



FITNESS IN ACQUA. ASPETTI METABOLICI, APPROCCIO TEORICO-PRATICO INTEGRATO ED EFFETTI SULLA SALUTE

PRESENTAZIONE

Attraverso un approccio integrato teorico e pratico, il Corso si propone di evidenziare i risultati che il fitness in acqua permette di raggiungere per il benessere globale in particolare nelle sindromi complesse quali obesità, patologie cardiovascolari, sindrome metabolica, sindromi respiratorie delle alte e basse vie aeree, disturbi dell'equilibrio e sindromi vertiginose, dolore acuto e cronico, linfedema.

Il soggetto in immersione nell'ambiente acquatico può allenarsi intensamente dal punto di vista metabolico e aumentare il massimo consumo d'ossigeno ($VO_2 \max$) nell'arco di intervalli relativamente brevi, sfruttando in senso terapeutico l'aumento della resistenza al movimento, senza sovraccarico articolare, e le condizioni di schema motorio e equilibrio alterati. Il potenziale riabilitativo e terapeutico del fitness in acqua è tale da migliorare in modo peculiare, e differente da tutte le altre metodiche di attività motoria, le capacità e le potenzialità atletiche, il tono muscolare, l'allenamento di forza e resistenza; ma è anche indicato per il trattamento di dolore e spasmi, per il rilassamento e per il miglioramento dell'apparato cardiocircolatorio e respiratorio in modo globale e integrato

PROGRAMMA SCIENTIFICO

1. METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO

(Andrea Passerini) durata 2h e 20 m

- Sindrome Metabolica e Allenamento
- Differenti tipi di allenamento sulla terra ferma e in acqua
- Lo sviluppo della forza nelle attività motorie degli obesi con particolare riferimento a quelle acquatiche. Considerazioni, raccomandazioni, indicazioni pratiche
- La pianificazione dell'allenamento per pazienti obesi. Obiettivi, tecnica e didattica

2. RESPIRAZIONE GLOBALE E METABOLISMO

(Lino Di Rienzo Businico) durata 1h e 30 m

- Tecnologie per il ripristino e mantenimento del Benessere respiratorio e impatto metabolico

3. ASCOLTO DELLA MUSICA E PERFORMANCE IN ALLENAMENTO

(Pasquale Davide Longo) durata 45m

- Le basi audiologiche e aspetti vestibolari per la motivazione e l'equilibrio

4. CUORE E ALLENAMENTO METABOLICO AQUATICO

(Andrea Bezzeccheri) durata 3h

- Le implicazioni cardiovascolari del Fitness metabolico aquatic

5. GASTRONETEROLOGIA E OBESITA'

(Cesare Efrati) durata 1h e 10 m

- Aspetti peculiari e moderni trattamenti gastroenterologici nel soggetto obeso

6. RUOLO DELLA NUTRIZIONE NELLA GESTIONE DELL'OBESITÀ

(Flavia Tramintana) durata 1h e 20 m

- Strategie nutrizionali e adattamenti metabolici nell'obesità

7. MEDICINA DELLO SPORT E FITNESS METABOLICO

(Roberto Fiore) durata 50 m

- Peculiarità del fitness metabolico acquatico per la salute dell'atleta obeso

8. PATTERN PSICOLOGICI NEI DISTURBI ALIMENTARI E NELLO SPORT

(Roberto Fiore e Manuela Benzi) durata 1h e 40 m

- Aspetti psicologici nei disturbi alimentari.
- Obesità e attività motoria

9. PATTERN ENDOCRINOLOGICI NEL FITNESS METABOLICO

(Paolo Montera) durata 1 h e 30 m

- Aspetti endocrinologici e metabolici nel sovrappeso e disfunzioni associate

SUNTO RELATORI

DOTT. DI RIENZO BUSINCO LINO

RELATORE

DRNLNI71H08H501B

Data di nascita: 08/06/1971

Luogo di nascita: ROMA (RM)

