

ALLEGATO N. 21

1. PROCEDURA

Dipartimento di Scienze Biomolecolari (DISB)	
settore concorsuale	06/N2 - Scienze dell'esercizio fisico e dello sport
settore scientifico disciplinare	M-EDF/01 - Metodi e didattiche delle attività motorie
Titolo del programma di ricerca	Efficacia di differenti modalità di prescrizione e tempistiche di somministrazione (timing) dell'esercizio, in soggetti sani e patologici
Titolo del programma di ricerca (inglese)	Effectiveness of different exercise prescription strategies and exercise timing in healthy and pathological individuals
Descrizione del programma di ricerca	<p>L'esercizio fisico è raccomandato sia per fini salutistici, sia come efficace compendio al trattamento clinico in soggetti con patologie esercizio-sensibili. Gli effetti dell'esercizio variano a seconda di come i parametri necessari per prescriverlo vengono manipolati, quali, ad esempio, frequenza settimanale, durata, intensità e timing di somministrazione nel decorso clinico.</p> <p>La ricerca avrà confornerà l'accuratezza di diverse tipologie e strategie di prescrizione dell'esercizio. La ricerca sarà di tipo integrativo e riguarderà i metodi di prescrizione dell'esercizio e la loro applicazione in soggetti sani e nel decorso clinico di soggetti affetti da patologie esercizio-sensibili (come patologie oncologiche, dismetaboliche, cardiovascolari, ecc.), nei quali un'appropriata prescrizione dell'esercizio ne massimizza gli effetti benefici riducendo i rischi acuti ad esso associati.</p>
Descrizione del programma di ricerca (inglese)	<p>Exercise is recommended for health purposes and as an effective adjunct to clinical treatment in individuals with chronic conditions for which exercise is beneficial. The effects of exercise vary depending on how the parameters used to prescribe it are manipulated, such as, for example, weekly frequency, duration, intensity, and timing of administration in the clinical course.</p> <p>This research will compare the accuracy of different types and strategies of exercise prescription. This integrative research will focus on the methods of exercise prescription and their application in healthy individuals and in the clinical course of individuals with several diseases for which exercise could be beneficial (e.g., oncological, dysmetabolic, cardiovascular, etc.), for whom an appropriate exercise prescription maximizes its beneficial effects while reducing the acute risks associated with it.</p>
Numero assegni	1
Area	06 - Scienze mediche
Struttura di afferenza	Dipartimento di Scienze Biomolecolari (DISB)

- Contributo scientifico originale in congressi e convegni 1,5 (ciascuna)

c) altri titoli fino ad un massimo di 20 punti

- Contratto per assegno di ricerca 6 (ciascun anno)
- Assegnazione di borsa di dottorato di ricerca su base competitiva (anche in presenza di 'a1') 6 (ciascuna)
- Frequenza di un corso di dottorato di ricerca (valutato solo se in assenza del titolo 'a1') 2 (ciascun anno, massimo 3)
- Periodi di ricerca, attinente agli SSD M-EDF, presso enti pubblici o privati esteri differenti da quelli eventualmente utilizzati per le valutazioni dei titoli 'c1' e 'c3') 1 (ciascun mese)
- Periodi di ricerca, attinente agli SSD M-EDF, presso enti pubblici o privati nazionali differenti da quelli eventualmente utilizzati per le valutazioni dei titoli 'c1' e 'c3') 0,5 (ciascun mese)
- Partecipazione documentata a progetti di ricerca scientifica, attinenti agli SSD M-EDF, affidati da qualificate istituzioni pubbliche 1,5 (ciascuna)