



UNIVERSITÀ DI PISA

MEDICINA DELLO SPORT E SPECIALITÀ MEDICHE

FABIO GALETTA

Academic year	2017/18
Course	SCIENZE E TECNICHE DELLE ATTIVITA' MOTORIE PREVENTIVE E ADATTATE
Code	001FF
Credits	8

Modules	Area	Type	Hours	Teacher(s)
MEDICINA DELLO SPORT E SPECIALITÀ MEDICHE	MED/11	LEZIONI	64	ROSSELLA DI STEFANO FERDINANDO FRANZONI FABIO GALETTA RENATO PREDILETTO

Programma (contenuti dell'insegnamento)

- ASPETTI FISIOLGICI:
 - 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.



UNIVERSITÀ DI PISA

- ATTIVITA' MOTORIA ADATTATA:
 - Sovrappeso e obesità;
 - Diabete mellito;
 - Ipertensione;
 - Cardiopatia ischemica;
 - Scompenso cardiaco;
 - Arteriopatia obliterante periferica;
 - BPCO;
 - Osteoporosi;
 - Attività motoria e sportiva nelle diverse età.

[Bibliografia e materiale didattico](#)

Materiale didattico consigliato:: Slides lezioni

[Modalità d'esame](#)

Orale

Ultimo aggiornamento 27/02/2018 10:44