

Di cosa parleremo :

- **Valutare: oltre il peso la composizione corporea**
- **Interpretare: il professionista della nutrizione nel team multidisciplinare**
- **Evolvere: l'Al a supporto della pratica professionale**

Oltre il peso la composizione corporea

Capire, Interpretare, Applicare

Cosa stiamo davvero valutando?

- **Peso?**
- **Forma fisica?**
- **Performance?**

SPORT-SPECIFICITY

ogni sport ha esigenze diverse

- **massa**
- **distribuzione**
- **struttura**

NON TUTTO È MODIFICABILE

alcune caratteristiche sono innate

- **struttura ossea**
- **distribuzione**

COSA CI INTERESSA DAVVERO

massa magra

massa grassa

distribuzione

grado di idratazione

il professionista della nutrizione nel team multidisciplinare

**Il problema non sono le competenze,
ma l'integrazione tra loro**
nel pieno rispetto dei ruoli

Prescrizione nutrizionale = atto sanitario

Può essere effettuata da:

- **Medico (dietologo)**
- **Biologo Nutrizionista**
- **Dietista (su indicazione medica)**

NON È UNA DIVISIONE, È UNA SINERGIA

Il PT o l' AT lavorano su:

performance

allenamento

Il nutrizionista lavora su:

strategia nutrizionale

composizione corporea

Il livello di competenza è cresciuto

- Formazione sempre più accessibile
- Aggiornamento continuo
- Maggiore consapevolezza nutrizionale

anche nel mondo del fitness

Il nutrizionista lavora in funzione dell'allenamento

- Obiettivi sportivi
- Carichi di lavoro
- Timing della stagione

definiti dall'allenatore / AT / PT

Come si fa davvero?

- Meeting mensili nutrizionista–PT/AT
- Report BIA condivisi (non solo numeri)
- Allineamento su fasi di allenamento
- Obiettivi comuni e monitorati

AI: opportunità o rischio?

Non è più una scelta

È uno strumento destinato a diventare parte della
pratica professionale

**La differenza non la farà chi la usa...
ma chi saprà usarla**

NUOVO SCENARIO

Oggi lavoriamo con:

- App nutrizionali
- Wearable (dispositivi indossabili)
- Dati di allenamento
- Biomarcatori

OMICS & BIG DATA

Oggi non analizziamo solo:

- calorie
- macronutrienti

ma sistemi complessi:

- microbiota
- metabolomica
- genetica

IL PROBLEMA

Molti dati \neq migliori decisioni

- Più dati \rightarrow più complessità
- Più complessità \rightarrow più competenza
- Più competenza \rightarrow più team

ATTENZIONE ALL'AI

strumento potente, ma non neutro

Rischio di utilizzo inconsapevole



LE CRITICITÀ

Uso acritico

Eccessiva fiducia nel dato

Mancanza di contesto

IL VERO VALORE

Analisi dei dati

Integrazione delle informazioni

Supporto decisionale

LA FORMAZIONE

Serve formazione

Serve competenza

Serve consapevolezza

