

FITNESS E SALUTE

Diffondere la salute
attraverso il movimento

Padova - 1 Marzo 2025




Enpab

Care/i colleghe/i,
L'approccio integrato che considera un organismo nella sua totalità è parte fondante della professione del biologo. In tal senso "il fitness" diviene strumento di promozione della salute e sinergizza con una corretta alimentazione nella gestione delle patologie metaboliche, organiche, psichiche. Il settore del fitness ha acquisito crescente rilevanza non solo per la performance fisica, ma anche nella prevenzione della malnutrizione per difetto e nel benessere psichico. La Nutraceutica applicata al fitness ha notevolmente rafforzato le sue evidenze scientifiche negli ultimi anni. La tappa del Previdenza tour di Padova si propone di estendere i confini dell'attività del biologo nelle scienze motorie anche nell'ottica di una collaborazione interdisciplinare con medici, trainer, fisioterapisti. Approfondiremo temi quali l'ottimizzazione della nutrizione nelle diverse tipologie di attività fisica, nel recupero nutrizionale e "ricomposizione" corporea e nella gestione dello stress.



Affronteremo l'importanza degli esami di laboratorio come strumento essenziale per valutare il metabolismo energetico, i biomarcatori dello stress ossidativo, lo stato infiammatorio e l'equilibrio ormonale. Un focus specifico sarà dedicato anche alla salute riproduttiva, esplorando il legame tra nutrizione, esercizio fisico e fertilità, sia in ambito maschile che femminile.

I Previdenza Tour Enpab sono poi un'occasione imperdibile per i biologi professionisti iscritti alla Cassa di previdenza per aggiornarsi sui temi del lavoro e della cultura previdenziale.

A Padova impareremo a conoscere i professionisti iscritti alla Cassa con una panoramica sul mercato del lavoro del territorio, affronteremo le più indispensabili tematiche previdenziali ma anche le ultime novità fiscali. Avremo infine la possibilità di confrontarci con i tecnici della Cassa per chiarire ogni dubbio sulla previdenza.

Vi aspettiamo numerosi!

La Presidente Tiziana Stallone



8.30 Registrazione dei partecipanti

9.00 Saluti istituzionali

Provoker: *Maria Grazia Miceli e Marina Baldi*

9.30 Identikit dei biologi professionisti:
previdenza e mercato del lavoro

Tiziana Stallone

10.00 Il prontuario della previdenza e
della fiscalità del libero professionista

Serena Capurso

10.30 Non solo previdenza

Salvatore Ercolano

11.00 Enpab risponde: la parola ai
dipendenti

Massimo Opromolla e Alessia Calcatelli

11.30 Coffee break



Provoker: Rosa Lenoci e Luigi Tonellato

12.00 Previdenza quiz
Ornella Muto

12.20 Attività aerobica ed effetti sul
metabolismo
Valentina Piovan

12.45 Attività anaerobica e
ricomposizione corporea
Alfonso Presutto

13.10 Alta intensità e apparato
cardiovascolare
Roberto Scrigna

13.35 Discussione

13.45 Lunch

Provoker: Laura Cutini e Alfiero Molari

14.45 Stress: allenare mente e corpo
Tiziana Stallone

15.15 Allenare la motivazione
Serena Capurso

15.45 Biologia clinica e qualità
dell'allenamento
Luigi Sabbatella

16.15 Nutraceutica e allenamento
Nicola Sponiello

16.45 Attività fisica e infertilità maschile
Luca Boeri

17.15 Discussione

17.30 Chiusura lavori e test ecm

AFFILIAZIONI



Tiziana Stallone - Presidente CDA Enpab

Serena Capurso - Vice Presidente CDA Enpab

Maria Grazia Micieli - Consigliere CDA Enpab

Marina Baldi - Coordinatore CIG Enpab

Salvatore Ercolano - Segretario CIG Enpab

Laura Cutini - Consigliere CIG Enpab

Rosa Lenoci - Consigliere CIG Enpab

Ornella Muto - Consigliere CIG Enpab

Massimo Opromolla - Direttore Generale Enpab

Alessia Calcatelli - Responsabile Ufficio Prestazioni Enpab

Lucia Zanatta - Presidente dell'Ordine dei Biologi del Triveneto

Luigi Tonellato - Consigliere dell'Ordine dei Biologi del
Triveneto

Alfiero Molari - Collegio dei Revisori dell'Ordine dei Biologi del
Triveneto

Luca Boeri - Medico Urologo e Andrologo

Valentina Piovan - Biologa Nutrizionista - Padova

Alfonso Presutto - Biologo Nutrizionista - Trento

Luigi Sabbatella - Biologo Laboratorista - Roma

Roberto Scrigna - Biologo Nutrizionista - Monza

Nicola Sponiello - Medico spec. in scienze dell'alimentazione e
docente presso l'Università di Padova

SEDE CONGRESSUALE
Crowne Plaza Padova, an IHG Hotel
Via Po 197, 35135 - Padova

ISCRIZIONE

Il corso è gratuito, accreditato ECM

L'ISCRIZIONE DÀ DIRITTO A
Partecipazione ai lavori congressuali
Kit congressuale
Coffee break e Lunch
Attestato di partecipazione
Attestato ECM

Gli attestati riportanti i crediti ECM, dopo attenta verifica della partecipazione e dell'apprendimento, saranno inviati entro 90 giorni dopo la chiusura dell'evento

MODALITÀ DI ISCRIZIONE
per iscriversi: visita il sito www.enpab.it

PROVIDER E SEGRETERIA ORGANIZZATIVA

