

SANIS 2025-26 – SCUOLA DI NUTRIZIONE ED INTEGRAZIONE NELLO SPORT

2A PARTE

Formazione a Distanza

50 crediti ECM

Data inizio 27/6/2026 – Data fine 20/09/2026

Durata: 51 ore (lezioni video 34 ore, approfondimento 17 ore)

Responsabile scientifico: Dott. Antonio Paoli

Obiettivo formativo: SICUREZZA E IGIENE ALIMENTARI, NUTRIZIONE E/O PATOLOGIE CORRELATE

Professioni accreditate: tutte le professioni sanitarie

Akesios Group in collaborazione con ESNS – European Sport Nutrition Society organizza SANIS, giunta alla sua XIV edizione consecutiva, la prima scuola di alta formazione specializzata nella nutrizione e supplementazione alimentare in ambito sportivo.

Un percorso formativo rinnovato per garantire un'offerta completa, efficiente e professionale. Un programma che affina lezioni teoriche a lezioni con prove pratiche, workshop e seminari che verranno coordinati direttamente dai docenti per trasformare in competenze le nozioni acquisite.

Una formazione "professionalizzante" dove nutrizione e attività fisica sono esplorate a 360°, elaborando strategie nutrizionali per ogni tipo di attività sportiva.

Il corso, accessibile ai soli corsisti SANIS, si chiude con la compilazione di un questionario a risposte multiple per verificare il grado di apprendimento.

PROGRAMMA

1a lezione

NUTRIZIONE, SUPPLEMENTAZIONE ED ATTIVITA' FISICA PER I DIMAGRIMENTO E L'IPERTROFIA

Dott. Diego Campaci

- Schemi dietetici e di allenamento per l'ipertrofia
- Schemi dietetici e di allenamento per il dimagrimento

OVERTRAINING, OVERREACHING, QUADRO ORMONALE E SISTEMA IMMUNITARIO

Prof.ssa Patrizia Proia

- Assi ormonali e sporto
- Supplementazione ed integrazione per il sistema immunitario

2a lezione

DIETETICA SPORTIVA

Prof.ssa Felicina Biorci

- Dieta Mediterranea - basi ed applicabilità nello sport
- Diete vegetariane e vegane
- Diete chetogeniche e digiuno (intermittent fasting, Ramadam)
- Altre tipologie dietetiche (dieta zona, pleso, gruppi sanguigni)

NUTRIZIONE E SUPPLEMENTAZIONE NEGLI SPORT DI ENDURANCE

Prof.ssa Felicina Biorci

- Basi fisiologiche delle prestazioni di endurance ed ultraendurance
- Necessità energetiche e modulazione dei nutrienti
- Nutrisupplementazione allenamento e pre-gara, in gara e post-gara
- Schemi alimentari per gli atleti di endurance
- Nutrisupplementazione per le prestazioni estreme (alte e basse temperature)
- Esempi di schemi alimentari

3a lezione

NUTRIZIONE E SUPPLEMENTAZIONE PER LO SCI E GLI SPORT INVERNALI

Prof. Pierluigi Pompei

- Modello prestativo e basi fisiologiche degli sport invernali, caratteristiche ambientali
- Necessità energetiche e modulazione dei nutrienti
- Nutrisupplementazione pre-gara, in gara e post-gara
- Adattamenti di nutrisupplementazione per lo sci di fondo e lo sci alpino
- Esempi di schemi alimentari per gli sport invernali

NUTRIZIONE E SUPPLEMENTAZIONE PER GLI SPORT ACQUATICI

Dott. Nicola Sponsiello

- Modello prestativo e basi fisiologiche del nuoto
- Necessità energetiche e modulazione dei nutrienti
- Nutrisupplementazione pre-gara, in gara e post-gara
- Adattamenti di nutrisupplementazione per l'apnea
- Esempi di schemi alimentari negli sport acquatici

NUTRIZIONE E SUPPLEMENTAZIONE NEL TENNIS

Dott. Alexander Bertuccioli

- Modello prestativo e basi fisiologiche del tennis
- Necessità energetiche e modulazione dei nutrienti
- Nutrisupplementazione per pre-gara, in gara e post-gara
- Esempi di schemi alimentari nel tennis

