

Stress, infiammazione cronica e prestazione

SEMINARIO TECNICO

Roma, Centro di Preparazione Olimpica "G. Onesti" - Aula Magna

15 febbraio 2017

ore 9.00-9.30	Accredito dei partecipanti	
ore 9.30-10.00	Apertura del Seminario e Introduzione ai temi della giornata	Antonio Urso
		Relatore Dario Boschiero
ore 10.00-11.30	<ul style="list-style-type: none"> • Performance psico-fisica e fattori correlati • Perché cambia la Composizione Corporea e il Sistema Nervoso Autonomo (ANS): performance psicofisica, salute, MUS, stile di vita, ritmi circadiani, nutrizione, disturbi e malattie • Stress e Stress System, Infiammazione cronica di basso grado e sistemi di regolazione 	
ore 11.30-11.45	<i>Intervallo</i>	
ore 11.45-13.00	<ul style="list-style-type: none"> • Asse HPA (ipotalamo-ipofisi-surrene) e sistema nervoso autonomo dalla performance alle malattie: come cambia la composizione corporea • Guadagnare e perdere peso: la complessità del fenomeno • Il ruolo del muscolo, osso e grasso • Il ruolo del grasso viscerale e del IMAT (tessuto adiposo intramuscolare) • Sindrome dell'obesità osteo-sarcopenica 	
ore 13.00-14.00	<i>Pausa pranzo</i>	
ore 14.00-16.00	<ul style="list-style-type: none"> • Basi fisiologiche dell'ANS e fondamenti dell'<i>Heart Rate Variability (HRV)</i> • Stress, Infiammazione e Tono Vagale • HRV e collegamenti con Emozioni e <i>Inflammatory Reflex</i> • Valutazione Integrata della Composizione Corporea con il Sistema Nervoso Autonomo 	
ore 16.00-16.15	<i>Intervallo</i>	
ore 16.15-17.45	<ul style="list-style-type: none"> • Intervento Nutrizionale e Fisico-motorio in base alla composizione corporea e all'ANS • Esempi pratici e casi di studio 	
ore 18.00	Chiusura del Seminario e consegna degli Attestati di partecipazione	

I Relatori

Prof. Antonio Urso	Coordinatore dei rapporti e delle attività tra la Scuola dello Sport e IMSS Coni Servizi, Docente SdS Metodologia dell'Allenamento, Presidente Federazione Italiana Pesistica
Prof. Dario Boschiero	Presidente e Fondatore dell'Open Academy of Medicine, Venezia ITA, Londra UK; Fondatore e Coordinatore del Progetto "MUS - Sintomi Vaghi e Aspecifici, Infiammazione Cronica e Nutrizione Clinica"; Direttore Ricerca e Sviluppo di BioTekna