10/06/1996 - Albo Provinciale dei Medici Chirurghi di ROMA (Ordine della Provincia di ROMA) n. 0000047244 iscrizioni

26/07/1995 - MEDICINA E CHIRURGIA (ROMA "UNIVERSITA CATTOLICA SACRO CUORE") lauree

1996 / 0 - Medicina e Chirurgia (ROMA "UNIVERSITA CATTOLICA SACRO CUORE") abilitazioni

28/10/1999 - OTORINOLARINGOIATRIA (ROMA "UNIVERSITA CATTOLICA SACRO CUORE") - Specializzazione

28/10/2004 - AUDIOLOGIA (L'AQUILA) – Specializzazione

Medico Chirurgo Otorinolaringoiatra e Audiologo e Responsabile Servizio di ORL Istituto Medicina e Scienza dello Sport – CONI, Roma. Servizio ORL e Audiologia Ospedale S.Giovanni Battista – Ordine di Malta, Roma

DOTT.SS BENZI MANUELA	RELATORE	BNZMNL56T57H501Y
------------------------------	-----------------	-------------------------

Data di nascita: 17/12/1956
Luogo di nascita: ROMA (RM)
Psicologa | Psicoterapeuta iscritta nella sezione A dell'Albo dal 08/11/1990 con il n. 1129
Direttore Didattico Master COACHING PER L'ECCELLENZA presso l'Università Telematica N. Cusano e Docente di Psicologia presso le Federazioni Sportive Nazionali

DOTT. BEZZECCHERI ANDREA	RELATORE	BZZNDR92C24H501O
---------------------------------	-----------------	-------------------------

Data di nascita: 24/03/1992
Luogo di nascita: ROMA (RM)
10/03/2017 - Albo Provinciale dei Medici Chirurghi di SALERNO (Ordine della Provincia di SALERNO) n. 0000010868 iscrizioni
22/07/2016 - MEDICINA E CHIRURGIA (SALERNO) lauree
2016 / 1 - Medicina e Chirurgia (SALERNO) abilitazioni
11/01/2022 - MALATTIE DELL'APPARATO CARDIOVASCOLARE (ROMA "TOR VERGATA") – Specializzazione
Dirigente Medico Cardiologo presso il San Carlo di Nancy Hospital, GVM Care & Research, Roma (RM)

DOTT. EFRATI CESARE	RELATORE	FRTCSR74M20H501H
----------------------------	-----------------	-------------------------

Data di nascita: 20/08/1974
Luogo di nascita: ROMA (RM)
04/09/2000 - Albo Provinciale dei Medici Chirurghi di ROMA (Ordine della Provincia di ROMA) n. 0000050231 iscrizioni
20/07/1999 - MEDICINA E CHIRURGIA (ROMA "LA SAPIENZA") lauree
2000 / 0 - Medicina e Chirurgia (ROMA "LA SAPIENZA") abilitazioni
24/11/2003 - GASTROENTEROLOGIA NN.O. (ROMA "LA SAPIENZA") – Specializzazione
Dirigente Medico dell'UOS di Malattie infiammatorie Croniche Intestinali presso l'Ospedale Israelitico di Roma
Docente presso Università di Tor Vergata de Master Universitario di II livello in chirurgia collaterale e delle malattie infiammatorie croniche intestinali.

DOTT. FIORE ROBERTO	RELATORE	FRIIRT88A09F839I
----------------------------	-----------------	-------------------------

Data di nascita: 09/01/1988
Luogo di nascita: NAPOLI (NA)
10/09/2015 - Albo Provinciale dei Medici Chirurghi di ROMA (Ordine della Provincia di ROMA) n. 0000061914 iscrizioni
12/03/2015 - MEDICINA E CHIRURGIA (ROMA "UNIVERSITA CATTOLICA SACRO CUORE") lauree
2015 / 0 - Medicina e Chirurgia (ROMA "UNIVERSITA CATTOLICA SACRO CUORE") abilitazioni
Docente di “Fondamenti di Medicina dello Sport” presso la scuola di Osteopatia CERDO (Centre Pour L'Etude, La Recherche Et La Diffusion Osteopathiques) di Roma
Medico Specialista in Medicina dello Sport presso Istituto di Medicina e Scienza dello Sport “Antonio Venerando di Roma e presso il Poliambulatorio Medicina al Centro di Roma.