4a lezione

NUTRIZIONE E SUPPLEMENTAZIONE NEGLI SPORT DI SQUADRA

Dott. Vito Flavio Valletta

- Modello prestativo e basi fisiologiche dei diversi sport di squadra
- Necessità energetiche e modulazione dei nutrienti
- Nutrisupplementazione per pre-gara, in gara e post-gara
- Adattamenti di nutrisupplementazione per gli sport di squadra
- Esempi di schemi alimentari

NUTRIZIONE E SUPPLEMENTAZIONE PER GLI SPORT DI COMBATTIMENTO E CATEGORIE DI PESO

Dott. Claudio Mauceri

- Modello prestativo e basi fisiologiche degli sport da combattimento
- Dietetica e supplementazione per modulare e mantenere il peso
- Nutrisupplementazione pre-gara, nelle gare e per il recupero
- Esempi di schemi alimentari negli sport di combattimento

PRINCIPI DI FARMACOLOGIA LEGATA AL DOPING

Dott. Antonio Sartini

- I gruppi di farmaci doping
- I metodi vietati e classificati doping

5a lezione

ATTIVITÀ MOTORIA ED ALIMENTAZIONE NEL BAMBINO E NELL'ADOLESCENTE

Dr.ssa Giulia Baroncini

- Fisiologia del movimento dall'infanzia all'adolescenza
- Le carenze dietetiche nei bambini e negli adolescenti
- Nutrizione ed allenamenti
- Integrazione alimentare ragionata del bambino atleta

NUTRIZIONE E SUPPLEMENTAZIONE NELLE PERSONE ATTIVE DI TERZA ETÀ

Dott. Alessandro Stranieri

- Invecchiamento ed allenamento aerobico/forza
- Nutrizione, esercizio programmato ed allenamenti
- Integrazione alimentare ragionata dei soggetti anziani

COGNOME	NOME	PROFESSIONE	DISCIPLINA	ENTE DI APPARTENENZA LIBERA PROFESSIONE	DESCRIZIONE ATTIVITA' PROFESSIONALE/FORMATIVA
BARONCINI	GIULIA	BIOLOGO	NUTRIZIONE	LIBERO PROFESSIONISTA	Nutrizionista AC Milan e EA7 Emporio Armani Olimpia Milano
BERTUCCIOLI	ALEXANDER	MEDICO CHIRURGO; BIOLOGO	NUTRIZIONE	LIBERO PROFESSIONISTA	ATTIVITA' AMBULATORIALE – DOMICILIARE – EVENTI SPORTIVI / MANIFESTAZIONI NUTRIZIONE SPORIVA, NUTRIZIONE CLINICA, FITOTERAPIA CLINICA, NUTRACEUTICA, ANTROPOMETRIA
BIORCI	FELICINA	BIOLOGO	NUTRIZIONE	LIBERO PROFESSIONISTA	Docente di Comportamento Alimentare – Corso di Perfezionamento in Chinesiologia Scuola Universitaria Interfacoltà in Scienze Motorie – Università degli Studi di Torino; Responsabile didattica e docente SANIS Torino
CAMPACI	DIEGO	BIOLOGO	NUTRIZIONE	LIBERO PROFESSIONISTA	STUDIO PRIVATO; Nutrizionista società di calcio Padova e Cittadella
MAUCERI	CLAUDIO	MEDICO CHIRURGO	MEDICINA DELLO SPORT; SCIENZA DELL'ALIMENTAZIONE E DIETETICA	LIBERO PROFESSIONISTA	DOCENTE SANIS; VISITE AMBULATORIALI PRESSO Ambulatorio San Carlo - Iseo, Poliambulatorio Galeno - Leno, MedicalSpa - Brescia, Kinetik - Rogno
PAOLI	ANTONIO	MEDICO CHIRURGO	MEDICINA DELLO SPORT	UNIVERSITA' DI PADOVA	Professore Ordinario 06/N2 M-EDF/01 Dipartimento di Scienze Biomediche
POMPEI	PIERLUIGI	FARMACISTA	Modellistica Biomedica: Farmacocinetica e Bioingegneria	LIBERO PROFESSIONISTA	Direttore del laboratorio di Neuropsicofarmacologia e Nutrizione dello Sport presso l'Università di Camerino; DOCENTE SANIS
PROIA	PATRIZIA	BIOLOGO	Fisiopatologia Neurosensoriale; Biotecnologie	LIBERO PROFESSIONISTA	Incarichi d'insegnamento nei corsi di laurea di Scienze delle Attività motorie e Sportive (L22), Scienze e Tecniche delle Attività Motorie Preventive e Adattate (LM67/68) Università degli Studi di Palermo

