



Grande successo per il 1° convegno regionale “Performance sportiva: nutrizione e psicologia”

## Descrizione

Ha registrato il tutto esaurito il 1° convegno regionale “Performance sportiva: nutrizione e psicologia” svoltosi oggi a Brolo presso la sala multimediale “Rita Atria”.

L’evento, organizzato dal locale **Centro di Riabilitazione Nutrizionale** e patrocinato dal **CONI**, era infatti rivolto, con posti limitati, a 100 professionisti che operano nel settore sportivo ed ha aperto i lavori alle ore 9:00 per poi concluderli alle 18:00.



Il nutrizionista dott. Francesco Iarrera

Con lo scopo di affrontare un largo dibattito, riguardante il rapporto tra i fattori che incidono sulle prestazioni di ogni atleta, o sulla sua forma fisica, si sono alternati al tavolo vari relatori. Questi sono stati selezionati dal centro tra le 100 importanti figure del panorama sportivo italiano e sono, appunto, espressione di diversi sport, ambiti sanitari e regioni geografiche.

Ad aprire la giornata è stato il **dott. Francesco Iarrera**, responsabile del CRN, con una premessa riguardante le finalità dell’iniziativa. Poi, un pensiero obbligatorio per **Annarita Sidoti**, stella dell’atletica appena scomparsa nella vicina Gioiosa Marea, ricordata con un video ed un minuto di raccoglimento. È allora intervenuto **Aldo Violato**, delegato provinciale del CONI, che ne ha patrocinato ed ha parlato dell’azione svolta dal comitato messinese nel campo trattato dal convegno. Subito dopo spazio ai professionisti, secondo il programma della giornata.



Hanno partecipato il **dott. Ranalli**, referente Abruzzo per **Nutriprof**, la **dott.ssa Conti**, psicologa e terapeuta, impegnata in varie associazioni nazionali e, direttamente dalle realtà sportive, il **dott. FeralpiSalvi**, consulente medico **FeralpiSalvi**, il **dott. Piazza**, preparatore atletico **Palermo** e il **dott. Minelli**, responsabile Nazionale Giovanile nuoto di fondo.

I professionisti sanitari partecipanti riceveranno, per la propria partecipazione, dei crediti professionali (ECM), mentre tra tutti gli iscritti è stata sorteggiata una partecipazione ad un corso, ancora sulla Performance Sportiva, che si terrà ad ottobre.



Il **dott. Ferra** e il **dott. Ranalli**, responsabile Abruzzo Nutriprof

Tanta la soddisfazione tra gli organizzatori. Per il **dott. Ferra** «bisogna dare una importanza crescente alla nutrizione nell'ambito di ogni singola e diversa attività fisica. Negli ultimi anni è dichiarata un sempre maggiore riferimento a quelle che sono le esigenze nutrizionali dell'atleta e noi, oggi, speriamo di poter contribuire a chiarire alcuni dubbi in tal senso. Il primo problema da affrontare è appunto rappresentato da forti luoghi comuni che si sono venuti a creare. Questi portano ad allontanarsi perfino dal buon senso, danneggiando sia la prestazione che la salute dell'atleta».

**Fabio Buzzanca**, giovane nutrizionista, è invece lo specialista del settore presso il CRN. «La nutrizione e l'allenamento, da soli non portano benefici. Per costruire un atleta di livello serve indubbiamente un'azione di concerto tra allenatore, nutrizionista, fisioterapista e se necessario altre figure. La nutrizione sportiva è un grande strumento, dato che pone l'attenzione non solo sulla scelta degli alimenti, ma guarda alla loro assunzione e molto anche alla conformazione di chi si ha davanti. Ogni piano alimentare deve essere strettamente personale».



Dott. Fabio Buzzanca, nutrizionista sportivo

Ma quale reale incidenza si puÃ² avere sullâ€™azione delle realtÃ sportive del territorio? â€œIl nostro obiettivo â€œ risponde Buzzanca â€œ Ã quello di creare un team che puÃ² rispondere a queste â€œnuoveâ€• esigenze. Offrire una collaborazione, che puÃ² essere richiesta da chi vuole raggiungere determinati standard. Attualmente sono gli atleti dâ€™elite a stare piÃ¹ attenti a questi fattori, ma lavoriamo per sostituire, altrove, adeguate competenze professionali al semplice â€œfai da teâ€•.

#### Categoria

1. Oltre lo Sport

#### Tag

1. brolo
2. Coni

#### Data di creazione

23 Maggio 2015

#### Autore

ecartaregia