Prof Dott Giorgio Galanti
Ordinario di Medicina Interna
Adjunct Professor Sport Medicine and Nutrition University of Pittsburg
Direttore della Scuola di Specializzazione di Medicina dello Sport
Direttore della SODc di Medicina dello Sport e dell'esercizio
Specialista in Malattie dell'Apparato Cardiovascolare
Medicina Interna e Medicina dello Sport
Università degli Studi di Firenze-AOUC giorgio.galanti@unifi.it
Largo Brambilla 3 50134 Firenze Fax +390557946608

TENNIS CLUB PRATO

Domenica 8 Novembre 2015 alle ore 15

Il T.C. PRATO organizza una giornata dedicata a

La Giornata in rosa: il primo set l'ho vinto io!

aouc AMSE

FLORENTINA STUDIORUM UNIVERSITAS

AMMI

"Ruolo preventivo dell'attività fisica e della corretta alimentazione nella donna, in tutte le fasi della vita".

Scuola di Specializzazione di Medicina dello Sport e dell'Esercizio Università Firenze.

Un corretto stile di vita, caratterizzato da una adeguata nutrizione e attività fisica, è necessario per uno sviluppo armonico del giovane e per il benessere nelle fasi successive della vita L'ottenimento poi di una buona condizione fisica ed il raggiungimento di una giusta performance derivano dalla combinazione di fattori quali: il patrimonio genetico il talento e l'allenamento e la nutrizione.
Se si segue questo stile di vita anche si possono prevenire anche alcuni tumori ed in particolare il tumore al seno
Lo scopo della giornata sarà quello di allestire spazi presso i quali personale medico ed infermieristico distribuirà materiale informativo ed educativo sui rischi della inattività.
I soci e le socie saranno invitati a compilare un questionario anonimo che permetterà di raccogliere alcune informazioni sulle abitudini alimentari della persona e sullo stile di vita; infine, il personale sanitario proporrà di effettuare gratuitamente la misurazione della circonferenza della vita, la rilevazione della pressione arteriosa e la determinazione della massa magra e grassa e della idratazione.
La raccolta delle informazioni consentirà di ottenere informazioni aggregate, scientificamente valide.
I soci e le socie che lo desiderano inoltre potranno essere seguiti sia da un punto di vista fisico-sportivo che nutrizionale.
La sera il Professor Galanti terrà una breve relazione sulla prevenzione primaria ed attività sportiva. Interverranno Dott. Alessandro Battaglia, il Dott. Francesco Cipriani e la signora Pitigliani dell'associazione "Pitigliani".

Seguirà apericena da "Gianni". Iscrizioni entro il 6 Novembre . Informazioni presso la segreteria.