SARTINI	ANTONIO	BIOLOGO	NUTRIZIONE	LIBERO PROFESSIONISTA	STUDIO PRIVATO; Federazione Italiana Pallacanestro (F.I.P.), Nutrizionista della Nazionale A - Maschile
SPONSIELLO	NICOLA	BIOLOGO	SCIENZA DELL'ALIMENTAZIONE E DIETETICA	LIBERO PROFESSIONISTA	Attività ambulatoriale, come dietologo sia in ambito clinico che sportivo, Medico di alcune importanti società sportive e dietologo di atleti di valore internazionale
STRANIERI	ALESSANDRO	SCIENZE MOTORIE		LIBERO PROFESSIONISTA	Docente e autore di pubblicazioni scientifiche
VALLETTA	VITO FLAVIO	BIOLOGO	NUTRIZIONE	LIBERO PROFESSIONISTA	Nutrizionista presso la Federazione Italiana Giuoco Calcio (FIGC); Docente a corsi di formazione
Il provider dichiara ai sensi dell'art. 76 del DPR n.445/2000: - di aver fornito all'interessato l'informativa sul trattamento dei dati personali (art. 13 del Regolamento europeo 2016/679; 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 l'interessato 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;					

Antonio Paoli

Cellulare:

Fax

E-mail

Cittadinanza

Data di nascita

Sesso

Codice Fiscale

Date _____

dal 2018

Lavoro o posizione ricoperti

Professore Ordinario 06/N2 M-EDF/01 Dipartimento di Scienze Biomediche – Università di Padova

Principali attività e responsabilità

Docente e Ricercatore

Nome e indirizzo del
datore di lavoro

Università di Padova

Tipo di attività o settore

Ricerca e didattica. Scienza dell'esercizio fisico e dello Sport

Maturità scientifica, Liceo Scientifico G. Oberdan Padova
Diploma ISEF – ISEF Bologna sede di Padova
Abilitazione insegnamento Ed. Fisica scuole medie inferiori e superiori
Laurea Medicina e Chirurgia Università degli Studi di Padova
Diploma di Specializzazione in medicina dello Sport Università degli Studi di Pavia

Madre lingua(e)

italiana

Altra(e) lingua(e)

inglese

Autovalutazione

Livello europeo (*)

Lingua

inglese

Lingua

spagnolo

Comprensione				Parlato				Scritto	
Ascolto		Lettura		Interazione orale		Produzione orale			
	eccellente		eccellente		ottima		ottimo		buono
	eccellente		eccellente		discreta		discreta		sufficiente

(*) Quadro comune europeo di riferimento per le lingue

Capacità e competenze sociali	La collaborazione internazionale su progetti di ricerca ha dimostrato una buona capacità di interazione, così come la facilità di esposizione in congressi nazionali ed internazionali sono a sottolineare ottima competenza sociale.
Capacità e competenze organizzative	In qualità di principal investigator di diversi progetti scientifici, coordinatore di campagne sperimentali su campo ed in laboratorio, attestano una ottima competenza organizzativa
Capacità e competenze tecniche	Buone nell'ambito di interesse.
Capacità e competenze informatiche	Buone
Capacità e competenze artistiche	Buone
Ulteriori informazioni	Membership società scientifiche Fellow dell'ECSS (European College of Sport Science) Fellow dell'ACSm (American College of sport Medicine) Socio fondatore e Presidente dell'ESNS (European Sport Nutrition Society) Presidente della SISMeS (Società Italiana delle Scienze Motorie e Sportive) Produzione scientifica Riviste indicizzate: 135 articoli. 1423 citazioni , H index 20 . •