

Ed. 01

Evento n° 472869

N° crediti: 7

**DESTINATARI DELL'INIZIATIVA:**

**MEDICO CHIRURGO (ALLERGOLOGIA ED IMMUNOLOGIA CLINICA; ANATOMIA PATOLOGICA; ANESTESIA E RIANIMAZIONE; ANGIOLOGIA; AUDIOLOGIA E FONIATRIA; BIOCHIMICA CLINICA; CARDIOCHIRURGIA; CARDIOLOGIA; CHIRURGIA GENERALE; CHIRURGIA MAXILLO-FACCIALE; CHIRURGIA PEDIATRICA; CHIRURGIA PLASTICA E RICOSTRUTTIVA; CHIRURGIA TORACICA; CHIRURGIA VASCOLARE; CONTINUITÀ ASSISTENZIALE; CURE PALLIATIVE; DERMATOLOGIA E VENEREOLOGIA; DIREZIONE MEDICA DI PRESIDIO OSPEDALIERO; EMATOLOGIA; ENDOCRINOLOGIA; EPIDEMIOLOGIA; FARMACOLOGIA E TOSSICOLOGIA CLINICA; GASTROENTEROLOGIA; GENETICA MEDICA; GERIATRIA; GINECOLOGIA E OSTETRICIA; IGIENE DEGLI ALIMENTI E DELLA NUTRIZIONE; IGIENE, EPIDEMIOLOGIA E SANITÀ PUBBLICA; LABORATORIO DI GENETICA MEDICA; MALATTIE DELL'APPARATO RESPIRATORIO; MALATTIE INFETTIVE; MALATTIE METABOLICHE E DIABETOLOGIA; MEDICINA AERONAUTICA E SPAZIALE; MEDICINA DEL LAVORO E SICUREZZA DEGLI AMBIENTI DI LAVORO; MEDICINA DELLO SPORT; MEDICINA DI COMUNITÀ E DELLE CURE PRIMARIE; MEDICINA E CHIRURGIA DI ACCETTAZIONE E DI URGENZA; MEDICINA FISICA E RIABILITAZIONE; MEDICINA GENERALE (MEDICI DI FAMIGLIA); MEDICINA INTERNA; MEDICINA LEGALE; MEDICINA NUCLEARE; MEDICINA SUBACQUEA E IPERBARICA; MEDICINA TERMALE; MEDICINA TRASFUSIONALE; MICROBIOLOGIA E VIROLOGIA; NEFROLOGIA; NEONATOLOGIA; NEUROCHIRURGIA; NEUROFISIOPATOLOGIA; NEUROLOGIA; NEUROPSICHIATRIA INFANTILE; NEURORADIOLOGIA; OFTALMOLOGIA; ONCOLOGIA; ORGANIZZAZIONE DEI SERVIZI SANITARI DI BASE; ORTOPEDIA E TRAUMATOLOGIA; OTORINOLARINGOIATRIA; PATOLOGIA CLINICA (LABORATORIO DI ANALISI CHIMICO-CLINICHE E MICROBIOLOGIA); PEDIATRICA; PEDIATRICA (PEDIATRI DI LIBERA SCELTA); PSICHIATRIA; PSICOTERAPIA; RADIOLOGIA; RADIOTERAPIA; REUMATOLOGIA; SCIENZA DELL'ALIMENTAZIONE E DIETETICA; UROLOGIA;)**

**BIOLOGO**

**FISIOTERAPISTA**

**DIETISTA**

**INFERMIERE**

**TECNICO SANITARIO DI RADIOLOGIA MEDICA**

**OBIETTIVO FORMATIVO:** documentazione clinica, percorsi clinico-assistenziali diagnostici e riabilitativi - profili di assistenza e profili di cura

**Responsabile Scientifico:** Dr. Gilberto Martelli

**ORE DI FORMAZIONE EROGATE:** 7

## **OLTRE LA POLVERE DELLE STRADE BIANCHE: NUOVE FRONTIERE NELLA SCIENZA DEL CICLISMO**

Sala Italo Calvino

S. Maria della Scala Piazza del Duomo – Siena

6 marzo 2026

8.00 Apertura Segreteria – registrazione partecipanti

8.30 Saluti Autorità

**Prima sessione**

## **ASPETTI MEDICI NEL CICLISMO**

**Moderatori: A. Causarano, M. Bozzo,**

- 9.00 Traumatologia del ciclismo (E. Crainz)
- 9.20 Le aritmie dell'atleta (F. Alvino)
- 9.40 Patologie vascolari (P. Raugei)
- 10.00 Disturbi delle vie urinarie nel ciclismo (G. Tasso)
- 10.20 Deficit Energetica Relativo (RED-S) nel ciclismo femminile (L. Pollastri)
- 10.40 Discussione

