

**FENIX**_{srl}**Formazione e Comunicazione Scientifica**

Le Palestre della Salute Il Movimento come Farmaco del Futuro

PIANO FORMATIVO 2026 – PROVIDER: FENIX ID 331**METODOLOGIA**

RESIDENZIALE

SEDE RESIDENZIALE

POLO TECNOLOGICO DI PAVIA
Via Fratelli Cuzio, 4
27100 Pavia

DATA INIZIO

23 maggio 2026

DATA FINE

23 maggio 2026

RAZIONALE

Dalla scrivania del medico al tappetino dell'allenamento personalizzato, passando per normative, linee guida cliniche e protocolli interdisciplinari: il convegno "Le Palestre della Salute, Il modello virtuoso delle attività che svolgono i centri specializzati nel benessere fisico-metabolico è un'opportunità formativa unica per scoprire come l'attività fisica adattata possa diventare uno strumento terapeutico a tutti gli effetti". Un'occasione per i medici di medicina generale, medici fisiatri ortopedici e altri professionisti sanitari interessati ad aggiornarsi sul concetto di Exercise is Medicine, con un focus operativo su come portare salute concreta a pazienti, cittadini e lavoratori attraverso modelli scientifici e replicabili. Perché questo convegno? Perché oggi, una popolazione sempre più sedentarizzata e cronicamente stressata, ha bisogno di un cambio di paradigma: non possiamo più aspettare la malattia, ma dobbiamo creare contesti in cui la salute si allena, si misura, si prescrive. Le Palestre della Salute rappresentano proprio questo: uno spazio clinico, educativo e preventivo dove il movimento viene trattato come un vero e proprio farmaco personalizzato, somministrabile su indicazione medica.

OBIETTIVI

- Promuovere l'integrazione tra medico, terapeuta e trainer in ottica preventiva
- Applicare linee guida cliniche sull'attività fisica adattata
- Acquisire conoscenze sui sistemi di misura dello stress e della composizione corporea
- Valutare criticamente il ruolo delle palestre della salute nei percorsi terapeutici
- Agevolare il medico nell'invio del paziente target

FENIX S.r.l.**Pavia, Italia**

Via Ugo Foscolo 25, 27100

T +39 0382 1752851

F 0039 0382 1752852

www.fenix-srl.itsegreteria@fenix-srl.it**C.F. e P.IVA** 02310460189**REA** MI – 0262846

**OBIETTIVO FORMATIVO (di sistema):**

(2) Linee guida, protocolli e procedure

DESTINATARI

Professioni e Discipline: **MEDICO CHIRURGO:** Medicina generale (medici di famiglia), Medicina fisica e riabilitazione

PARTECIPANTI PREVISTI: n. 50

ID ECM: 331_479684

DURATA EFFETTIVA DELL'ATTIVITÀ FORMATIVA

L'impegno globale previsto per ogni discente è di 4 ore

N. CREDITI PREASSEGNATI

Numero crediti ECM →4

INFORMAZIONI

Il convegno è a partecipazione libera; saranno accettate le prime n. 50 iscrizioni pervenute.

I crediti saranno rilasciati ai partecipanti che avranno partecipato a tutte le sessioni e che abbiano risposto adeguatamente al test finale.



Programma

Pavia, 23 maggio 2026						
Dalle ore	Alle ore	Titolo della Relazione	Min Frontale	Min NO ECM		Relatore
8:45	9:00	Registrazione dei partecipanti		0:15		
9:00	9:15	Saluto delle Autorità (Asst Pavia)		0:15		Giancarlo Iannello
9:15	9:30	Introduzione e obiettivi del corso	0:15		Serie di relazioni su tema preordinato	Emanuela Longa Stefano Pasotti
I SESSIONE: LA PALESTRA DELLA SALUTE E' LEGGE					Moderatore:	Alessandro Rubino
9:30	9:50	Prescrivere il movimento: tra linee guida, decreto palestre della salute e pratica clinica quotidiana: - Le linee guida della medicina generale sull'esercizio fisico - Chi può prescrivere cosa: ruolo del MMG, specialista, fisioterapista - Codici ICD9 e possibilità di prescrizione	0:20		Serie di relazioni su tema preordinato	Valentina Braschi
9:50	10:10	MANGIARE BENE? NON BASTA SAPERLO - Il cambiamento arriva se medico, nutrizionista e trainer valorizzano ogni piccolo passo	0:20		Serie di relazioni su tema preordinato	Francesco Geraci
10:10	10:40	Normativa Nazionale e Regionale	0:30		Serie di relazioni su tema preordinato	Giancarlo Iannello
		Palestra della Salute: criteri e requisiti			Serie di relazioni su tema preordinato	
10:40	10:50	Discussione	0:10		Confronto/Dibattito tra pubblico ed esperto guidato da un conduttore	All faculty
II SESSIONE: EXERCISE IS MEDICINE: DALL'OLIMPIADE ALL'UFFICIO					Moderatore:	Roberto Bottinelli
10:50	11:10	Il movimento come terapia: il potenziale adattivo dell'esercizio fisico: - La scienza dell'Exercise Medicine - Dal campione al sedentario: perché il movimento va dosato - Approccio a 3 livelli: ➤ Atleti / ➤ Sportivi occasionali / ➤ Sedentari e pazienti a rischio - Benefici fisici, metabolici e psicologici - Linee guida internazionali (ACSM, WHO)	0:20		Serie di relazioni su tema preordinato	Emanuela Longa



