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 più professionisti che operano nel settore sportivo ed ha aperto i lavori alle ore 9:00 per poi concluderli alle 18:00.

default watermark

Il nutrizionista dott. Francesco Iarrera

Con lo scopo di affrontare un largo dibattito, riguardante il rapporto tra i fattori che più 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 più 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. E’ allora intervenuto **Aldo Violato**, delegato provinciale del CONI, che ne ha patrocinio ed ha parlato dell’azione svolta dal comitato messinese nel campo trattato dal convegno. Subito dopo spazio ai professionisti, secondo il programma della giornata.

H[illegible] il **dott. Ranalli**, referente Abruzzo per **Nutriprof**, la **dott.ssa Conti**, psicologa d[illegible]apeuta, impegnata in varie associazioni nazionali e, direttamente dalle realtà s[illegible]eri, consulente medico **FeralpiSalò**, il dott. **Piazza**, preparatore atletico **Palermo C[illegible]rinelli**, 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.

Iarrera e il dott. Ranalli, responsabile Abruzzo Nutriprof

default watermark

Tanta la soddisfazione tra gli organizzatori. Per Iarrera *"bisogna dare una importanza crescente alla nutrizione nell'ambito di ogni singola e diversa attività fisica. Negli ultimi anni* – dichiara – *c'è 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* – dice – *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 può avere sull'azione delle realtà sportive del territorio? *"Il nostro obiettivo* – risponde Buzzanca – *è quello di creare un team che può rispondere a queste "nuove" esigenze. Offrire una collaborazione, che può essere richiesta da chi vuole raggiungere determinati standard. Attualmente sono gli atleti d'élite a stare più attenti a questi fattori, ma lavoriamo per sostituire, altrove, adeguate competenze professionali al semplice "fai da te".*

default watermark

Categoria

1. Oltre lo Sport

Tag

1. brolo
2. Coni

Data di creazione
23 Maggio 2015
Autore
ecartaregia