

Programma Evento FAD
**Modifica degli stili di vita:
l'importanza dell'attività fisica**
(www.saepe.it)

Modalità didattica: La formazione è centrata su dossier “evidence-based” costruiti ad hoc sviluppati secondo quesiti clinico-assistenziali e su casi che pongono quesiti decisionali e calano l’attività formativa nella pratica quotidiana.

Obiettivo formativo nazionale: epidemiologia - prevenzione e promozione della salute con acquisizione di nozioni di sistema

Obiettivo specifico: Acquisire atteggiamenti corretti riguardo all’importanza della promozione del movimento nella pratica clinica; abilità nel motivare i pazienti allo stile di vita attivo; conoscenze sull’efficacia dell’attività motoria e dell’esercizio fisico come strumento di prevenzione e trattamento delle malattie croniche non trasmissibili.

Durata: 4 ore

Argomento:

- dati epidemiologici italiani e locali riguardo agli stili di vita e in particolare la sedentarietà e l’attività fisica
- fattori di rischio e corretti stili di vita (i 4 determinanti della salute: lotta al tabagismo, contrasto all’abuso di alcol, corretta alimentazione, attività motoria)
- dati di fatto: quanto l’attività fisica migliora la salute
- indicazioni e raccomandazioni alla popolazione generale (con attenzione all’età: giovane, adulto, anziano e a condizioni particolari, es gravidanza)
- elementi di counselling motivazionale per la promozione dell’attività fisica.

Crediti: 4.

Pubblicazione prevista

Il corso sarà online dal 1 gennaio 2017 e rimarrà disponibile fino al 31 dicembre 2017.

Responsabile scientifico: Patrizio Sarto, dirigente medico, direttore dell’Unità Operativa Complessa di Medicina dello Sport e dell’Esercizio Fisico

Assenza di sponsor: Il programma non ha sponsor e rientra nel piano di formazione indipendente del Provider Zadig.