UNIVERSITÀ DI PISA

# MEDICINA DELLO SPORT E SPECIALITÀ MEDICHE

## FABIO GALETTA

| | |
|---|---|
| Anno accademico | 2018/19 |
| CdS | SCIENZE E TECNICHE DELLE ATTIVITA' MOTORIE PREVENTIVE E ADATTATE |
| Codice | 001FF |
| CFU | 8 |

| Moduli | Settore/i | Tipo | Ore | Docente/i |
|---|---|---|---|---|
| MEDICINA DELLO SPORT E SPECIALITÀ MEDICHE | MED/11 | LEZIONI | 64 | ROSSELLA DI STEFANO<br>FERDINANDO FRANZONI<br>FABIO GALETTA<br>RENATO PREDILETTO |

### Obiettivi di apprendimento

*Conoscenze*

Per il Corso del Dr Prediletto questo verterà nel fornire nozioni su argomenti di Fisiopatologia Respiratoria
Anatomia Funzionale del polmone
Meccanica del respiro
Prove di Funzione respiratoria ed altri Tests Respiratori
Asma da Sforzo

### Programma (contenuti dell'insegnamento)

Il corso del Prof. F. Galetta, Prof. R. Di Stefano e Prof. F. Franzoni
verterà sui seguenti argomenti:
ASPETTI FISIOLOGICI:
Le basi bioenergetiche (metabolismo aerobico, anaerobico lattacido ed alattacido);
Classificazione delle attività motorio-sportive (Dal Monte-Lubich, COCIS, SIPS);
General Adaptation Syndrome e Supercompensazione;
Aggiustamenti acuti (cardio-circolatori centrali e periferici, respiratori, muscolari, metabolici);
Adattamenti cronici (il Cuore d'Atleta, il Polmone da Sport, la Capillarizzazione);
Tipologie di contrazione muscolare (isotonica, isometrica, isocinetica).
ALIMENTAZIONE DELLO SPORTIVO:
Strategie nutrizionali pre, durante e post-gara;
Idratazione;
Integrazione, Supplementazione e Doping.
LA VALUTAZIONE FUNZIONALE:
Il Massimo Consumo di Ossigeno (VO2 Max);
La Soglia Anaerobica;
Il Lattato;
Metodi di valutazione della forza muscolare;
Metodi di valutazione dello stato nutrizionale (BMI, plicometria, BIA, DEXA).
PRINCIPI DI SEMEIOTICA DELLO SPORTIVO:
La visita d'idoneità;
Antropometria;
Semeiotica strumentale (ECG, Spirometria, Ecocardiografia);
La Visita medico-sportiva dell'atleta diversamente abile;
Ergometria (Step-Test, cicloergometro, treadmill, ergometri specifici).
ASPETTI PATOLOGICI DELL'ALLENAMENTO:
Overreaching e Overtraining;
Traumatologia minore da sport;
Colpo di sole e colpo di calore;
Principi di BLSD;

Asma da sforzo;
Crisi ipoglicemica.
ATTIVITA' MOTORIA ADATTATA:
Sovrappeso e obesità;
Diabete mellito;
Ipertensione;
Cenni di Cardiopatia ischemica;
Cenni di Scompenso cardiaco;
Cenni di Arteriopatia obliterante periferica;
Attività motoria e sportiva nelle diverse età.

## Bibliografia e materiale didattico

Appunti delle lezioni; testi di fisiologia dell'esercizio fisico e dello sport

## Indicazioni per non frequentanti

Obbligatoria la frequenza alle lezioni

## Modalità d'esame

Orale

*Ultimo aggiornamento 13/11/2018 18:51*