Lombardi Federazione Italiana Tennis e Padel -

Michelangelo Giampietro

Responsabile Scientifico del Seminario -
Direttore sanitario Istituto di Medicina dello Sport e Docente Scuola dello Sport - Sport e salute Spa
Coordinatore gruppo di lavoro del capitolo "Attività fisica" V revisione LARN-SINU
Docente a c. Scuola di Specializzazione in "Medicina dello Sport e dell'Esercizio Fisico" Università Sapienza Roma