

Nutrizione, Sport e Attività Fisica

8 Maggio 2026

Università di Palermo – Viale delle Scienze, edificio 15 – 90128 Palermo (PA)

ID 2007 – 485193 Ed.1

Destinatari dell'attività formativa: BIOLOGO;

Obiettivi formativi e Area formativa Contenuti tecnico-professionali (conoscenze e competenze) specifici di ciascuna professione, di ciascuna specializzazione e di ciascuna attività ultraspecialistica, ivi incluse le malattie rare e la medicina di genere (18)

Data inizio/fine: 08/05/2026

Numero partecipanti minimo: 100

Ore formative: 5

Numero dei crediti assegnati: 5

Iscrizioni: **Iscrizioni:** è possibile iscriversi, inviando una e-mail a: segreteria@ordinebiologisicilia.it

PROGRAMMA

8:30 – 9:00

Accrediti e registrazione partecipanti

Saluti istituzionali

Prof. Antonino Bianco

Direttore Dipartimento SPPEFF – Università di Palermo

Dott. Alessandro Pitruzzella

Presidente Ordine dei Biologi

Sessione mattutina

Chair: Dott. Alessandro Pitruzzella, Dott. Carlo Rossi, Garden Tabacchi

10:00 – 10:30

Rapid Weight Loss negli sport da combattimento

Carlo Rossi Biologo – Dottore di Ricerca in Health Promotion and Cognitive Science

10:30 – 11:00

Attività fisica e nutrizione nella prevenzione delle malattie croniche

Roberta Chianetta

11:00-11:40

Coffee break

11:40– 12:10

Nutrizione e adattamenti fisiologici all'esercizio fisico

Francesco Cacciabaudo

12:10 – 14:40

Linee guida pratiche per nutrizione e attività fisica

Virginia Musumeci

12:40 – 13:15

Discussione plenaria

13:15 – 14:15

Pausa pranzo

Sessione pomeridiana

Chair: Prof.ssa Marianna Bellafore, Dott. Alessandro Pitruzzella, Dott. Carlo Rossi

14:15 – 14:45

Microbiota e Sport: Le ultime evidenze

Junior Carlone, PhD Student, Università degli Studi di Verona

14:45 – 15:15

Effetti del succo di fichi d'india sulla prestazione sportiva

Marianna Bellafore – Prof. Ordinario, Università degli Studi di Palermo

15:15 – 16:00

Pausa

16:00 – 16:30

Probiotici e performance: Integrazione nutrizionale nello sport

Patrizia Proia, Professore Associato, Università degli Studi di Palermo

16:30 – 17:00

Celiachie e Sport: carenze nutrizionali e strategie per ottimizzare la salute degli atleti e performance

Alessia Boatta, PhD Student, Università San Raffaele Roma

17:00-17:30

Tavola rotonda, Conclusioni e chiusura dei lavori

Test di apprendimento (da svolgere entro max 3 giorni dalla fine dell'evento)

OBIETTIVI

Il congresso "Nutrizione, sport e attività fisica" nasce con l'obiettivo di approfondire, in chiave scientifica e multidisciplinare, il rapporto tra alimentazione, esercizio fisico e salute, con particolare attenzione sia alla performance sportiva sia alla prevenzione delle patologie croniche. Il programma propone infatti temi che spaziano dalla gestione del peso negli sport da combattimento, alla prevenzione delle malattie croniche attraverso nutrizione e attività fisica, fino agli adattamenti fisiologici indotti dall'esercizio e alle indicazioni pratiche per l'intervento nutrizionale



L'iniziativa si inserisce in un contesto in cui la crescente produzione scientifica evidenzia il ruolo centrale della nutrizione e dell'attività motoria nel mantenimento dello stato di salute, nella modulazione della composizione corporea e nell'ottimizzazione della prestazione atletica. In questa prospettiva, il congresso intende offrire ai professionisti un aggiornamento fondato sulle più recenti evidenze, affrontando anche ambiti di particolare attualità come il microbiota nello sport, l'integrazione nutrizionale e gli effetti di specifici alimenti o composti bioattivi sulla performance

La presenza di relazioni dedicate ad aspetti fisiologici, clinici e applicativi, insieme alla discussione plenaria e alla tavola rotonda conclusiva, rende il congresso un'occasione di confronto tra ricerca, pratica professionale e trasferimento delle conoscenze. L'obiettivo finale è promuovere un approccio evidence-based alla nutrizione e all'attività fisica, utile sia nell'ambito sportivo sia nella promozione della salute nella popolazione generale

RESPONSABILE SCIENTIFICO

Alessandro Pitruzzella
Carlo Rossi

COMPILAZIONE MODULISTICA ECM

Per ottimizzare i processi di erogazione dei corsi residenziali, la modulistica ECM sarà compilata online attraverso la piattaforma www.qlearning.it.

