

# FACULTY



**Antonino Bianco** - Direttore del Dipartimento SPPEFF dell'Università di Palermo,  
**Ignazio Bellanuova** – Spec. In Cardiologia - Componente della Commissione di appello e giudizio di non idoneità all'esercizio di Attività sportiva agonistica, Regione Sicilia - CT  
**Antonio Bonura** - Presidente AMS-FMSI Caltanissetta  
**Gioambattista Cassisi** - Presidente AMS-FMSI Siracusa  
**Biagio Cuffari** - Presidente AMS-FMSI Messina Host; Presidente Emerito CR Sicilia  
**Graziano De Santis** - Specialista in Medicina dello Sport- Augusta(Sr)  
**Antonio Giovanni De Vita** - Presidente AMS-FMSI Trapani  
**Sergio Fasullo** - Direttore U.O.C Cardiologia P.O. G.F. Ingrassia-PA  
**Gaetano Iachelli** - Presidente CR Sicilia-Ragusa  
**Maria Lo Cascio** - Spec.in Medicina Interna - Componente della Commissione di appello e giudizio di non idoneità all'esercizio di Attività sportiva agonistica, Regione Sicilia-Palermo  
**Francesco Maccarione** - Presidente AMS-FMSI Catania  
**Calogero Giuseppe Nobile** - Presidente AMS-FMSI Agrigento  
**Antonio Palma** - Direttore scuola dello sport CONI Sicilia-Palermo  
**Angelo Eliseo Sberna** - Presidente AMS-FMSI EN- Presidente della Commissione di appello e giudizio di non idoneità all'esercizio di Attività sportiva agonistica, Regione Sicilia –Enna  
**Giacomo Scalzo** – Dirigente Generale DASOE-Palermo  
**Marcello Traina** - Spec. In Cardiologia – Vicepresidente AMS-FMSI Palermo  
**Vittorio Virzì** - Presidente AMS-FMSI PA- Coordinatore Formazione FMSI Sicilia,

## INFORMAZIONI LOGISTICHE

Per ogni utile informazione contattare :  
L'AMS-FMSI di Palermo Irene Scaffidi 3294933173

### ALBERGHI:

Hotel Casena dei Colli – Via Villa Rosato 20/22- 0916889771  
[prenotazioni@casenadeicolli.it](mailto:prenotazioni@casenadeicolli.it)



## La Dose di Esercizio Fisico Rischi e Benefici

14 FEBBRAIO 2026 ore 10.00

Dipartimento SPPEFF Scienze Psicologiche, Pedagogiche,  
dell'Esercizio Fisico e della Formazione  
Sala Consiglio 2° Piano  
Viale delle Scienze, Ed. 15

# RAZIONALE

L'attività fisica regolare è una strategia chiave nella prevenzione e nel trattamento delle malattie croniche non trasmissibili (NCDs), agendo su più fronti per migliorare la salute generale. Non è solo un metodo per prevenire, ma anche un potente strumento terapeutico per gestire le condizioni esistenti. L'esercizio fisico contribuisce a prevenire l'insorgenza di diverse malattie croniche attraverso meccanismi fisiologici e metabolici.

Oltre alla prevenzione, l'esercizio fisico è un intervento terapeutico efficace per chi ha già una malattia cronica, migliorandone la gestione e la qualità della vita.

**Controllo della patologia:** In pazienti con diabete, l'attività fisica riduce il fabbisogno di farmaci e migliora il controllo glicemico. Nelle malattie cardiovascolari, aiuta a contenere i sintomi e a migliorare la funzionalità del cuore, agendo in modo simile a un farmaco nella prevenzione secondaria.

# INFORMAZIONI LOGISTICHE

Il Convegno si svolgerà a Palermo presso il **Dipartimento SPPEFF Scienze Psicologiche, Pedagogiche, dell'Esercizio Fisico e della Formazione**  
Sala Consiglio 2° Piano - Viale delle Scienze, Ed. 15

## MODALITÀ DI ISCRIZIONE:

L'iscrizione è GRATUITA si prega effettuare una pre-registrazione, inviando la propria richiesta di iscrizione via e-mail a: [amsdpalermosegreteria@gmail.com](mailto:amsdpalermosegreteria@gmail.com)

Il Convegno non prevede crediti Formativi ECM - Ai Medici Soci aggregati della F.M.S.I. saranno assegnati n°3 crediti formativi ( Convegno nell'ambito del programma FMSI di Formazione Regionale).

**ATTESTATO DI PARTECIPAZIONE** L'attestato di partecipazione sarà consegnato a tutti i partecipanti regolarmente iscritti che ne faranno richiesta presso il desk della Segreteria, o inviato via email.

# PROGRAMMA

**Ore 10.00** Registrazione dei partecipanti

**Ore 10.30** Saluto delle Autorità

**Ore 11.00** Presentazione ed introduzione ai lavori

**V. Virzì**

**Moderatori: A. Palma, S.Fasullo**

**Ore 11.20** La Giusta Dose :Aggiustamenti da Esercizio Fisico

**A.Sberna**

**Ore 11.40** Fisiopatologia delle Malattie Metaboliche(Diabete e Obesità)

Esercizio fisico in palestra la giusta dose tra rischi e benefici

**M.Lo Cascio, G.De Santis**

**Ore 12.00** Fisiopatologia delle Malattie cardiologiche: Ipertensione

Esercizio fisico in palestra la giusta dose tra rischi e benefici

**M. Traina ,I. Bellanuova**

**Ore 12.20** La programmazione e Valutazione di attività motorie Adattate

**A.Bianco**

**Ore 12.40** Stato dell'arte della Regione Sicilia sulla prescrizione dell'esercizio

fisico e palestre della salute

**G.Scalzo**

**Ore 13.00** **Tavola Rotonda Take Home Message**

"Indicazioni alla corretta prescrizione dell'Attività motoria"

**Moderatori: G.Iachelli V.Virzì'**

**Intervengono:** B. Cuffari, G. Cassisi , F. Maccarione, C.G. Nobile, A. De Vita, A. Bonura, G.Scalzo, A. Bianco

**Ore 14.00** Fine Lavori