

Approccio multidisciplinare integrato nello sport giovanile: nutrizione, allenamento e salute in sinergia

[RES]

Provider:	119 C.P.G. srl
Data inizio corso:	11/07/2026
Data fine corso:	11/07/2026
Ore totali:	6 ore
Crediti Totali:	
Sede di svolgimento:	Ordine dei biologi – Via Nota 3 - Torino
Obiettivo formativo:	18 – contenuti tecnico-professionali
Partecipanti:	max 30
Specialità accreditate:	Biologo
Responsabili Scientifici:	Dott.ssa Paola Camoletto – Dott. Matteo Bro

1 Razionale

Lo sport giovanile e amatoriale richiede un approccio professionale integrato, in cui il biologo nutrizionista ha un ruolo importante nel supportare la salute ed eventualmente la performance del giovane sportivo. Tuttavia, la nutrizione da sola non è sufficiente: è necessaria una collaborazione strutturata con medici, preparatori atletici, psicologi, secondo il modello *One Health*.

La giornata nasce con l'obiettivo di promuovere questa sinergia multidisciplinare, offrendo a ciascuna figura professionale l'opportunità di condividere il proprio punto di vista. Il fine comune è garantire il benessere, la crescita e lo sviluppo dei giovani sportivi attraverso un lavoro di squadra consapevole e coordinato.

2 Programma

09:00	Saluti istituzionali Ordine dei Biologi PLV Mauro Foschia , Presidente del comitato regionale Piemonte e Valle d'Aosta della Federcalcio - LND
09:30-10:00	Stato dell'arte delle abitudini alimentari nei giovani sportivi: evidenze epidemiologiche e prospettive di sanità pubblica Dott.ssa Maria Restifo Medico, Nutrizionista, specializzata in Patologia Clinica e Igiene
10:00-10:30	Le doti fisiche allenabili nelle diverse età maturative, dalla fisiologia alle realtà applicative Dott. Andrea Caravario , Medico sportivo
10:30-11:00	Esercizi motori e nutrizione come sinergia per prevenzione degli infortuni Dott. Roberto Cirelli , Dottore in Scienze Motorie, Massofisioterapista
11:00-11:30	Coffee Break
11:30-12:00	Sport nei giovani sportivi e salute mentale: prevenzione dei disturbi alimentare e gestione dell'ansia Dott.ssa Adriana Tugnoli , Psicologa clinica, psicoterapeuta CBT
12:00-12:30	RED Flag e WHITE Flag? a ognuno la sua: RED-S vittime e soccorritori Dott.ssa Andrea Ipucha , Medico
12:30-14:00	Pausa pranzo libera
14:00-14:30	Come la genetica può aiutare lo sport ad ottimizzare il benessere nell'età evolutiva Dott.ssa Cristiana Lo Nigro , Biologa genetista
14:30-15:00	Tempistiche e qualità dei pasti negli sport giovanili di squadra Dott.ssa Annalisa Ghiglia , PhD, Biologa nutrizionista
15:00-15:30	Nutrire la crescita: periodizzazione nutrizionale lungo le fasi del LTAD come strumento di prevenzione attiva Dott. Gianluca Sozzi , Biologo nutrizionista
15:30-16:30	TAVOLA ROTONDA E CHIUSURA LAVORI caso pratico e testimonianza di atleta medagliata Nicole Perone e preparatore ragazzi sport di combattimento