### 10.50 LEZIONE MAGISTRALE

Presentazione M. Capitani

Il cuore d'atleta nello sportivo di endurance (F. D'Ascenzi)

- 11.20 Coffee break

## **Seconda sessione**

### **ALLENAMENTO E NUTRIZIONE**

**Moderatori: G. Martelli, M.E. Stabile**

- 11.30 Aspetti fisiologici dell'allenamento di endurance (M. Bonifazi)
- 11.50 La gestione dello stress: ciclismo e psicologia (M. Bertollo)
- 12.10 Progettazione nutrizionale per le Strade Bianche professionistiche (E. Lombardi)
- 12.30 Nutraceutica del ciclismo (G. Tarantino)
- 12.50 Nuove frontiere nella composizione corporea negli atleti (F. Campa)
- 13.10 Discussione
- 13.20 Pranzo di lavoro

### 14.20 Workshop di valutazione funzionale

F. Alvino, B. Martinez Gonzalez: Dimostrazione pratica di valutazione del ciclista con metabolimetro.

## **Terza sessione**

### **VALUTAZIONE DELLA PRESTAZIONE**

**Moderatori: F. Bartalucci, G. Palmisano**

- 14.40 Fatica e prestazione di resistenza: gambe, respirazione o cervello? (S. Marcora)
- 15.00 Durability: un nuovo determinante della prestazione di endurance (A. Giorgi)
- 15.20 Tecniche avanzate di analisi dei dati di allenamento (A. Zignoli)

15.40 Frequenza respiratoria: il nuovo marker di fatica (A. Nicolò)

16.00 Disturbi del sonno e prestazione (B. Martinez- Gonzalez)

16.20 Discussione

#### **Quarta sessione**

##### ***L'ALLENAMENTO PER LE STRADE BIANCHE***

**Moderatori: A. Giorgi, S. Catanese**

16.30 Pianificazione di una Classica: periodizzazione e carico di lavoro (P. Artuso)

16.50 La programmazione scientifica dell'allenamento per gli amatori partecipanti a Strade Bianche  
(R. Barbieri)

17.10 Discussione e conclusioni

17.45 Chiusura del Convegno

### ***Razionale Scientifico***

Negli ultimi anni si sono succeduti notevoli cambiamenti nella pratica sportiva e, soprattutto nel ciclismo, questi hanno fortemente influenzato la gestione dell'atleta sul piano clinico, nutrizionale e della prestazione. Infatti, le competizioni ciclistiche richiedono un elevato dispendio energetico e agli atleti è richiesta un'ottima condizione fisica e psicologica. In questo contesto, l'avvento di nuove strumentazioni ha permesso un monitoraggio telematico continuo dei parametri fisiologici e biomeccanici fornendo ai componenti dello staff sanitario, tecnico e nutrizionale uno strumento ideale per ottimizzare la prestazione e tutelare la salute del ciclista.

Il congresso ha l'obiettivo di fornire le nuove acquisizioni sugli argomenti di tutela della salute e ottimizzazione della prestazione nei ciclisti.

Abbiamo perciò ritenuto necessario nella prima sessione del congresso dedicare ampio spazio alla valutazione medica dell'atleta, prendendo in esame alcuni aspetti peculiari delle patologie legate al ciclista, sia nell'aspetto muscolo-scheletrico che degli altri apparati organici: tali aspetti possono anche generare squilibri funzionali o vere e proprie patologie da sovraccarico dell'atleta stesso, con il rischio anche di mettere a repentaglio la prosecuzione dell'attività sportiva.

La lezione magistrale che segue sarà interamente dedicata alla diagnosi e alla valutazione del cuore d'atleta nello sportivo di endurance.

Nella seconda sessione verrà analizzato come la pratica del ciclismo influisca sui sistemi fisiologici e induca dei cambiamenti a livello della composizione corporea dell'atleta: questi adattamenti indotti dall'allenamento di endurance necessitano di un adeguato apporto energetico e del supporto psicologico per evitare fenomeni dannosi per la salute del ciclista stesso.

Entrambe le sessioni saranno poi concluse da un'ampia e approfondita discussione sul tema trattato. Dopo la colazione di lavoro ci sarà un workshop di valutazione funzionale del ciclista con l'uso di alcune tecniche e strumentazioni disponibili oggi sul mercato, per consentire ai partecipanti una diretta interazione con alcuni docenti sugli argomenti trattati nella parte teorica.

La seconda parte del convegno sarà articolata in due sessioni anch'esse dedicate specificamente al ciclismo ed in particolare alla corsa su strade bianche che verrà effettuata nei giorni successivi al congresso. Nella terza sessione si darà ampio spazio a tecniche e strumenti di ultima generazione volti alla valutazione del ciclista in allenamento e in gara con particolare attenzione ad aspetti fisiologici, psicologici e prestativi e nell'ultima sessione verrà dato spazio alla preparazione specifica della corsa sulle strade bianche del nostro territorio per i professionisti e per gli amatori: entrambe le sessioni saranno concluse da un momento di interazione fra discenti e docenti per approfondire gli argomenti trattati.