Il partecipante e il corpo docente dovranno creare (se non ce l'hanno già) un account sulla piattaforma qlearning.it. I dati richiesti sono quelli necessari per accedere ai crediti ECM. Con utenza e password, al termine del corso dovranno accedere nella sezione "Residenziale" e cliccare sulla locandina dell'evento. Qui troveranno, la domanda su reclutamento, il test della qualità percepita, l'attestato con i crediti ECM, eventuali altri attestati di partecipazione e/o certificazione e il test di apprendimento se la modalità è con domande a risposta multipla.

Se la verifica dell'apprendimento avverrà tramite un test con domande a risposta multipla, il numero di domande sarà pari a n. 3 domande per ogni credito formativo; ogni domanda con 4 risposte di cui soltanto 1 corretta). La verifica va svolta entro i tre giorni successivi alla data di conclusione dell'attività formativa. Il tentativo a disposizione è soltanto uno. L'esito della prova (superato / non superato) sarà visualizzato immediatamente a fine compilazione.

Il livello minimo di risposte esatte richiesto è pari ad almeno il 75% dei quesiti complessivamente proposti.

Per poter scaricare l'attestato con i crediti ECM, bisognerà aver superato il test di apprendimento e rispondere alle domande della scheda di valutazione sugli aspetti dell'evento formativo. La compilazione è anonima e obbligatoria (anche per i partecipanti che non prendono i crediti ECM).

Dove non diversamente specificato, gli unici documenti cartacei che bisognerà compilare in sede saranno il foglio presenze ed eventuali altri documenti legati ad altre tipologie di verifica di apprendimento differenti dal questionario a risposta multipla.

ASSISTENZA TECNICA AGLI UTENTI

Per qualsiasi problematica, di tipo tecnico, legata alla piattaforma qlearning.it, potete utilizzare il servizio chat live di qlearning.it in orario d'ufficio dal lunedì al venerdì. La chat offline con risposta entro 24-48 ore, invece, è sempre attiva.

È disponibile, inoltre, il numero telefonico 099-9908003 dal lunedì al venerdì dalle 11.00 alle ore 13.00.

QUALIFICHE PROFESSIONALI E SCIENTIFICHE DEI RELATORI/MODERATORI/RESP. SCIENTIFICI

La sottoscritta Enza De Carolis, in qualità di rappresentante legale della Qibli srl, dichiara che i curricula sono custoditi presso la propria sede legale per cinque anni e si impegna renderli disponibili in occasione dei controlli che la C.N.F.C., conformemente a quanto previsto dal Regolamento.

Dichiara, inoltre:

- di aver fornito agli interessati l'informativa sul trattamento dei dati personali (art. 13 del Regolamento europeo 2016/679);
- di aver fornito l'informativa relativa agli artt. 68, 70, 76, 96 Accordo Stato-Regioni 2017 "La formazione continua nel settore salute" - Rep. Atti 14/CSR del 2.2.2017 - Par. 4.6, lett. j) Manuale Nazionale di Accreditamento per l'Erogazione di Eventi ECM);
- di aver informato gli interessati che il programma dell'evento ECM, di cui le suddette informazioni contribuiscono a formarne il contenuto minimo, verrà inserito nel catalogo degli eventi E.C.M. tenuto dall'ente accreditante;

COGNOME	NOME	LAUREA	SPECIALIZZAZIONE CONSEGUITA	AFFILIAZIONE E CITTÀ
PITRUZZELLA	ALESSANDRO	BIOLOGIA	MICROBIOLOGIA E VIROLOGIA	Professore S.S.D Anatomia Umana Università di Palermo
ROSSI	CARLO	BIOLOGIA	NUTRIZIONE UMANA	Biologo – Dottore di Ricerca in Health Promotion and Cognitive Science
BELLAFIGLIORE	MARIANNA	SCIENZE MOTORIE		Professore Dipartimento di Scienze, Psicologiche, Pedagogiche, dell'Esercizio Fisico e della Formazione (SPPEFF) Univ Palermo
BOATTA	ALESSIA	SCIENZE E TECNOLOGIE AGROALIMENTARI		Università San Raffaele Roma
CACCIABAUDO	FRANCESCO	BIOLOGIA	BIOLOGIA	libera professione
CARLONE	JUNIOR	SCIENZE MOTORIE	NUTRIZIONE UMANA	Docente Kinesiologia e scienze dello sport Univ. Verona
CHIANETTA	ROBERTA	BIOLOGIA	SCIENZE DELL'ALIMENTAZIONE UMANA	Biologo Policlinico "P. Giaccone" Dipartimento PROMISE, Palermo
GARDEN	TABACCHI	BIOLOGIA	SCIENZE DELL'ALIMENTAZIONE UMANA	Professore Dipartimento di Scienze, Psicologiche, Pedagogiche, dell'Esercizio Fisico e della Formazione (SPPEFF) Univ Palermo
MUSUMECI	VIRGINIA	BIOLOGIA	BIOLOGIA	Professore Associato Università di Palermo.
PROIA	PATRIZIA	BIOLOGIA	BIOLOGIA	Professore Associato Università di Palermo.