

Clinical Exercise Medicine for Chronic Conditions

Integrating exercise prescription for cardiovascular, respiratory, metabolic, cancer and other chronic diseases.

Giorno 1

- **09:00 - 10:00 | Introduction to Exercise Medicine**
Epidemiologia ed effetti dell'esercizio fisico sulla gestione delle patologie croniche (cardiovascolari, respiratorie, metaboliche e oncologiche).
 - **10:00 - 11:00 | Physiological Foundations of Exercise Medicine**
Meccanismi biologici dell'esercizio e ruolo del sistema muscolo-scheletrico come organo endocrino.
 - **11:00 - 11:15 | Coffee Break**
 - **11:15 - 13:00 | Biological Mechanisms of Exercise in Chronic Conditions**
Effetti biologici dell'esercizio nelle patologie croniche: meccanismi su infiammazione, sistema immunitario, metabolismo e interazioni con terapie farmacologiche.
 - **13:00 - 14:00 | Lunch Break**
 - **14:00 - 15:00 | Resistance Training**
Effetti e adattamenti fisiologici dell'allenamento contro resistenza nelle patologie croniche.
 - **15:00 - 16:00 | Advanced Resistance and Power Training**
Effetti e adattamenti fisiologici dell'allenamento di forza avanzato e di potenza nella gestione di osteoporosi, sarcopenia e perdita funzionale.
 - **16:00 - 16:15 | Coffee Break**
 - **16:15 - 18:00 | Resistance Training for Chronic Conditions – Practical Applications**
Esercitazioni pratiche e programmi di Resistance Training adattati alle diverse condizioni cliniche.
-

Giorno 2

- **09:00 - 10:00 | Aerobic Training**
Effetti e adattamenti fisiologici dell'allenamento aerobico nelle patologie croniche.
- **10:00 - 11:30 | Aerobic Training for Chronic Conditions – Practical Applications**
Esercitazioni pratiche e programmi di Aerobic Training adattati alle diverse condizioni cliniche.
- **11:30 - 11:45 | Coffee Break**
- **11:45 - 13:00 | Exercise for Chronic Conditions**
Valutazione, presa in carico e controindicazioni all'esercizio nei pazienti con patologie croniche.
- **13:00 - 14:00 | Lunch Break**

- **14:00 - 15:00 | Clinical Exercise Physiology**
Adattamento dell'esercizio in presenza di comorbidità e condizioni cliniche specifiche.
- **15:00 - 16:15 | Periodization of Exercise Medicine**
Principi e strategie di periodizzazione dell'esercizio nei programmi clinici di lungo termine.
- **16:15 - 16:30 | Coffee Break**
- **16:30 - 18:00 | Clinical Insights**
Approfondimenti e casi pratici di riabilitazione e Exercise Medicine applicata.