### ***Elenco Relatori e Moderatori***

Cognome e nome	Codice fiscale	Laurea	Specializzazione	Affiliazione
ALVINO Federico	LVNFRC87E31A717D	Medicina e Chirurgia	Cardiologia	Ambulatorio medicina sportiva senese
ARTUSO Paolo	RTSPLA84B12I531H		Preparatore atletico	Red Bull Bora Hansgrohe
BARBIERI Ricardo Augusto	BRBRRD85S18Z602Q	Scienze Motorie	Scienze Motorie	Ricercatore MEDF-01/A Scienze Motorie / Fisiologia dell'esercizio fisico Dipartimento di Scienze per la Qualità della Vita - Università di Bologna
BARTALUCCI Fabio	BRTFBA57M06E202Z	Medicina e Chirurgia	Medicina dello Sport	Libero Professionista di Siena
BERTOLLO Maurizio	BRTMRZ62P29E970W	Psicologia	Psicologia	Università degli studi G. d'Annunzio di Chieti-Pescara
BONIFAZI Marco	BNFMRC58A16E202W	Medicina e Chirurgia	Medicina dello Sport	Professore associato di Fisiologia presso l'Università degli Studi di Siena
BOZZO Marcello	BZZMCL57S03D304E	Medicina e Chirurgia	Medicina dello Sport	Azienda Ospedaliera Universitaria Senese
CAMPA Francesco	CMPFNC90A21D862A	Scienze Motorie	Scienze Motorie	Professore associato Dipartimento di scienze biomediche - Università degli Studi di Padova

CAPITANI Massimo	CPTMSM56A04A509D	Medicina e Chirurgia	Medicina dello Sport	Direttore U.O.C. Medicina dello Sport Dipartimento di Prevenzione Azienda USL Toscana sud est Sede Operativa di SIENA
CATANESE Saro Giuseppe	CTNSGS68C07H224H	Medicina e Chirurgia	Medicina dello Sport	Ambulatorio medicina sportiva senese
CAUSARANO Andrea	CSRNDR58P18I726Y	Medicina e Chirurgia	Medicina dello Sport	Ambulatorio medicina sportiva senese
CRAINZ Edoardo	CRNDRD74H08L407U	Medicina e Chirurgia	Ortopedia e Traumatologia	Direttore UOC Azienda ospedaliera universitaria senese
D'ASCENZI Flavio	DSCFLV83D15H501T	Medicina e Chirurgia	Cardiologia	Università degli studi di Siena
GIORGI Andrea	GRGNDR85D03I726I	Medicina e Chirurgia	Medicina dello Sport	Bardiani CSF professional cycling team di Siena
LOMBARDI Erica	LMBRCE84M57A006R	Dietista	Dietista	LIBERA PROFESSIONISTA ABBADIA SAN SALVATORE SIENA
MARCORA Maria Samuele	MRCSLM69C29B300F	Scienze Motorie	Scienze Motorie	PROFESSORE ORDINARIO Dipartimento di Scienze per la Qualità della Vita Metodi e didattiche delle attività sportive UNIVERSITA DEGLI STUDI DI BOLOGNA
MARTINEZ GONZALEZ Borja	MRTBRJ86T09Z131Z	Scienze Motorie	Scienze Motorie	Post doctoral researcher Kent and Medway Medical School (university of Kent, UK)

NICOLO' Andrea	NCLNDR87C22H501R	Scienze Motorie	Scienze Motorie	Professore Associato Università degli Studi di Roma "Foro Italico"
PALMISANO Romano Giovanni	PLMRNG45C01F137P	Medicina e Chirurgia	Medicina dello Sport	Libero professionista
POLLASTRI Luca	PLLLCU84C30F119J	Medicina e Chirurgia	Medicina dello Sport	Team Jayco- Alula / Poliambulatorio PENTAVIS, Lecco
RAUGERI Paolo	RGAPLA63R14D612Q	Medicina e Chirurgia	Chirurgia Vascolare	Angiologia Sportiva Asl Toscana Centro
STABILE Maria Elena	STBMLN70H67I726D	Medicina e Chirurgia	Medicina dello sport	LIBERA PROFESSIONISTA MEDICINA DELLO SPORT SENESE "LUCA FINETTI
TASSO Giovanni	CFTSSGNN88D30L219D	Medicina e Chirurgia	Urologia	Dirigente medico presso AOUS, Le scotte di Siena
ZIGNOLI Andrea	ZGNNDR84D24L781H	Ingegneria		Consulente in Sport e Tecnologia