

## TARGET

**Medici:** cardiologi, medici di medicina generale, medici dello sport, fisiatri.

**Personale non medico:** fisioterapisti, dietisti, infermieri, preparatori atletici, insegnanti di educazione fisica, responsabili di squadre sportive, promotori di salute sul territorio.

L'evento è accreditato ECM per tutte le professioni sanitarie. Crediti ECM preassegnati 3,75.

## MODALITÀ DI PARTECIPAZIONE

### Dipendenti A.O. della Provincia di Lecco

Le iscrizioni dovranno essere inoltrate dal proprio diretto Responsabile all'indirizzo di posta elettronica [s.burini@ospedale.lecco.it](mailto:s.burini@ospedale.lecco.it) indicando COGNOME - NOME - QUALIFICA - MATRICOLA.

### Partecipanti esterni

La partecipazione all'evento è gratuita e deve essere formalizzata trasmettendo la scheda d'iscrizione tramite fax al n. 0341 253054 oppure in formato pdf a [s.burini@ospedale.lecco.it](mailto:s.burini@ospedale.lecco.it)

Le iscrizioni saranno accolte in ordine temporale di arrivo fino ad esaurimento dei posti disponibili e si chiuderanno il **15 maggio 2013**.

## SEGRETERIA ORGANIZZATIVA

Formazione e Sviluppo delle Risorse Umane  
Stefania Burini - Tel. 0341 489037  
[s.burini@ospedale.lecco.it](mailto:s.burini@ospedale.lecco.it)

## COMITATO SCIENTIFICO

### Presidente:

Dr. Amando Gamba  
Direttore Dipartimento Cardiovascolare  
Ospedale A. Manzoni, Lecco

### Direzione scientifica:

Dr. Pierfranco Ravizza  
Responsabile Riabilitazione Cardiovascolare Ospedale A. Manzoni, Lecco

Dr. Giovanni Righetti  
Medico di Medicina Generale

Continua a crescere l'interesse per attività fisica impegnativa, anche in persone di età matura, sia sane, sia affette da qualche forma di malattia cardiovascolare. L'attività fisica aerobica si conferma infatti sempre più chiaramente uno dei cardini della prevenzione per molte malattie, non solo dell'apparato cardiovascolare. In forma primaria per i soggetti sani che intendono mantenere più basso possibile il rischio di ammalarsi nel tempo. In forma secondaria per le persone con esiti di malattia cardiovascolare, che possono in tal modo ridurre notevolmente il rischio di ricaduta. Scopo del convegno è trattare i presupposti fisiopatologici su cui si basa il beneficio dell'attività fisica, le indicazioni e le controindicazioni, alcune problematiche elettrocardiografiche e ecocardiografiche di valutazione, alcune possibili complicanze aritmiche. In secondo luogo si tratterà dei metodi ottimali di allenamento, in soggetti sani o con esiti di malattia, sia dilettanti, sia con velleità di tipo agonistico.

patrocinio



contributo



sponsor



## ANCHE SOLO 30 MINUTI AL GIORNO!



Azienda Ospedaliera della Provincia di Lecco  
Ospedale "A. Manzoni"  
Dipartimento Cardiovascolare

## GESTIONE DELL'ATTIVITÀ FISICA NON AGONISTICA NEL SANO E NEL CARDIOPATICO

### Sabato 25 maggio 2013

Aula Magna Ospedale A. Manzoni  
Via Eremo, 9/11 - Lecco



Azienda Ospedaliera della Provincia di Lecco  
Ospedale "A. Manzoni"  
Dipartimento Cardiovascolare

## **GESTIONE DELL'ATTIVITÀ FISICA NON AGONISTICA NEL SANO E NEL CARDIOPATICO**

**Sabato 25 maggio 2013**

Aula Magna Ospedale A. Manzoni  
Via Eremo, 9/11 - Lecco

**ANCHE SOLO 30 MINUTI AL GIORNO!**



## **PROGRAMMA**

- 8.00** Accoglienza partecipanti
- 8.15** Saluti e introduzione lavori  
**Dr. Mauro Lovisari**  
*Direttore Generale  
Azienda Ospedaliera Provincia di Lecco*  
**Dr. Amando Gamba**  
*Direttore Dipartimento Cardiovascolare  
Ospedale A. Manzoni, Lecco*
- 1ª sessione - Inquadramento clinico del candidato ad attività sportiva non agonistica.**  
*Moderatore: Dr. Amando Gamba*
- 8.45** **Dr. Pierfranco Ravizza**  
*Riabilitazione Cardiovascolare  
Ospedale A. Manzoni, Lecco*  
Rischio cardiovascolare e attività sportiva in prevenzione nel sano e nel cardiopatico: valutazione clinico-strumentale, indicazioni e limiti, terapie associate.
- 9.15** **Dr. Massimo Pozzoli**  
*Cardiologo Clinico - Chiavenna*  
Alterazioni della ripolarizzazione ventricolare e aspetti ecocardiografici anatomico-funzionali, correlati con attività sportiva: sani particolari o malati che fanno sport?
- 9.45** **Dr. Franco Ruffa**  
*Laboratorio Elettrofisiologia, Cardiologia  
Ospedale A. Manzoni, Lecco*  
Tachiaritmie atriali correlate con attività sportiva: un ciclo vizioso di influenze reciproche. La morte improvvisa dello sportivo: evento prevedibile o rischio inevitabile?
- 10.15** **Prof. Enrico Arcelli**  
*Associato Dipartimento di Scienza dello Sport,  
Nutrizione e Salute - Università degli Studi, Milano*  
Anemia sideropenica e sideropenia senza anemia: implicazioni sulla performance fisica e atletica.
- 10.45** Coffe break

### **IIª sessione - Promozione e personalizzazione del programma di training fisico.**

*Moderatori: Dr. Pierfranco Ravizza  
Dr. Giovanni Righetti*

- 11.00** **Dr. Stefano Righetti**  
*Cardiologia  
Ospedale San Gerardo, Monza*  
Soglia aerobica ed anaerobica per il fisiologo dello sport e per il cardiologo: facciamo un po' di chiarezza.
- 11.30** **Prof. Silvano Danzi**  
*Allenatore Nazionale Italiana di Corsa di Mezzofondo*  
Personalizzazione dell'attività fisica in relazione ad età, attitudine, abitudini di vita e costituzione: consigli su scelta e modalità di svolgimento di attività fisica aerobica.
- 12.00** **Prof. Enrico Arcelli**  
*Associato Dipartimento di Scienza dello Sport,  
Nutrizione e Salute  
Università degli Studi, Milano*  
Consigli alimentari per lo svolgimento di attività sportiva in diversi contesti clinici con particolare riferimento agli integratori alimentari: vantaggi, false promesse, pericoli.
- 12.30** **Dr. Franco Tortorella**  
*Medicina Preventiva di Comunità  
ASL Lecco*  
**Antonio Rossi**  
*Assessore allo Sport  
Regione Lombardia*  
Le Pillole di Salute: progetto per la promozione dell'attività fisica nella provincia di Lecco.
- 13.00** Discussione finale
- 13.30** Lunch