



APPROCCIO MULTIDISCIPLINARE INTEGRATO NELLO SPORT GIOVANILE NUTRIZIONE, ALLENAMENTO E SALUTE IN SINERGIA

TORINO, 11 LUGLIO 2026

Torino,
Coworking Center
(v. Pinerolo 16)

Accreditato con 6 ECM per Biologi
e aperto ad altre professioni sanitarie

Quota per gli iscritti OB PLV: gratuito
Quota per i non iscritti: 20€

Iscrizioni: <https://ecmlearn.it/event/348/showCard>



ECMLearn
by CPG srl - provider ECM n. 119



PROGRAMMA

- 9:00 | Saluti istituzionali (Ordine dei Biologi PLV e Mauro Foschia, Presidente del comitato regionale Piemonte e Valle d'Aosta della FEDERCALCIO)**
- 9:30 | Stato dell'arte delle abitudini alimentari nei giovani sportivi: evidenze epidemiologiche e prospettive di sanità pubblica (Dott.ssa Maria Restifo Medico, Nutrizionista)**
- 10:00 | Le doti fisiche allenabili nelle diverse età maturative, dalla fisiologia alle realtà applicative (Dott. Andrea Caravario, Medico sportivo)**
- 10:30 | Massofisioterapista, esercizi motori e nutrizione come sinergia per prevenzione degli infortuni (Dott. Roberto Cirelli, Dottore in Scienze Motorie)**
- 11:00 | Coffee Break**
- 11:30 | Sport nei giovani sportivi e salute mentale: prevenzione dei disturbi alimentare e gestione dell'ansia (Dott.ssa Adriana Tugnoli, Psicoterapeuta CBT)**
- 12:00 | Red Flag e White Flag? A ognuno la sua: Red-S vittime e soccorritori (Dott.ssa Andrea Ipucha, Medico sistemico funzionale)**
- 12:30 | Pranzo**
- 14:00 | Come la genetica può aiutare lo sport ad ottimizzare il benessere nell'età evolutiva (Dott.ssa Cristiana Lo Nigro, Biologa genetista)**
- 14:30 | Tempistiche e qualità dei pasti negli sport giovanili di squadra (Dott.ssa Annalisa Ghiglia, PhD, Biologa nutrizionista)**
- 15:30 | Nutrire la crescita: periodizzazione nutrizionale lungo le fasi del LTAD come strumento di prevenzione attiva (Dott. Gianluca Sozzi, Biologo nutrizionista)**
- 16:00 | Tavola rotonda e chiusura lavori**