DOTT. LONGO PASQUALE**RELATORE****LNGPQL97E31H892O**

Data di nascita: 09/08/1950

Luogo di nascita: SAN GIORGIO A CREMANO (NA)

Laurea in Audiologia, Università "La Sapienza" - Roma, 2014

Consulente Audiologo presso: Centro Businco, centro privato di Diagnosi, Trattamento e ENT Terapia Audiologica di Roma, presso Unità ORL, Sovrano Ordine di Malta di Roma e presso Unità di ricerca, Società italiana per la diffusione del l'endoscopia e Chirurgia mini invasiva di Roma.

DOTT. MONTERA PAOLO**RELATORE****MNTPLA80M09H501M**

Data di nascita: 09/08/1950

Luogo di nascita: ROMA (RM)

29/03/1977 - Albo Provinciale dei Medici Chirurghi di ROMA (Ordine della Provincia di ROMA) n. 0000024276 iscrizioni

29/11/1976 - MEDICINA E CHIRURGIA (ROMA "LA SAPIENZA") lauree

1977 / 0 - Medicina e Chirurgia (ROMA "LA SAPIENZA") abilitazioni

15/02/1986 - MEDICINA DELLO SPORT (ROMA "LA SAPIENZA") - Specializzazione

15/07/1980 - ENDOCRINOLOGIA (ROMA "LA SAPIENZA") – Specializzazione

Docente nella Laurea triennale per le materie di “Endocrinologia” e di “Esercizio fisico, Prevenzione e Salute” per totali n° 26 ore, del Corso di Laurea in Scienze Motorie, Facoltà di Medicina e Chirurgia dell’Università degli Studi di Roma - Tor Vergata.

DOTT. PASSERINI ANDREA**RELATORE****PSSNDR66H17A345U**

Data di nascita: 17/06/1966

Luogo di nascita: L'Aquila

Ha conseguito l’abilitazione all’insegnamento dell’Educazione Fisica nella Scuola Media indetta con D.M. 23.03.1990, svoltosi nella Provincia di L’Aquila.

Ha conseguito il Diploma in Educazione Fisica il 22.07.1987 con la votazione di 110/110 e lode presso l'Istituto Superiore di Educazione Fisica dell’Aquila.

Dipendente del Corpo Forestale dello Stato e dell’Arma dei Carabinieri, con il grado di Vice Brigadiere, in servizio presso il Comando del Centro Sportivo dei Carabinieri, Caserma “Salvo D’Acquisto” di Roma.

DOTT. TAMORRI STEFANO**RELATORE****TMRSFN47R09H501N**

Data di nascita 09/10/1947

Luogo di nascita: Roma

Psicologo | Psicoterapeuta iscritto all'Albo Nazionale dal 28/01/1994 iscritto nella sezione A dell'ordine del Lazio dal 28/01/1994 con il n. 4762

Direttore Scientifico Master COACHING PER L’ECCELLENZA presso l’Università Telematica N. Cusano di Roma e Consulente Psichiatra presso la Corte dei Conti.

DOTT.SSA TRAMONTANA FLAVIA**RELATORE****TRMFLV93T67H501E**

Data di nascita: 27/12/1993

Luogo di nascita: Roma

Ordine di iscrizione: Ordine dei Biologi del Lazio e dell'Abruzzo

Data iscrizione: 01/03/2018 - Sezione "A" - Numero iscrizione: AA_080148

Ricercatrice presso l’Unità di ricerca in endocrinologia e diabete dell’Università degli Studi di Roma