11:10	11:20	Discussione	0:10	Confronto/Dibattito tra pubblico ed esperto guidato da un conduttore	All faculty
11:20	11:35	Coffee Break e networking	0:15		
III SESSIONE: DALLA POSTURA AL PREDICTIVE HEALTH				Moderatore:	Emanuela Longa
11:35	12:15	Il Movimento è il Farmaco più potente del mondo: - Il modello operativo delle palestre della salute, "l'esperienza del centro REMISEenFORME" - Il dolore cronico, la postura e il sistema nervoso autonomo - Dal mal di schiena al burnout: la biomeccanica come chiave interpretativa - Predictive Health: misurare per prevenire (BIA, HRV, MUS) - Esempi clinici e potenziale impatto sociale nelle comunità aziendali	0:40	Serie di relazioni su tema preordinato	Stefano Pasotti
12:15	12:25	Discussione	0:10	Confronto/Dibattito tra pubblico ed esperto guidato da un conduttore	All faculty
IV SESSIONE PRATICA				Moderatore:	Stefano Pasotti
12:25	13:00	Protocollo Interdisciplinare in Azione: un caso clinico simulato: - Screening iniziale - Analisi del rischio e personalizzazione dell'intervento - Discussione del protocollo applicato	0:35	Serie di relazioni su tema preordinato	Emanuela Longa Stefano Pasotti Francesca Coli Valentina Toniato
13:00	13:15	L'attività fisica nell'ambito della promozione della salute in ambiente di lavoro - il progetto WHP	0:15	Serie di relazioni su tema preordinato	Marta Sacchi
13:15	13:25	Discussione	0:10	Confronto/Dibattito tra pubblico ed esperto guidato da un conduttore	All faculty
13:25	13:30	Conclusioni - Take home messages (compilazione questionario ECM on-line)	0:05		Emanuela Longa Stefano Pasotti
13:30	14:30	Lunch	1:00		
Totale ore ECM Frontale			4:00		
Totale ore ECM Interattiva					
Totale ore non ECM				1:45	

**RESPONSABILE SCIENTIFICO:****Drssa Emanuela LONGA**

Medico dello sport, e responsabile del centro
interdipartimentale di biologia e medicina dello sport di Pavia
campionessa olimpica e mondiale

FACULTY:**Roberto BOTTINELLI**

Direttore Centro di Medicina dello Sport Università di Pavia
Professore di Fisiologia Università di Pavia

Valentina BRASCHI

Medico di Medicina Generale
ASST Pavia

Francesca COLI'

Laureata in Fisioterapia
Specializzata in terapia manuale e posturale secondo Mezières

Francesco GERACI

Dirigente medico Presso 118 AAT
ASST Pavia

Giancarlo IANNELLO

Direttore Socio Sanitario
Azienda Socio Sanitaria Territoriale di Pavia

Emanuela LONGA

Medico dello sport, e responsabile del centro
interdipartimentale di biologia e medicina dello sport di Pavia
campionessa olimpica e mondiale

Stefano PASOTTI

Laureato in scienze Motorie, Osteopata
Counselor: fondatore dei centri REMISEenFORME
Ideatore del progetto "Misuriamo la Salute"

Alessandro RUBINO

Medico di Medicina Generale
ATS Pavia Vigevano

**Marta SACCHI**

Medico del lavoro
IRCCS Maugeri Pavia

Valentina TONIATO

Laurea magistrale in Scienze Motorie MCB
Direttrice del Centro REMISEenFORME
Pavia

Nel caso di improvviso e imprevedibile evento che determinasse l'impossibilità di un docente a presenziare al corso residenziale, uno dei restanti docenti potrà effettuare la relazione in qualità di sostituto (previa rivalutazione del CV da parte del Responsabile Scientifico in considerazione dei contenuti della relazione/docenza)

PROVIDER ECM & SEGRETERIA ORGANIZZATIVA

Fenix Srl
Via Ugo Foscolo, 25
27100 Pavia
Tel 0382 1752851
Fax 0382 1752852
e-mail: info@fenix-srl.it
Responsabile dr. Agostino Tacconi

TABELLA RELATORI

COGNOME	NOME	Titolo di Laurea	Specializzazione conseguita	Sede di svolgimento della propria attività	Affiliazione
Roberto	Bottinelli	MEDICINA E CHIRURGIA	Medicina dello Sport	Università degli Studi di Pavia	Responsabile Centro Interdip Di Ricerca Di Biologia E Medicina Dello Sport Direttore del Dipartimento di Medicina Molecolare Università degli Studi di Pavia
Braschi	Valentina	MEDICINA E CHIRURGIA	Medicina generale	Pavia	Medico di Medicina Generale ASST Pavia
Coli	Francesca	FISIOTERAPIA		Pavia	Libero professionista Terapista manuale Mezierista (fisioterapista)
Geraci	Francesco	MEDICINA E CHIRURGIA	Medicina interna	Pavia	Trainer Pavia



Iannello	Giancarlo	MEDICINA E CHIRURGIA	IGIENE E MEDICINA PREVENTIVA	Azienda Socio Sanitaria Territoriale di Pavia	Direttore Socio Sanitario
Longa	Emanuel a	MEDICINA E CHIRURGIA	Medicina dello Sport	Pavia	Medico dello sport, e responsabile del centro interdipartimentale di biologia e medicina dello sport di Pavia campionessa olimpica e mondiale
Pasotti	Stefano	SCIENZE MOTORIE	OSTEOPATIA	Pavia - Milano	Osteopata, fondatore dei centri REMISEenFORME Creatore del progetto “Misuriamo la Salute” Pavia – Milano
Rubino	Alessan dro	MEDICINA E CHIRURGIA	medicina generale	VIGEVANO	Medico di medicina generale ATS PAVIA
Sacchi	Marta	MEDICINA E CHIRURGIA	Medicina del Lavoro	Pavia	Medico del lavoro IRCCS Maugeri Pavia
Toniato	Valentin a	SCIENZE MOTORIE	NA	Pavia	Direttrice del centro REMISEenFORME Pavia