

**PROGRAMMAZIONE DIDATTICA 2015/2016**  
**CORSO DI LAUREA IN SCIENZE MOTORIE, SPORT E SALUTE**  
**L-22 – ex DM 17/2010**

**PROPOSTA DI ATTIVITÀ DIDATTICA ELETTIVA (MATERIA OPZIONALE)**

***Titolo dell'insegnamento:*** EQUILIBRIO ELETTROLITICO E ATTIVITÀ MOTORIA

***Macroarea di appartenenza:*** Discipline Biomediche di Base

***Tutor/Responsabile:*** Massimo Gulisano

***Collaboratori:*** Stefano Aterini

***Destinazione:*** Studenti del II anno del Corso di Laurea in Scienze Motorie, Sport e Salute, ma anche studenti di altri Corsi di laurea dell'Ateneo.

***Studenti min-max:*** 5-40

***CFU:*** 3

***Periodo di svolgimento:*** Il semestre, 1 lezione settimanale di 2 ore per 9 settimane

***Prerequisiti:*** Elementi di base di biochimica e fisiologia.

***Obiettivi:*** Lo studente dovrà conoscere la composizione dei liquidi corporei e le relative variazioni che si verificano nel corso di attività motoria. Lo studente dovrà poi conoscere come prevenire e/o correggere gli eventuali squilibri idroelettrolitici nella pratica sportiva e nelle patologie dell'attività motoria nelle varie età della vita.

***Programma:*** Composizione dei liquidi corporei. Il significato e le funzioni dell'acqua corporea. Disidratazione. Iponatremia e ipernatremia. Alterazioni del metabolismo del calcio e relazioni con la attività neuromuscolare. L'equilibrio acido-base e le sue variazioni nella attività motoria. Soluzioni per reintegrare le perdite di liquidi in corso di attività motoria.

***Valutazione:*** Test a risposta multipla (non è prevista votazione)